



Regels voor kinderen met een eetstoornis op de dienst kindergeneeskunde

informatie voor patiënten

Inleiding

Je bent opgenomen in het ziekenhuis omdat we ons ernstige zorgen maken over je gewicht en eetgedrag. Deze ziekte noemt men anorexia nervosa (AN). AN is een ernstige eetstoornis. Er zijn verschillende redenen waarom patiënten met AN zo weinig mogelijk willen wegen. Ze hebben onder andere een verkeerd beeld van hun lichaam en vinden zichzelf te dik. Tijdens deze opname gaan wij samen met jou op zoek naar de oorzaken van je eetprobleem. Een ongezond laag gewicht kan ernstige gevolgen hebben voor je lichaam en dagelijks functioneren: de ontwikkeling van de botten, de vruchtbaarheid en de weerstand tegen ziekten zijn ernstig verstoord. Als deze ziekte niet behandeld wordt, kan ze leiden tot een opname op de intensieve zorgeneheid of zelfs tot overlijden. Het doel van deze opname op de dienst kindergeneeskunde is om dit gevaarlijke stadium te voorkomen en om gewichtstoename te bevorderen. Momenteel ben je zelf niet in staat om objectief over je gewicht te oordelen. Wij willen je daarom onder toezicht helpen je gewicht te verbeteren.

Opname

Op de dienst kindergeneeskunde zijn kinderen opgenomen om verschillende redenen. Om de orde en het overzicht te behouden en jouw verblijf zo aangenaam mogelijk te maken, zijn er enkele algemene afspraken. Uitzonderingen op deze afspraken kunnen enkel na toestemming van een verpleegkundige of arts.

- ★ Je mag de afdeling alleen verlaten mits toestemming en onder toezicht van een meerderjarig persoon.
- ★ Uiterlijk om 22.00 uur moet het stil zijn op de afdeling.
- ★ 's Morgens sta je ten laatste om 7.30 uur op.

Om je te helpen met de behandeling van je eetstoornis zijn er bijkomende regels vastgelegd, die hieronder worden toegelicht.

- ★ Je wordt op een kamer van twee personen opgenomen. Wij willen hiermee je sociaal contact bevorderen. Samen met je medepatiënten eet je in de eetzaal, ga je naar de speelzaal of naar school. Op je kamer krijg je je eigen bed met nachtkastje en kleerkast toegewezen. De kamer kan om veiligheidsredenen niet op slot. Berg daarom waardevolle spullen zoveel mogelijk weg, zodat ze niet in het zicht liggen. Er zijn ook kastjes met een sleutel beschikbaar om bijvoorbeeld je laptop in te bewaren. Het veiligste is echter om je waardevolle spullen thuis te laten of aan je ouders mee te geven.
- ★ We vragen je om de rust op de afdeling te bewaren. De meeste patiënten op de afdeling hebben veel rust nodig om te herstellen. Op de gang wordt niet geroepen, gelopen, luid gepraat ...
- ★ Bij voorkeur ontvang je bezoek van familie en vrienden na het beëindigen van het dagprogramma, vanaf 17 à 18 tot 20 uur. Ouders mogen op de kamer blijven tot 21.30 uur.

Je ontvangt wekelijks een planning op de afdeling. Op die manier heb je een goed zicht op je eigen schema.



Maaltijden

Bij het begin van de opname heb je contact met een diëtist. Samen stel je een voedingsschema op. In dit voedingsschema zijn zes eetmomenten voorzien. Het dieet is zo samengesteld dat je gewicht geleidelijk kan toenemen. Alle betrokkenen krijgen een kopie van dit voedingsschema (jijzelf, diëtist, artsen, verpleegkundigen, logistieke medewerkers, spelbegeleiding). Ook in de eetzaal wordt het schema opgehangen. Zo is iedereen op de hoogte van jouw persoonlijke voedingsschema. Discussies daarover zijn dus niet nodig.

Zes eetmomenten

Er zijn zes eetmomenten voorzien. De drie hoofdmaaltijden vinden plaats om 8 uur, 12 uur en 17 uur. Er zijn drie tussendoortjes om 10 uur, 15 uur en 20 uur. Op deze uren ga je zelf naar de eetzaal.



De hoofdmaaltijden eet je in de eetzaal, samen met de andere kinderen die opgenomen zijn op de afdeling. De hoofdmaaltijd wordt onder toezicht van de logistieke medewerkers opgegeten. De hoofdmaaltijden moeten binnen 30 minuten gegeten worden, nadien blijf je nog 30 minuten aan tafel zitten in aanwezigheid van een personeelslid. Je mag gerust een boek of tijdschrift meebrengen om in de tussentijd te lezen.

De tussendoortjes worden genuttigd in de speelzaal of in de verpleegwacht (als de speelzaal gesloten is), altijd onder toezicht van een verpleegkundige, logistieke medewerker of spelbegeleider. De tussenmaaltijden worden opgegeten binnen de 15 minuten. Nadien blijf je nog 15 minuten zitten.

Tijdens alle voedingsmomenten wordt gecontroleerd of de volledige maaltijd wordt opgegeten en of er geen voedsel wordt weggegooid. Als je het voedsel niet binnen de voorziene tijd opeet, zal de verpleegkundige of logistieke medewerker dit aan de arts en de diëtist doorgeven. Zij zullen dan na overleg de nodige maatregelen treffen (bijvoorbeeld een aanpassing in je voedingschema of het opstarten van bij- of sondevoeding).



Belangrijkste regels

Algemene afspraken:

- ⊙ Voedingsmomenten
Hoofdmaaltijden: 8 uur - 12 uur - 17 uur met nadien 30 minuten observatie.
Tussendoortjes: 10 uur - 15 uur - 20 uur met nadien 15 minuten observatie.
- ⊙ Er zijn drie weegmomenten per week: op maandag, woensdag en vrijdag. Het wegen gebeurt altijd in nuchtere toestand, in ondergoed, na het plassen en telkens op dezelfde weegschaal.
- ⊙ Dagelijks verwachten we een gewichtstoename van 100 g. Dat wil zeggen dat je op woensdag 200 g, vrijdag 200 g en maandag 300 g bent aangekomen.
- ⊙ De diëtist zal op maandag, woensdag en vrijdag langskomen om je voedingsschema met je te bespreken en aan te passen (afhankelijk van de gewichtsevolutie). De rest van het medische team zal over het nieuwe schema ingelicht worden.
- ⊙ Tijdens het schooljaar ga je naar de ziekenhuisschool. Daar volg je ongeveer twee uur les per dag.
- ⊙ Gedurende de opname spreek je met een team van psychologen en kinderpsychiaters. Deze gesprekken hebben als doel meer duidelijkheid te krijgen over je denkpatroon en je mentale toestand.
- ⊙ Tijdens het eerste weekend van je opname blijf je in het ziekenhuis.



- ⊙ Als zowel je gewicht (700 g bijgekomen in zeven dagen) als je motivatie (op tijd komen eten, binnen de voorziene tijd eten, geen eten weggooien ...) dit mogelijk maken, kan de arts beslissen om je tijdens het weekend één of twee dagen naar huis te laten gaan.
- ⊙ Tijdens het weekend hou je een eetdagboek bij dat je terug meebrengt naar de afdeling om te bespreken met je arts en diëtist.
- ⊙ Lange afstanden wandelen vraagt veel energie. Daarom kan de arts beslissen dat je alle afstanden buiten de afdeling met een rolstoel moet afleggen. Er is altijd een rolstoel aanwezig op de afdeling.
- ⊙ Soms mag je de afdeling kort verlaten onder begeleiding van je ouders (na dit genoteerd te hebben in het boek aan de verpleegpost). Je dagschema (lessen, gesprekken, onderzoeken) mag echter niet in het gedrang komen. Check dus altijd eerst of er niets gepland is vooraleer je vertrekt.
- ⊙ Als dit medisch noodzakelijk is, wordt er 's nachts een monitor voorzien. Enkel de verpleegkundige mag de monitor uitschakelen in de ochtend. Je mag dit dus niet zelf doen!
- ⊙ De duur van je opname hangt af van het behalen van een streefgewicht in combinatie met jouw inzet. Het streefgewicht wordt bepaald door rekening te houden met je vroegere gewicht- en lengtecurve en op basis van je BMI (body mass index = gewicht in kg/(lengte in meters x lengte in meters)).
- ⊙ Als je vragen hebt, kun je die op de geplande overlegmomenten stellen, zowel aan je behandelende arts als de andere leden van het medische team.



Afspraken op de afdeling:

- ⊙ Tijdens je vrije momenten, wanneer je geen les of andere afspraken hebt, verblijf je in de speelzaal. Hier kan je knutselen, gezelschapsspellen spelen of je op een andere manier ontspannen.
- ⊙ De gordijnen op de kamer blijven overdag open.
- ⊙ Uiterlijk om 22 uur moet het stil zijn op de afdeling. Dan gaan de lichten uit, laptops en gsm's worden weggeborgen. Gebeurt dit niet, dan neemt de verpleegkundige de spullen weg.

Afspraken bij de eetmomenten:

- ⊙ Wees op tijd voor je maaltijden. Als je om 10 uur een tussendoortje krijgt, haal het dan om 5 voor 10 uit de koelkast. Zo kan je om 10 uur aan je tussendoortje beginnen en je kwartier optimaal benutten. Uiteraard houden we rekening met je afspraken met de dokter, psychologen of school. Heb je les of therapie tijdens een eetmoment? Neem dan je tussendoortje mee.
- ⊙ Om de eetmomenten zo optimaal mogelijk te laten verlopen, kan de tafelverdeling aangepast worden indien nodig.
- ⊙ Wanneer er niet getoond wordt wat er opgegeten is, beschouwen we de hele maaltijd als 'niet opgegeten'. Dit kan als gevolg hebben dat de volledige maaltijd wordt bijgespoten als je een sonde hebt.
- ⊙ Servetten op de plateaus worden niet toegelaten.

- ⊙ Je eet wat er op je bord ligt. Hier is geen discussie over mogelijk tijdens de maaltijden. Je kan dit wel bespreken met de diëtist.
- ⊙ Tussendoortjes worden niet geruild of gewisseld.
- ⊙ Boterhammen worden gesmeerd door de logistieke medewerkers als er dikwijls onvoldoende beleg gesmeerd wordt.
- ⊙ Boterhammen worden niet geroosterd, tenzij anders afgesproken in overleg met de diëtist.
- ⊙ Na het eten kunnen de kledingzakken gecontroleerd worden op kruimels of restjes voedsel.
- ⊙ Je mag geen voedingsmiddelen van thuis meebrengen.

→ **Extra tips**

Soms zit het bijkomen of het verliezen van gewicht in kleine dingen. Wij letten daarom ook op je houding op de stoel, hoe lang je rechtstaat, je beweeglijkheid, toiletbezoek...

We doen dit allemaal om je mee te helpen in je strijd tegen je eetstoornis.

Voor verdere inlichtingen kunnen jij en je ouders altijd terecht bij de verpleegkundige die voor jou verantwoordelijk is.





© juni 2020 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door de dienst kindergeneeskunde in samenwerking met de dienst communicatie.

U vindt deze brochure ook op www.uzleuven.be/brochure/700336.

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via communicatie@uzleuven.be.

Verantwoordelijke uitgever

UZ Leuven

Herestraat 49

3000 Leuven

tel. 016 33 22 11

www.uzleuven.be

 mynexuzhealth



Raadpleeg uw medisch dossier
via www.mynexuzhealth.be
of download de app

