

signalen kaart

eetstoornissen voor huisartsen

Soorten eetstoornissen DSM 5

- Anorexia Nervosa
- Boulimia Nervosa
- Eetbuistoornis
- Gespecificeerde eetstoornis
- Ongespecificeerde eetstoornis

Tips

- **Maak verbinding! Zie de persoon en de eetstoornis los van elkaar!**
- **Sluit eetstoornis niet uit bij gezond gewicht !**
- Wees alert op vage (psychologische) klachten
- Verricht onderzoek om lichamelijke oorzaken uit te sluiten en de mate van ondervoeding en eventuele complicaties vast te stellen
- Raadpleeg Zorgstandaard Eetstoornissen, ook voor laboratoriumonderzoek
- Overleg direct met een kinderarts en/of gespecialiseerde hulp bij vermoeden van een eetstoornis bij kinderen < 12 jaar
- Wees oprecht geïnteresseerd in de patiënt en focus niet te veel op het eten
- Schakel gespecialiseerde hulp in, zoals PsyQ



Waar en hoe helpt PsyQ?

Expertisecentra

Op elke PsyQ-vestiging kunnen mensen met een eetstoornis terecht. Daarnaast heeft PsyQ 4 expertisecentra eetstoornissen, waar intensieve behandeling mogelijk is voor mensen met ernstige en complexe eetproblemen. Deze centra vindt u in: **Beverwijk - Den Haag - Groningen - Rotterdam**

Experts

Een team van experts op het gebied van eetproblemen kijkt naar de samenhang van de problemen in nauwe samenwerking met diëtisten, (huis)artsen en ziekenhuizen.

Individuele en groepsbehandeling

Naast de individuele behandeling is er in de expertisecentra ook de mogelijkheid om deel te nemen aan een groepsbehandeling. Deze groepsbehandeling wordt vaak geadviseerd bij ernstige bijkomende lichamelijke klachten, psychiatrische problemen zoals een persoonlijkheidsstoornis, angst of traumatische klachten, bij terugval of wanneer er sprake is van een zeer gebrekkig steunsysteem.

SCOFF vragenlijst Morgan, ea

1. Vindt u dat voedsel een belangrijke plaats inneemt in uw leven?
2. Bent u bang dat u geen controle meer heeft over de hoeveelheid die u eet?
3. Bent u ≥ 7 kg afgevallen in 3 maanden tijd?
4. Denkt u dat u te dik bent, terwijl anderen vinden dat u dat niet bent?
5. Wekt u braken op omdat u zich met een 'volle maag' niet goed voelt?

De kans op een aanwezige eetstoornis is 90% als het antwoord op **minstens 2 vragen 'ja'** is.

Als er niet voldoende empathie door de patiënt wordt ervaren is kans op eerlijk antwoord kleiner.

Quote van een huisarts

Ik ben zelf huisarts en onze dochter heeft een eetstoornis. Haar ziekte ontwikkelde zich zo geleidelijk, dat ik in het begin niet doorhad dat er iets aan de hand was. Toen onze dochter op een gegeven moment zei dat ze vegetarisch wilde eten zochten we daar niets achter. Langzaam kwamen er steeds meer regeltjes bij, totdat het ineens heel snel achteruit ging. Begin september kwam onze dochter in het ziekenhuis terecht met uitdrogings- en ondervoedingsverschijnselen. Wat volgde was een lange en intensieve strijd tegen haar eetstoornis. Gelukkig hebben we de strijd gewonnen en is onze dochter genezen. Eén ding is ons daarbij de afgelopen tijd heel duidelijk geworden: een eetstoornis heeft maar weinig met eten te maken. Het is vooral het niet willen voelen van pijnlijke gedachten en gevoelens."



PsyQ



signalen kaart

eetstoornissen voor huisartsen



Signalen eetstoornis

- Angst om aan te komen in gewicht
- Altijd bezig met eten, lijnen, calorieën
- Vertekend lichaamsbeeld
- Weinig zelfvertrouwen/laag zelfbeeld
- Moeite met uiten van gevoelens

Signalen type mens

- Perfectionistisch
- Introvert
- Faalangst
- Gevoelig
- Competitief
- Controlefreak
- Impulsief
- Pleaser

www.psyq.nl/eetstoornis
www.buropuur.nl

Signalen Omgeving/trigger

- Sterk prestatiegericht
- Taboe op uiten van gevoelens
- Lijnen met vrienden of thuis
- Eetstoornissen en/of obesitas in de familie
- Sporten waarbij gewicht een rol speelt
- Stressvolle gebeurtenis:
 - Overlijden
 - Misbruik
 - Pesten
 - Verslaving
 - Ziekte, blessure
 - Scheiding
 - Depressie
 - Lichamelijk geweld

Signalen Overtuigingen

- Ik ben veel dikker dan anderen
- Ik doe het toch nooit goed genoeg
- Ik heb nog niet gesport, dus ik mag niet eten
- Ik voel me buitengesloten
- Ik vind gym vreselijk, vooral dat omkleden
- Ik ga niet naar feestjes, want daar is altijd eten
- Ik kijk heel vaak in de spiegel. Ik ben dik
- Ik draag graag wijde kleding

Signalen Eetgedrag

- Liegen over eten en wat gegeten is
- Eten weggooien, minder eten of eetbuien
- Braken, laxeren, maaltijden overslaan
- Regels en rituelen rondom eten
- Mee willen beslissen wat gegeten wordt
- Kcal tellen, lijnen, verboden voedsel hebben
- Voor anderen koken, maar zelf niet eten
- Liever alleen eten
- Spanning bij eetmomenten
- Overdreven interesse in voeding
- Schuldgevoel als er te veel gegeten is
- Veel of juist weinig controle over eten
- Eten terwijl je al vol zit
- Niet eten terwijl je trek hebt
- Lege verpakkingen verstoppen
- Vreemde combinaties eten
- Treuzelen met eten of veel te snel eten
- Veel geld uitgeven aan eten/ stelen van eten
- Geen vette of zoete dingen willen eten
- Veel water drinken, > 2 liter per dag

Signalen Lichaam

- Onder- of overgewicht, maar 'gezond' gewicht kan ook !
- Obstipatie, maag- en/of darmstoornissen
- Concentratieproblemen, moe, slecht slapen
- Hoofd-, keel- en/of buikpijn
- Duizeligheid, flauwte
- Hoog cholesterol gehalte
- Hartproblemen
- Kouden handen en voeten
- Tekort aan vitamines en mineralen
- Hoge of lage bloeddruk
- Groei stagneert
- Problemen met gebit
- Menstruatieklachten
- Donsbeharig
- Haaruitval, broze nagels
- Uitdroging of vochtophoping
- Bleke, grauwe, gele huid
- Zwelling van de speekselklieren

!?!



PsyQ

