Opname Kinderafdeling bij een eetstoornis

De kinderarts heeft je uitgelegd dat je een eetstoornis hebt. Door je lage gewicht is je gezondheid in gevaar. Het lukt je niet om op een gezond gewicht te komen en dit vast te houden.

Daarom heeft de kinderarts besloten je op te nemen op de Kinderafdeling. Hier werken we aan een gezond herstel. De opname duurt 4 weken.

(073) 553 25 27

Hoe gaat een opname en met wie krijg je te maken?

Wie zijn er voor je?

- **Kinderarts**, hoofdbehandelaar en eindverantwoordelijk tijdens je opname.
- **Zaalarts,** let op jouw lichamelijke gezondheid.
- **Psycholoog,** zoekt samen met jou uit hoe we jou het beste kunnen helpen bij je eetstoornis.
- **Kinderpsychiater,** denkt mee wat de juiste behandeling voor jou is. Deze kan eventueel medicijnen voorschrijven die het je wat gemakkelijker kunnen maken.
- **Verpleegkundige,** helpt je bij de eetmomenten en let op jouw gezondheid. Eén verpleegkundige is contactpersoon voor jou en je ouders.
- **Medisch Pedagogisch Zorgverlener (MPZ-er),** helpt je bij de eetmomenten. De MPZ-er helpt je met het omgaan met je gedachtes, gevoelens en emoties.
- **Diëtist,** maakt jouw persoonlijk voedingsadvies. Zij helpt je met vragen die je hebt over voeding of jouw voedingsadvies.
- **Fysiotherapeut,** helpt je eerst met ontspannen door ontspanningsoefeningen. Daarna werken jullie samen aan meer beweging.

Wat kun je verwachten?

Op de Kinderafdeling praten we niet over een streefgewicht of ontslaggewicht. We werken er samen met jou naar toe dat je aansterkt. Om dit te bereiken proberen we je gewicht tussen de 500-1000 gram per week te verhogen. In de eerste week helpt een verpleegkundige/mpz je bij alle maaltijden. In het begin beweeg je weinig (zie regels). Daarna mag je stap voor stap weer meer gaan doen. Hierbij letten we er goed op dat je voldoende aansterkt. Als je weer sterker bent, mag je meer doen en meer bewegen. Ben je nog niet sterk genoeg dan breiden we jouw persoonlijke voedingsadvies uit.

Wegen

Op dinsdag wegen we je voor het ontbijt, in je onderbroek en hemd (of bh). De kinderarts beslist of er een extra weegmoment nodig is op de vrijdag.

Multidisciplinair overleg (MDO)

Iedere dinsdag bespreken alle behandelaars tijdens het MDO of het beter met je gaat.

Het gaat dan over:

- je medische situatie
- het eten
- het bewegen
- hoe jij de opname ervaart, je gevoelens, gedachtes en emoties.

Je ouders mogen hierbij zijn. Ben je 12 jaar of ouder? Dan mag jij er ook bij zijn als je dat wilt. Je kunt je voorbereiden door je vragen van tevoren op te schrijven. De afspraken die we in dit overleg maken, gelden voor de komende 7 dagen. Zijn jij en je ouders aanwezig bij het MDO? Dan hoor je direct de afspraken. Anders bespreekt de kinderarts ze later met jou en je ouders. Meer informatie hierover lees je op de pagina Praat mee! Het gaat om jou (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/praat-mee-het-gaat-om-jou).

Bezoek

Natuurlijk mogen je ouders en je broers of zusjes elke dag bij je op bezoek komen. Voor ander bezoek zijn vaste bezoektijden. Dit is dagelijks van 18.30 tot 19.30 uur. We bespreken dit altijd eerst met je ouders.

Stap voor stap terug naar huis

De stappen die je zet voordat je weer naar huis gaat. De duur van een stap is meestal een week.

Stap 1: Stabiliseren en herstellen

Het is belangrijk dat je lichaamsfuncties, zoals je hartslag, bloeddruk en bloedwaarden weer stabiel worden. We doen verschillende lichamelijke onderzoeken om je gezondheid te beoordelen. Je hebt complete bedrust en je verplaatst je in een rolstoel.

Elke dag zijn er 6 eetmomenten:

1. ontbijt
2. ochtendtussendoortje
3. lunch
4. middagtussendoortje
5. avondeten
6. avondtussendoortje

Je maaltijd komt in afgepaste porties. Een servicemedewerker die op de afdeling voor eten en drinken zorgt, stelt jouw warme maaltijd samen, smeert je brood en kiest beleg en fruit. Je mag 2 dingen noemen die je echt niet lust. Dat mag niet een hele groep dingen zijn zoals vlees of zuivel. Daarnaast mag je een lijst samenstellen met producten waar je de voorkeur aan geeft om te eten. Men zal zoveel mogelijk rekening proberen te houden met je voorkeuren, als ze maar passen binnen je persoonlijke eetlijst. Er is altijd een verpleegkundige of MPZ-er bij de maaltijd. Voor elk eetmoment ligt vast hoe lang je hierover mag doen. Lukt het niet binnen de afgesproken tijd, dan krijg je drinkvoeding voor het deel dat je niet op hebt. Lukt dit ook niet, dan krijg je de drinkvoeding via de sonde.

Na elk eetmoment blijft de verpleegkundige of MPZ-er nog een kwartier bij jou om samen een spelletje te doen en je af te leiden. Je ouders zijn de eerste 2 weken niet betrokken bij de eetmomenten.

In deze eerste week mogen je ouders contact opnemen met je school om te vragen of ze huiswerk kunnen aanleveren voor week 2 van de opname.

Stap 2: Activeren

Vanaf week 2 mag je weer zelf lopen op de afdeling. Met een fysiotherapeut ga je actiever bewegen. We plannen in je dagritme een tijd in voor het maken van huiswerk. Het lukt je nu beter om met hulp van de verpleegkundige of MPZ-er je maaltijden te eten. Ook kun je nu uitleggen wat jou helpt om dat voor elkaar te krijgen.

Je ouders worden betrokken bij de tussendoortjes. Dit gaat in 3 stappen:

1. Je ouders kijken mee tijdens een eetmoment dat wordt begeleid door een medewerker van de Kinderafdeling
2. Je ouders bieden samen met een medewerker de maaltijd aan.
3. Je ouders begeleiden jou tijdens de maaltijd en bespreken daarna met een medewerker hoe het ging

De psycholoog geeft informatie over jouw eetstoornis. Jullie kijken hoe de eetstoornis zich bij jou heeft kunnen ontwikkelen. Ook zoeken jullie samen naar oplossingen voor wat je moeilijk vindt tijdens de opname. De psycholoog vraagt ook jouw ouders hoe jij je ontwikkeld hebt en hoe de eetstoornis is ontstaan. Ze krijgen uitleg over de eetstoornis.

Stap 3: Ouders

Je ouders gaan je steeds vaker begeleiden bij de eetmomenten in het ziekenhuis. Samen met jou zorgen we ervoor dat je ouders weten hoe ze je bij het eten kunnen helpen. Ook is het belangrijk dat je ouders precies weten wat en hoeveel je moet eten, zodat jij je daar geen zorgen over hoeft te maken. Hierbij krijgen zij hulp van een diëtist.

Stap 4: Naar huis

Je mag nu iedere dag wat langer naar huis en steeds meer maaltijden thuis met je ouders eten. Elke dag komt er een maaltijd bij die je thuis samen met je ouders eet, tot je alle maaltijden hebt gehad. Elke keer als je terugkomt op de afdeling, bespreken we met jou en je ouders hoe het thuis is gegaan. Samen bekijken we wat nog moeilijk is en wat je nodig hebt.

Stap 2, 3 en 4 staan in een schema en duren meestal 3 weken.

Weer thuis

Samen met je ouders zorg je ervoor dat de eetmomenten thuis gaan zoals jullie dat in het ziekenhuis leerden. Het voedingsadvies van de diëtist zorgt ervoor dat je voldoende volwaardige voeding binnen krijgt.

Je mag nu stap voor stap weer naar school, sporten en werken. De kinderarts bespreekt samen met jou welke stap je hierin mag maken.

Na ontslag uit het ziekenhuis word je vaak doorverwezen naar een GGZ instelling die gespecialiseerd is in eetstoornissen. Hier werken deskundigen die veel ervaring hebben met jongeren met een eetstoornis. Ben je daar al onder behandeling, dan gaat de behandeling tijdens je opname gewoon door. Ben je daar nog niet onder behandeling? Dan krijg je een advies over welke instelling je hier het beste bij kan gaan helpen. Je krijgt hiervoor een verwijzing.

Overbruggingszorg

Wanneer je niet meteen terecht kunt bij de GGZ instelling, dan helpen de kinderarts en psycholoog jullie verder tot zij de behandeling kunnen overnemen. Dit noemen we ‘overbruggingszorg’. Je komt dan 1 of 2 keer per week naar het ziekenhuis om

te wegen en een gesprek met de kinderarts of de psycholoog.

Welke regels gelden tijdens je opname?

De regels

- Je eet de maaltijden onder begeleiding van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener (vooral bij stap 1 en 2).
- Je gaat na het eten zoveel mogelijk zitten of op bed liggen om energie te besparen (vooral bij stap 1), je wordt op de afdeling verplaatst in een rolstoel (vooral bij stap 1).
- Naar het toilet gaan en douchen doe je onder begeleiding van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener (vooral bij stap 1).
- Overdag draag je kleding met lange mouwen, een lange broek, sokken en sloffen of schoenen. In de nacht draag je een pyjama met lange broek en lange mouwen.
- De servicemedewerker smeert je brood, kiest je warme maaltijd en verzorgt de tussendoortjes.
- Je mag 1 uur na het eten niet naar het toilet.
- De tijd voor een hoofdmaaltijd is 30 minuten.
- De tijd voor een tussendoortje is 15 minuten.
- De tijd voor het douchen is 20 minuten.

Code KIN-768

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis