

Informatie voor patiënten en familie

Deeltijdse dagbehandeling eetproblemen volwassenen



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 eetstoornis
- ambulante therapie voor je eetstoornis volstaat niet
- je hebt een *Body Mass Index* van minimum 14

Multidisciplinaire therapie

In dit programma krijg je begeleiding via groepstherapie door een multidisciplinair zorgteam. Dat team bestaat uit een psychiater, een verpleegkundige en experts in onder meer voedingstherapie, psychomotorische therapie, ergotherapie en psychotherapie. Samen gaan zij met jou op zoek naar de functies van je eetprobleem en naar die factoren die je symptomen in stand houden.

In de therapie ga je aan de slag met duidelijke handvatten zoals een signaleringsplan of een alternatievenlijst. De prioriteit in het programma is je gewicht herstellen en de symptomen van je eetstoornis – bijvoorbeeld eetbuien of compensatiegedrag als braken, laxeren of beweegdrang – stoppen. Wekelijks stel je daarbij je eigen concrete doelen op. Het programma is zo opgesteld dat je ervaringsgericht naar je herstel toewerkt.

Drie dagen per week, maximaal zes maanden

Je komt voor dit programma op dinsdag, woensdag en vrijdag naar het ziekenhuis, telkens van 10 tot 15.30 uur.

Je traject start met een basistraject van twee maanden. Tot twee keer kan je die termijn met twee maanden verlengen tot een maximale behandelduur van zes maanden.

Evolutiebespreking

Na de eerste maand vindt er een eerste evolutiebespreking plaats. Daarin bespreek je je behandeltraject en je evolutie samen met de mensen die betrokken zijn in je zorg. Het hele zorgteam is bij de bespreking aanwezig. Die bespreking herhaalt zich – in je derde maand indien je kiest voor een eerste verlenging, in je zesde maand indien je kiest voor een tweede verlenging.

Contextontmoeting

Om je behandeling te doen slagen is het belangrijk om de mensen uit je nabije omgeving erbij te betrekken. Zij worden daarom een keer per maand uitgenodigd op de 'contextontmoeting'. Die wordt gepland op een dinsdag van 15 tot 17 uur.

Je behandelend zorgteam verwacht dat alle deelnemers van de behandeling hier aanwezig zijn. Ze bemoedigen sterk aan om een of meerdere mensen uit je thuisomgeving mee te nemen. 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.

Maaltijden

In het ziekenhuis krijg je een middagmaal en twee tussendoortjes. Je ontbijt, avondmaal en avondtussendoortje eet je thuis.

Vanaf je tweede week eet je in principe volledige maaltijden. Als dat moeilijk zou lopen, bespreekt het zorgteam dat uitvoeriger op je eerste evolutiebespreking. Indien de zorgmedewerkers merken dat de evolutie in je eetherstel moeilijk blijft lopen, kunnen ze de effectiviteit van de behandeling in vraag stellen.

Als je er in slaagt je maaltijden op te bouwen naar de minimale hoeveelheden, krijg je de gelegenheid om te oefenen in keuzes maken in je eetpatroon. Dat geldt vanaf week 3. Een voorwaarde om naar die tweede fase te gaan, is dat je gewicht op woensdag boven de streeflijn zit en je een week volle balkjes scoort.

Behandelfases

Tijdens je startweek leer je de medewerkers van het zorgteam kennen, en zij jou. Je krijgt in die week ook de tijd om je plekje te zoeken in de groep. Na de startweek doorloop je twee fases, met afspraken afgestemd op de vorderingen in je herstel en je motivatie.

	startweek	Fase 1 vanaf week 2	Fase 2 vanaf week 3 indien boven streeflijn + volle balkjes
voeding	vaste menu	vaste menu	je stelt zelf je menu samen*
weging	woensdag	woensdag	woensdag
bijkomen indien ondergewicht	minstens stabiel	500g/week**	500g/week**
eetstructuur	aan de slag met opbouwschema	aan de slag met maaltijdstructuur en met stop compensatiemiddelen	maaltijdstructuur ok – gestopt met compensatie

* bij BMI > 20 kies je tussendoortjes vrij

** met een systeem met waarschuwing als dat niet lukt

Bijsturen bij moeilijkheden

Soms lukt het niet om je symptoomgedrag te stoppen of zak je onder je streeflijn. In dat geval blijf je in de eerste fase of keer je ernaar terug. Daarnaast krijg je een nieuw streefdoel om in de twee komende weken minimum 1.000 gram (2 x 500g) bij te komen. In dat geval zullen de zorgmedewerkers in het team je vragen om, in samenspraak met de experts, een herstelplan op te stellen om je nieuwe doel te behalen. De factoren die je gewichtsherstel en normaal eet- en beweeggedrag bemoeilijken breng je hierbij opnieuw in kaart en je koppelt er concrete stappen aan.

Als dat lukt, kan je je streeflijn hertrekken. Als dat niet lukt, lijkt het dat de dagbehandeling onvoldoende werkt voor jou en zal het team mogelijk een time-out of intensievere zorg adviseren.

Time-out

Een behandeling voor eetstoornissen verloopt vaak gefaseerd. Dat betekent dat symptomen en je gewicht soms snelle sprongen vooruit maken, maar soms ook onvoldoende herstellen. Die schommelingen geven vaak je vertrouwen in herstel en je intrinsieke motivatie weer.

Wanneer je behandeling onvoldoende helpt en je het nieuwe streefdoel niet haalt, start een time-out. Je gaat dan minimaal zes weken naar huis. In je thuisomgeving heb je meer autonomie en ben je dichterbij je steunfiguren. Zo krijg je de mogelijkheid je zelfvertrouwen en motivatie – wie je bent en waar je naartoe wilt – 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 de structuur van de afdeling plots wegvallen, kan dat 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 zes weken thuis veilig te laten verlopen. Ambulante afspraken, gericht op veiligheid en motivatie, blijven tijdens de time-out mogelijk.

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

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