

Informatie voor patiënten en familie

Voltijdse therapie eetstoornissen in opname of dagbehandeling



Je overweegt om het voltijdse therapieprogramma voor eetstoornissen van het UPC KU Leuven te volgen. In deze folder lees je wat je kan verwachten.

De beslissing om het programma te starten neem je samen met je familie tijdens een intake op de raadpleging eetstoornissen. Maak hiervoor een afspraak via 016 34 80 00.

Het zorgteam staat voor je klaar om samen aan de slag te gaan. Wees van harte welkom.

Voorwaarden

- je bent ouder dan vijftien jaar
- je hebt de diagnose eetstoornis
- ambulante of deeltijdse dagbehandeling voor je eetstoornis volstaat niet

Multidisciplinair zorgteam

Het zorgteam op de afdeling eetstoornissen is multidisciplinair samengesteld. Het bestaat uit een psychiater, verpleegkundigen en experts in voedingstherapie, psychomotorische therapie, ergotherapie, sociaal werk en psychotherapie.

Over de therapie

Het zorgteam begeleidt je in dit programma met groepstherapie. Samen met het zorgteam ga je op zoek naar de functies van je eetprobleem en naar factoren die je symptomen in stand houden.

Je eetpatroon en beweging worden door de afdelingsregels en -structuur bepaald. De zorgmedewerkers vragen om hen hierin te vertrouwen. Je leert een normale eet- en bewegingsstructuur juist in te schatten en je eetstoornis stap voor stap los te laten. Zo komt er terug ruimte om te denken en te voelen.

Wekelijks stel je je eigen, concrete doelen op. De prioriteit daarbij is wel je gewicht herstellen of je eetgestoorde symptomen – bijvoorbeeld eetbuien of compensatiegedrag zoals braken, laxeren of bewegingsdrang – stoppen. Je werkt met duidelijke handvatten zoals een signaleringsplan en een alternatievenlijst.

Vijf dagen per week, maximaal drie maanden

Dit programma bestrijkt vijf behandeldagen per week. Je kan overnachten op de afdeling of de therapie als dagbehandeling volgen en elke dag naar het ziekenhuis pendelen. De maximale behandelduur is drie maanden. Na de opname neem je de draad terug op met je ambulant zorgnetwerk.

Maaltijden

In het ziekenhuis is er elke dag een vast ontbijt, een warm middagmaal, een avondmaal en drie tussendoortjes.

Familie en steunfiguren

Om de vier weken bespreken we de evolutie van je behandeling. Daarbij nodigen we ook je naasten of belangrijke steunfiguren uit je thuisomgeving uit. Hen betrekken is erg helpend en belangrijk voor je behandeling. We blikken tijdens die besprekingen samen terug op de afgelopen periode en kijken ook vooruit naar het behandeltraject voor de komende weken. Het volledige zorgteam is hierbij aanwezig.

Daarnaast zijn je naasten van harte welkom op onze tweewekelijkse **gezinsavonden**. Die vormen een gelegenheid om medepatiënten, andere familieleden of vrienden te ontmoeten en vragen te stellen aan elkaar of het team over het ziektebeeld, de opname, de behandeling en hoe het thuis verloopt.

Verder kunnen er ook **gezinsgesprekken** plaatsvinden. Hierin kan je gezin of omgeving het verloop van wekelijkse oefenmomenten thuis bespreken en kan je hierop samen voorbereiden met behulp van concrete handvatten, zoals het portieboekje.

Behandelfases

Je begint aan je behandeling met een startweek. In die week leren de zorgmedewerkers jou kennen en jij hen. Je krijgt de tijd om je maaltijden op te bouwen en je plek op de afdeling te vinden.

Na de startweek doorloop je twee fases tijdens de behandeling. Elke fase heeft vaste afspraken (zie tabel). In de eerste fase is er veel zorg en steun vanuit het team. In de tweede fase zal je je herstel weer meer zelf in handen nemen. Vanaf week vier kan je die fase 2 aanvragen indien je minstens een week boven je streeflijn zit en je de volledige eetstructuur hanteert, zonder compensatie.

Streeflijn?

De dag na opname wordt je startgewicht bepaald en start je streeflijn. De streeflijn geeft het minimaal te volgen gewichtsverloop aan. Wanneer je gewicht moet herstellen, verwachten we dat je in de startweek minstens stabiel blijft in gewicht. Na de startweek verwachten we dat je gewicht met minstens 700 gram per week stijgt. De streeflijn verloopt horizontaal wanneer je gewicht hoger of gelijk is aan een *body mass index* (BMI) van 20. Je BMI bereken je door je gewicht te delen door je lengte².

	startweek	Fase 1	Fase 2
voeding	vaste menu	vaste menu	je kan je menu zelf kiezen*
weging	dagelijkse weging	dagelijkse weging	2 keer per week weging
maaltijden	alle 6 maaltijden in de eetzaal op de afdeling	1 keer per week vrije avond	1 keer per week vrije avond en thuis extra oefenen
overnachten	je overnacht op de afdeling, ook op woensdag en in het weekend	je overnacht thuis in de nacht van woensdag (vertrek 13 uur) op donderdag (terug 10 uur) en in het weekend	je overnacht thuis in de nacht van woensdag (vertrek 13 uur) op donderdag (terug 10 uur) en in het weekend
afdeling verlaten	<ul style="list-style-type: none">• kan met je familie• kan alleen gedurende 30 minuten, binnen het domein van het ziekenhuis	<ul style="list-style-type: none">• kan met je familie• kan alleen, binnen het domein van het ziekenhuis	kan alleen, ook buiten het domein van het ziekenhuis



Medische zorgen

Een eetstoornis kan heel wat ernstige medische gevolgen hebben. Om die reden wordt bij je opname standaard je bloed gecontroleerd en krijg je een hartonderzoek (EKG). Als je BMI minder dan 13 bedraagt wordt je suikergehalte (glucosedagprofiel) opgevolgd en krijg je supplementen met vitamines of calcium. Bij medische problemen kunnen aanvullende zorgen gestart worden, zoals extra rust, of het starten met Fortimel, een infuus of sondevoeding. Omwille van de veiligheid wordt afgeraden om een auto te besturen met een BMI onder de 16.

Met een BMI boven de 18 kan je lichaam normale fysieke inspanning aan. Met een BMI lager dan 18 dien je je intensieve sportactiviteiten te stoppen. Met een BMI tussen 16 en 18 kan lichte fysiek activiteit zoals wandelen of fietsen, indien je dit afwisselt met rustmomenten. Met een BMI lager dan 16 moet je ook lichte fysieke activiteit beperken.

Voor de veiligheid mag je met een BMI onder de 13 de afdeling niet alleen verlaten en gebruik je de rolstoel wanneer je bezoek hebt. Je kan op woensdag of het weekend niet thuis overnachten.

Bijsturen bij moeilijkheden

Wanneer het tijdens de behandeling niet lukt om de volledige eetstructuur te hanteren, symptoomgedrag te stoppen of boven je streeflijn te blijven, keer je terug naar/of verlengt de eerste fase en krijg je versterkte maaltijden. We brengen samen de factoren die je gewichtsherstel en normaal eetgedrag bemoeilijken opnieuw in kaart tijdens de evolutiebespreking. Daarnaast krijg je een nieuwe kans je streefdoel toch nog te halen door in twee weken minimum 1.400 gram (700 gram per week) bij te komen.

Als dat lukt, kan je je streeflijn opnieuw laten bepalen. Als dat niet lukt, drukken we op de pauzeknop in: dan starten we een time-out en stopt de opname voor drie weken.

Time-out

Wanneer je behandeling onvoldoende helpt en je het afgesproken nieuwe streefdoel niet haalt, start een time-out. Je gaat dan minimaal drie weken naar huis. In je eigen thuisomgeving heb je meer autonomie en ben je dichterbij je steunfiguren. Zo krijg je de mogelijkheid om je zelfvertrouwen en motivatie – wie ben je en waar je wil je naartoe – grondiger uit te zoeken en te beleven. Dat helpt om te besluiten hoe je je stappen naar herstel verder wil invullen. Vaak starten mensen daarna met nieuwe krachten in hun behandeling.

Als de zorg en structuur van de afdeling plots wegvallen kan dit voor jou en je familie beangstigend en onzeker aanvoelen. Ter voorbereiding van een time-out, is er altijd een overleg mogelijk met als doel de drie weken thuis veilig te laten verlopen. Ambulante afspraken, gericht op veiligheid en motivatie, zijn tijdens de time-out mogelijk.

Wanneer we na een time-out samen besluiten de behandeling op de afdeling met nieuwe doelen nog eens te proberen, kan je snel in heropname komen.

Praktisch

Bezoekuren

maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 18 tot 20 uur
woensdag van 13 tot 20 uur
in het weekend van 9 tot 20 uur

Woensdagovernachting

vanaf woensdag 13 uur tot donderdag 10 uur

Weekendregeling

vanaf vrijdag 18 uur tot zondag 11.45 uur
of zaterdag vanaf 13 uur tot zondag 20 uur

Vrije avond

vanaf 18 uur (19 uur bij uur living) tot 22.30 uur
minderjarigen kunnen enkel met de goedkeuring van hun ouders en
duidelijke afspraken op vrije avond

Ontslagplanning

op zaterdag na 14 uur

Contact

Afdeling eetstoornissen
UPC KU Leuven, Campus Gasthuisberg (volg zilveren pijl)
Herestraat 49, 3000 Leuven
016 34 82 20

Intakegesprek

raadpleging eetstoornissen
016 34 80 00

UNIVERSITAIR PSYCHIATRISCH CENTRUM KU LEUVEN
Z.ORG KU LEUVEN

campus Kortenberg

Leuvensesteenweg 517
3070 Kortenberg
T +32 2 758 05 11

campus Gasthuisberg

Herestraat 49
3000 Leuven
T +32 16 34 80 00

Campus Sint-Annendael Diest

Vestenstraat 1
3290 Diest
T +32 13 38 05 11

www.upckuleuven.be

info@upckuleuven.be