

Opname op de kinder- en jeugdafdeling met een eetstoornis

De kinderarts heeft besloten dat je moet worden opgenomen op de kinder- en jeugdafdeling. Het doel van deze opname is jouw voedingstoestand en je lichamelijke conditie te verbeteren, zodat er geen sprake meer is van een levensbedreigende situatie.

Door je lage gewicht is je gezondheid in gevaar gekomen. Het lukt je nu niet om zelf op een gezond gewicht te komen en dit vast te houden. Daarom gaan we je helpen te werken aan een gezonder lichaam voor jou. Daarnaast helpen we je om weer zo veilig en verstandig mogelijk te eten. De opname duurt in principe 2 weken.

We zorgen ervoor dat je na de opname met duidelijke instructies en een plan van aanpak naar huis kan gaan. Thuis ga je samen met je ouders, begeleiding van eventuele thuisondersteuning en de kinderarts/betrokken psycholoog verder met het aanpakken van je eetstoornis, tot de gespecialiseerde GGZ-hulp voor de eetstoornis beschikbaar is. In deze folder lees je wat je kunt verwachten.

Voorbereiding

Met wie krijg je te maken tijdens je opname?

Wie zijn er voor jou en je ouder(s)/verzorger(s):

- **Jouw vaste kinderarts;** de kinderarts die je meestal al kent van de polibezoeken. Tijdens de opname is deze de hoofdbehandelaar en eindverantwoordelijk. De kinderarts komt ook af en toe even langs indien dit mogelijk is, of neemt contact op over hoe het met je gaat.
- **Kinderarts en zaalarts;** de kinderarts die op de afdeling werkt kan een andere zijn dan jouw vaste kinderarts. Ze overleggen met jouw vaste kinderarts over het beleid. Het dagelijks in de gaten houden van jouw lichamelijke toestand wordt door de zaalarts gedaan.
- **Kinderverpleegkundige;** helpt je bij de eetmomenten en let op jouw gezondheid. Zij is degene die zich bezighoudt met de dagelijkse zorg. Ze voert controles uit zoals je bloeddruk en temperatuur meten. De verpleegkundigen wisselen van dienst, er is iemand op de dag, avond en in de nacht wanneer je slaapt.
- **Medisch pedagogisch zorgverlener;** helpt je bij eetmomenten, maken een dagprogramma, ondersteunen bij je gedachtes, gevoelens en emoties, begeleiden je bij onderzoeken en zorgen voor de nodige afleiding en gezelligheid.
- **Kinder- en Jeugdpsycholoog;;** voert regelmatig gesprekken met jou en of je ouders waarin gevoelens rondom de opname en de eetstoornis besproken worden en wordt gekeken naar hoe zij jou en je ouders daarbij het beste kan helpen.
- **Diëtist;** helpt je met vragen die je hebt over voeding. Zij stelt samen met jou een lijst op met geschikte voeding die rekening houdt met het doel van je behandeling. De afspraken die jullie maken geeft zij door aan de kinderverpleegkundige, medisch pedagogisch zorgverlener en de keuken.
- **Fysiotherapeut;** helpt jou met ontspannen door middel van ontspanningsoefeningen en zal je helpen bij het bewust worden van je lichaam.

- **Maatschappelijk werker;** kan ingeschakeld worden voor je ouders om te kijken hoe zij hun werk kunnen combineren met de goede zorg voor jou.

Behandeling

Hoe ziet een opname eruit?

Je wordt opgenomen op de kinder- en jeugdafdeling. Daar verblijven kinderen en jongeren van 0-18 jaar oud. Je krijgt een kamer voor jezelf met een eigen badkamer en toilet. Om het jouw plek te laten worden kun je, je eigen dekbed en vertrouwde spulletjes meenemen zoals foto's, boeken en versiering. Er is plek voor eventueel één van je ouders om bij je te blijven slapen.

Je ouders mogen de hele dag bij jou aanwezig zijn als jij dit wilt. Broertjes/zusjes/andere familie en vrienden mogen tijdens bezoektijden komen.

Medisch

Tijdens de opname worden met name in het begin je hartslag, ademhaling en bloeddruk goed in de gaten gehouden. Hiervoor lig je aan de monitor. Dit zal in de nacht zijn en na de hoofdmaaltijden. Er zal ook regelmatig bloed worden geprikt om alle (voeding)stoffen in je lichaam goed in de gaten te houden.

Algemene afspraken

- Op de kinder- en jeugdafdeling praten we niet over een streef- of ontslaggewicht. We werken er samen met jou naar toe dat je aansterkt en stapsgewijs weer een gezonder lichaam krijgt.
- Je wordt elke dag voor het ontbijt, en nadat je naar de wc bent geweest, gewogen in ondergoed. Je hoeft je gewicht niet te zien als je dat niet wilt. Wanneer het iets beter met je gaat, geeft de kinderarts aan wanneer er 2 keer per week gewogen mag worden. Dit gebeurt dan vaak op maandag en donderdag.
- In het begin van de opname laten we school- en huiswerk even rusten. Zodra je lichamelijke conditie voldoende is hersteld, kun je dit weer opgestaren. Dit gaat in overleg met de kinderarts/psycholoog.

Afspraken rondom het eten

- Er zijn 6 eetmomenten op een dag; 3 hoofdmaaltijden en 3 tussendoortjes.
- Aan het begin van de opname bespreken we in hoeverre je ouders betrokken worden bij de eetmomenten in de eerste paar dagen.
- Tijdens een eetmoment word je begeleid door een medisch pedagogisch zorgverlener of kinderverpleegkundige.

Activiteiten

In het begin mag je weinig bewegen. Als je weer wat sterker bent mag je meer doen en meer bewegen. Hoeveel je mag bewegen staat in relatie tot je eetlijst. De medisch pedagogisch zorgverlener zal samen met jou en je ouders een dagprogramma opstellen zodat er een duidelijk dagritme is. Hierbij moet je denken aan wanneer je welke activiteit uitvoert zoals, douchen, eten, fysio, evt. schoolwerk, de afdeling af, knutselen/spelletje spelen, bezoek etc. Door het dagprogramma weet je wat je kunt verwachten. We houden rekening met het feit dat je rustig aan moet doen, zodat je lichaam kan herstellen en weer gezonder kan worden. Overdag mag je 1 keer, een

half uur van de afdeling af in een rolstoel onder begeleiding.

Multi Disciplinair Overleg (MDO)

Elke dinsdagochtend en donderdagmiddag is er een Multi Disciplinair Overleg (MDO). Alle mensen die voor jou zorgen bespreken dan met elkaar of het al beter met jou gaat. Denk daarbij aan je medische situatie, het eten, het bewegen en hoe jij de opname ervaart bijvoorbeeld. De arts komt na afloop de bevindingen vanuit dit overleg met jou en je ouders bespreken. Soms kan een van je ouders ook aansluiten.

Verlof

In de loop van de opname ga je af en toe met proefverlof zodat je weer één of meer eetmomenten thuis kan oefenen. Dit wordt rustig opgebouwd en wordt daarna stapsgewijs uitgebreid.

Expertise en ervaring

De kinderartsen van het St. Antonius Ziekenhuis hebben bijzondere expertise op het gebied van diabetes, eczeem, hoofdpijn, keel-, neus- en oorproblemen, langdurige buikpijn, long- en bovenste luchtweginfecties, overgewicht, urineweg- en plasproblemen neurofibromatose type 1, ontwikkelingsachterstand, syndroom van Down, vroeggeboorten en huilbaby's en groei- puberteits- en andere hormoonziekten.

Meer informatie

Wachtlijstinitiatieven voor jongeren, ouders, broers, zussen, opa's, oma's die te maken hebben met eetstoornissen:

- Wacht niet langer (www.stopmetwachten.nl (<http://www.stopmetwachten.nl>)); online psycho-educatielessen en 'stories of hope' door ervaringsdeskundigen.
- www.proud2Bme.nl (<http://www.proud2Bme.nl>): chatfunctie.
- www.99gram.nl (<http://www.99gram.nl>); onder andere chat optie en online behandelaanbod via "Jouw Omgeving"
- meRecovery Zeist (www.me-recovery.nl) : Inloophuis, organiseren bijeenkomsten, voor naasten en jongeren.
- Leontienhuis (www.leontienhuis.nl (<http://www.leontienhuis.nl>)) inloopmogelijkheid, inspiratie- en thema-avonden, coaching trajecten. Gericht op ondersteuning tijdens herstel, maar ook de periode eromheen en het voortraject.
- <https://www.stichting-jij.nl> (<https://www.stichting-jij.nl>): organiseert naast contact via de chat op website, telefonisch contact, e-mail contact ook contact op afspraak vanuit locatie te Rotterdam. Hebben een online jongerengroep, een wachtlijstgroep, verschillende startgroepen, vervolggroepen en supportgroepen. Ook organiseren ze vanuit het inloophuis verschillende op herstelgerichte activiteiten en bieden jongeren ook op afstand de mogelijkheid om wekelijks aan te schuiven bij online huiskamersessies.
- www.stichtingkiem.nl (<http://www.stichtingkiem.nl>): bij brochures en informatie; handleiding voor ouders en voor broers en zussen. Workshops voor scholen en training docenten. Er start een online-oudergroep via KIEM en er is een chat-functie.
- Film over jongeren en ouders: <https://stichtingkiem.nl/eerste-hulp-bij-anorexia-nervosa/> (<https://stichtingkiem.nl/eerste-hulp-bij-anorexia-nervosa/>).

- Vooruit met zorg [[Eetstoornissen - Vooruit met zorg \(https://vooruitmetzorg.nl/eetstoornissen/\)](https://vooruitmetzorg.nl/eetstoornissen/)]: Gespecialiseerde ambulante zorgaanbieder op het gebied van eetstoornissen en eet-gerelateerde problematiek. Zij behandelen onderwerpen als preventie; hoe voorkom je een opname? En re-integratie; het weer naar huis gaan, na een opname. Ook bieden ze hulp en zorg bij wachtlijstoverbrugging.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Meerdagse opname (12-18 jaar) [<https://www.antoniusziekenhuis.nl/meerdagse-opname-12-18-jaar>]

Specialismen

- Kindergeneeskunde [<https://www.antoniusziekenhuis.nl/kindergeneeskunde>]
- Psychiatrie & Medische Psychologie [<https://www.antoniusziekenhuis.nl/psychiatrie-medische-psychologie>]
- Medische psychologie Kind & jeugd [<https://www.antoniusziekenhuis.nl/medische-psychologie-kind-en-jeugd>]

Contact Kindergeneeskunde

T 088 320 63 00