

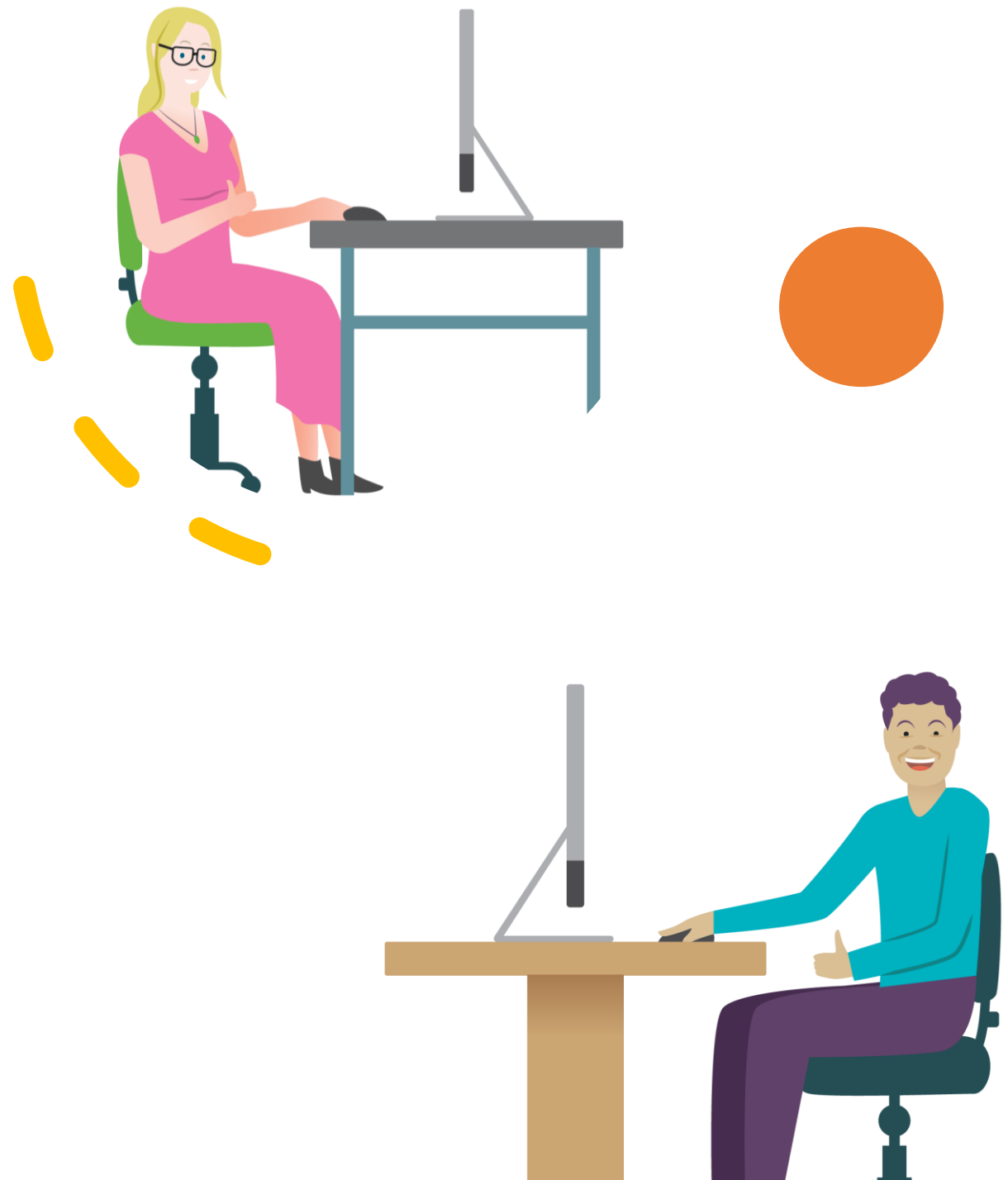
Eetstoornissen bij kinderen en jongeren

Mirjam Reijnders GGZ-agoog
Wendy Hoffer Ervaringsdeskundige



Inhoud

- Voorstellen
- Welke eetstoornissen zijn er?
- De oorzaken bij een eetstoornis
- Hoe kun je een eetstoornis beter begrijpen
- De signalen bij een eetstoornis
- Wat kun je doen of beter laten als naaste?
- De behandeling bij een eetstoornis
- Ambulante behandeling thuis
- Websites



**Welke
eetstoornissen
zijn er?**

Anorexia
Nervosa

Boulimia
Nervosa

Arfid

Binge Eating
Disorder



+

Oorzaken van een eetstoornis

•

- <https://www.youtube.com/watch?v=KN2yunRynks>



○



**“Het gaat niet om mijn
lichaam maar om de
controle. De angst wie ik
ben zonder eetstoornis.”**

Risicofactoren

Zelf

- Aanleg/erfelijkheid
- Persoonlijke kenmerken zoals; perfectionisme, faalangst, hoog streefniveau, bezig met oordeel van anderen, identiteitsproblemen, negatief zelfbeeld, vroege lichamelijke rijping
- Diabetes

Omgeving

- Gezinssituatie
- Maatschappelijke verwachtingen
- Moeite met ontwikkelen van autonomie
- Ouders met overgewicht
- Opmerkingen maken over gewicht
- Psychiatrische problemen ouders
- Moeder met eetstoornis of ontevreden met lichaam
- Veeleisende/ prestatiegerichte ouders

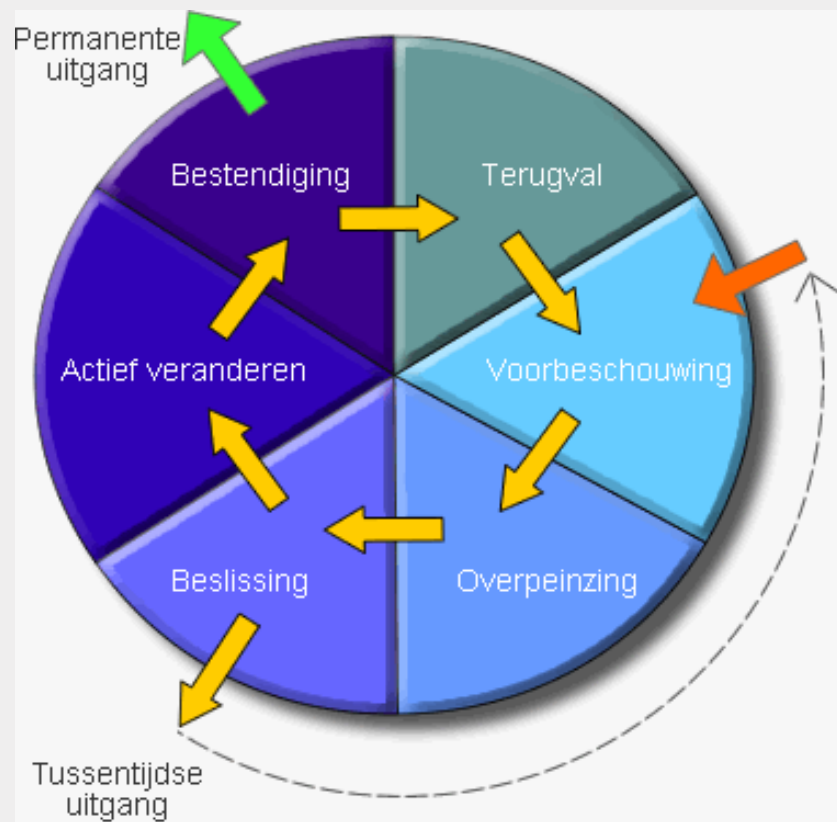
Life events

- Persoonlijke ervaringen, zoals: dikker geweest zijn als kind, vermageringsdieet houden, sport waarbij gewicht van belang is, traumatische ervaring (zoals nare seksuele ervaring, pesten, verliezen van een naaste, scheiding etc)

CIRKELS AN



Hoe kun je een eetstoornis beter begrijpen?



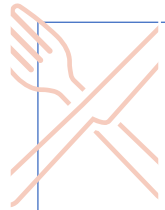
De signalen bij een evt. eetstoornis

Aanwijzingen voor ontwikkeling eetstoornis

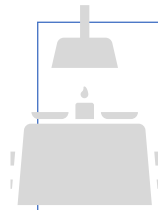
- Boeken over afvallen
- Het kind bezoekt pro-anorexia websites en ook op social media.
- Lijkt een dieet te volgen
- Wil plots vegetarisch gaan eten
- Wordt steeds lastiger met eten en wil alleen gezonde dingen eten
- Gaat na het eten meteen naar de wc
- Gaat elke dag div keren onder de douche (om daar te braken) vooral na het eten
- Heeft opvallend vaak buikgriep
- Slaat maaltijden over
- Er ontbreekt veel voedsel uit het voorraad



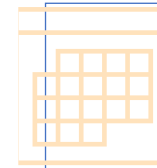
Alarmsignalen



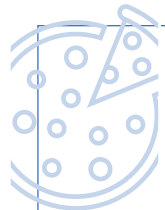
Geregeld maaltijd overslaan of vasten



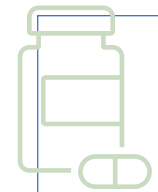
Weigeren samen met andere gezinsleden te eten, en ook met vrienden.



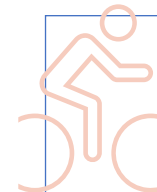
Twee keer achter elkaar niet ongesteld worden in combi met gewichtsverlies



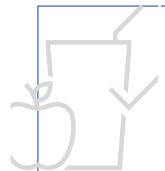
Eetbuien & braken



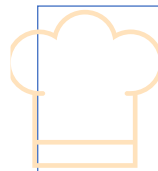
Je ontdekt dat er dieetpillen of laxeermiddelen gebruikt worden



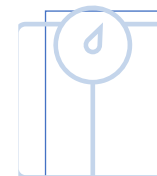
Veel sporten in combi met gewichtsverlies



Voortdurende weigering om iets anders dan light voedsel te eten



Geen voedsel willen eten dat door een ander is klaargemaakt



Extreem bezig met calorieën tellen en hoeveelheden afwegen en afmeten

Wat kun je doen of beter laten als naaste?

Do's

In contact blijven met je kind/de jongere

Luisteren

Aanwezig zijn, ernaast zitten

Confronteren met wat je ziet en dat bespreken

Consequent zijn en stel grenzen en structuur

Afstemmen met je kind/ jongere wat helpt en wat juist niet

Je kind/jongere achter het gedrag zien, ES externaliseren

Als ouders/hulpverleners op 1 lijn zitten

Don't

Boos/ongeduldig worden

Dwingen

Totale focus op het eten leggen

Onderhandelen over eten

Bagatelliseren of negeren van het probleem

Geheimhouden voor partner of omgeving

Opmerkingen maken over eten of gewicht (ook omgeving)

Te veel eigen verantwoordelijkheid geven

Behandeling op de poli

- Multi disciplinair team
- Nauwe samenwerking met ziekenhuis (diëtisten en kinderartsen)
- Werken systemisch
- Therapie aanbod:
 - Systeemtherapie
 - Individuele Therapie
 - EMDR/ ITB
 - Ambulante behandeling thuis
 - Non-verbale therapieën
 - Groepsaanbod
 - Klinische opname



Ambulante hulpverlening thuis (ABT)

- Naar het gezin thuis
- Observeren
- Begeleiden bij de eetmomenten
- Praktische ondersteuning en handvatten voor jongere en ouders
- Psycho-educatie
- Variëren
- Stabiliseren
- Normaliseren; opbouw sociale leven



Een eetstoornis heeft in een gezin vaak veel gevolgen.



Nog geen kennis van eetstoornissen?

Waar te beginnen?

- www.stichtingkiem.nl
- www.proud2Bme.nl
- www.GGZstandaarden.nl
- www.firsteetkit.nl
- www.isapower.nl
- www.99gram.nl

