

Informatie voor patiënten en familie

Dagbehandeling eetbuistoornis



Je overweegt om het gespecialiseerde dagprogramma voor eetstoornissen te volgen in een deeltijds regime van drie behandeldagen per week. Deze brochure geeft meer duidelijkheid over wat je precies kan verwachten van de behandeling en welke afspraken er bestaan.

Een dagprogramma vraagt een groot engagement van jezelf, je familie en van je steunfiguren. De zorgmedewerkers staan voor je klaar om jou en je naasten hierin te begeleiden en samen aan de slag te gaan, in een goede en transparante samenwerking.

Wees van harte welkom!

Voorwaarden

- je bent 18 jaar of ouder
- je hebt een diagnose eetbuistoornis of je worstelt met een eetstoornis waarbij eetbuien op de voorgrond staan
- ambulante therapie voor je eetstoornis volstaat niet, maar je hebt wel voldoende lichamelijke en psychische draagkracht om je werk, studie en sociale activiteiten met klinische psychotherapie te combineren

Multidisciplinaire therapie

In dit programma word je begeleid door een multidisciplinair team. Dat team bestaat uit een psychiater, een verpleegkundige, een voedingsdeskundige, een psychomotorisch therapeut en een psychotherapeut.

Prioriteit in je behandeling is de symptomen van je eetstoornis stoppen en je eetstructuur herstellen. Verder zoek je samen met de zorgmedewerkers naar de functies van je eetstoornis en naar de factoren die symptomen mee in stand houden.

Een concrete, doel- en oplossingsgerichte manier van werken staat centraal in onze behandeling. Zo werken we met duidelijke handvatten zoals een eetdagboek of alternatievenlijst en stel je ook wekelijks je eigen concrete doelen op. Het programma is opgesteld om ervaringsgericht te kunnen werken richting je herstel. Met rust, structuur, steun van je omgeving en doe-opdrachten overwin je je angsten en kom je stapsgewijs vooruit.

Behandeltraject

Voor dit programma kom je telkens op woensdag naar het ziekenhuis, van 8.30 tot 15.30 uur.

's Ochtends word je eerst gewogen. De therapieën starten stipt, van 9 tot 10.15, van 10.45 tot 12 en van 14 tot 15 uur. Om 10.15 en 15 uur is er een tussendoortje voorzien en om 12 uur een warme maaltijd.

Je traject start met een basistermijn van drie maanden. Nadien is het mogelijk om tot drie keer toe je termijn te verlengen met telkens weer drie maanden. In totaal kan de behandeling dus een jaar duren.

Na drie maanden vindt er een eerste evolutiebespreking plaats. Daarin bespreek je, samen met iemand uit je thuisomgeving en enkele therapeuten uit het zorgteam, je behandeltraject en je evolutie. Bij een keuze om je termijn te verlengen, vindt die bespreking opnieuw plaats na drie maanden plaats.

Groepstherapie

Dit programma verloopt in groep, met maximaal uit acht deelnemers. Het is een halfopen groep. Dat betekent dat de patiënten in de groep zich in verschillende fasen van hun behandeling bevinden. Om de drie maanden is er een uit- en instapmoment.

Vertrouwen is een basisvoorwaarde van groepstherapie. Zowel het team als patiënten dragen zorg voor een veilige, steunende sfeer in de groep. Om de vertrouwelijkheid van de groep te garanderen, vragen we je om geen informatie van medepatiënten te delen met anderen, binnen noch buiten het ziekenhuis. Alles wat in de therapie besproken wordt, valt onder het groepsgeheim.

Een individueel gesprek kan plaatsvinden in het kader van een raadpleging bij de psychiater. Bij de start van je behandeling wordt dat gesprek ingepland, nadien worden ook vervolgafspraken voorzien.

Het zorgteam raadt je aan om individuele therapie bij een psycholoog te combineren met dit dagprogramma. Dat biedt ook zorgcontinuïteit wanneer je behandeling op deze afdeling eindigt.

Contextontmoeting

Je behandeling lukt niet zonder de mensen uit je naaste omgeving erbij te betrekken, zij vormen er een belangrijke schakel in. Daarom worden ze om de zes weken uitgenodigd op wat de zorgmedewerkers de 'contextontmoeting' noemen. Die vindt plaats op een woensdag van 9 tot 10.15 uur.

Alle deelnemers van de behandeling worden er verwacht. De bedoeling is dat je ernaartoe komt samen met iemand uit je thuisomgeving. Dat kunnen familieleden zijn, of vrienden, collega's, burens of hulpverleners. Kortom iedereen die een helpende rol speelt of kan spelen in jouw herstel. Zij vormen een belangrijke motor in je herstel, hen betrekken is essentieel.

Afspraken over eten en gewicht

Een voorwaarde om te genezen van een eetprobleem is het herstel naar een gestructureerd eetpatroon – drie volwaardige maaltijden en drie tussendoortjes per dag. Dat moet je concreet aanpakken.

Dagelijks je eet- en bewegingsdagboek bijhouden vormt een basisonderdeel hierin. Je eetdagboek is een belangrijk werkinstrument in de therapie. Aan de hand daarvan evalueren de zorgmedewerkers hoe het is gegaan en sturen ze bij indien nodig.

Stuur telkens ten laatste op dinsdagavond je eet- en bewegingsdagboek door naar de diëtist (Katrien) en de verpleegkundige (Nancy).

katrien.uytterhoeven@upckuleuven.be

nancy.1.wouters@upckuleuven.be

Als je overgewicht hebt is het belangrijk dat het bijkomen stopt. Dat lukt door samen met je zorgverleners een gestructureerd eetpatroon op te bouwen en de eetbuien te doorbreken. Om dat goed op te volgen, word je wekelijks gewogen. Je gewicht op de startdag bepaalt je bovengrens. De bedoeling is om onder die bovengrens te blijven. Gewichtsdeling is echter geen doelstelling van deze behandeling. Indien het om gezondheidsredenen wel wenselijk zou zijn om af te vallen, geldt hierbij als algemene regel dat je gewicht maximaal met tien procent mag dalen.

Een (vermagerings-)dieet volgen tijdens deze behandeling druist in tegen de behandelingsprincipes van het zorgteam en is daarom niet toegestaan. Indien je twijfelt over wat kan en wat niet, aarzel dan niet om dat met een van de teamleden te bespreken.

Engagement

Zelf instaan voor je eigen fysieke en psychische gezondheid is belangrijk in je herstel op langere termijn. De behandeling biedt een therapeutisch en structurerend kader, maar je intrinsieke motivatie en engagement bepaalt uiteindelijk je herstel.

Dat begint bij een maximale aanwezigheid. Zowel voor jezelf als voor je groepsgenoten is je aanwezigheid in alle sessies erg belangrijk. Mocht het toch eens gebeuren dat je niet op een therapiedag aanwezig kan zijn, vraag dan minstens twee weken op voorhand je afwezigheid aan bij de verpleegkundige, via dit e-mailadres: nancy.1.wouters@upckuleuven.be.

Situaties van overmacht of ziekte vormen hierop een uitzondering. Bij ziekte dien je een doktersattest aan het team te bezorgen. Als je regelmatig afwezig bent of te laat komt zonder op dat voorhand aan te geven, kan je traject in vraag gesteld en eventueel stopgezet worden.

De dagbehandeling vraagt een actieve houding en een betrokken inbreng in de verschillende therapie sessies, maar ook een engagement op de andere dagen van de week. Soms lukt het niet om symptoomgedrag te stoppen of nemen er andere zaken in je leven de bovenhand waardoor het moeilijk wordt om je vooropgestelde doelen in de behandeling te behalen. In dat geval gaan de zorgmedewerkers een gesprek aan om te bekijken welke factoren je herstel bemoeilijken. Indien het op dat moment niet mogelijk lijkt om een herstelplan op te stellen met nieuwe doelen en concrete stappen, kan ook dan het traject stopgezet worden.

Contact

UPC KU Leuven, afdeling eetstoornissen

Campus Gasthuisberg, Herestraat 49, 3000 Leuven

Rode straat, poort 2

016 34 82 20

mbu@upckuleuven.be

Intake

Raadpleging eetstoornissen

016 34 80 00

Verantwoordelijke psychiater

dr. Charline Denys

016 34 80 00

Hoofdverpleegkundige

Maureen Verbiest

016 34 82 25

Sociaal werker

Tom Claes

016 34 82 19



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

www.upckuleuven.be

info@upckuleuven.be