

Opname Kinderafdeling bij een eetstoornis

Je bent door problemen met eten veel afgevallen. 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 gewicht voor jou. Daarnaast helpen we je om weer zoveel mogelijk veilig en verstandig te eten. De opname duurt 4 tot 6 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. Verder maken zij samen met jou een dagprogramma. Eén MPZ-er is contactpersoon voor jou en je ouders. 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. Tijdens alle maaltijden helpt een verpleegkundige of MPZ-er je hierbij. In het begin beweeg je weinig. 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. Kinderen vanaf 12 jaar ook. Je kunt je voorbereiden door van te voren je vragen op te schrijven. De afspraken die we in dit overleg maken gelden voor de volgende 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 (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/praat-mee-het-gaat-om-jou>).

Stap voor stap terug naar huis

De stappen die je zet voordat je weer naar huis gaat.

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. 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.

Je ouders zijn niet betrokken bij de eetmomenten. 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.

Bezoektijden

Natuurlijk mogen je ouders en je broers of zusjes elke dag bij je op bezoek komen. Voor ander bezoek zijn vaste bezoektijden. We bespreken dit altijd eerst met je ouders.

Bezoektijden voor ander bezoek

DAG	OCHTEND	AVOND
Woensdag		18.30 tot 20.00
Zaterdag	11.00 tot 12.00	18.30 tot 20.00
Zondag	11.00 tot 12.00	18.30 tot 20.00

Stap 2: Activeren

Je gezondheid is niet meer in gevaar door je ondergewicht. Je mag weer zelf lopen op de afdeling. Met een fysiotherapeut ga je actiever bewegen. We overleggen of je weer begint met je huiswerk maken. Het lukt je nu om met hulp van de verpleegkundige of MPZ-er je maaltijden (deels) te eten. Ook kun je nu uitleggen wat voor jou belangrijk is om dat voor elkaar te krijgen. Je hebt meestal geen sondevoeding meer nodig.

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 worden stap voor stap betrokken 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.

Binnen een week kun je samen met je ouders in het ziekenhuis eten, zonder dat er een medewerker van het ziekenhuis bij is. Dit gaat in drie stappen:

1. Je ouders kijken mee tijdens het 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.

Je ouders weten nu hoe zij jou het beste kunnen helpen. Jij kunt wat je hier geleerd hebt thuis ook toepassen. De kinderpsycholoog geeft jullie ook nog tips hoe je ervoor zorgt dat de eetmomenten thuis goed gaan.

Stap 4: Naar huis

Je mag nu iedere dag wat langer naar huis en steeds meer maaltijden thuis met je ouders eten. De eerste keer mag je na het avondeten naar huis en eet je thuis het avondtussendoortje. Je slaapt in je eigen bed en na het ontbijt kom je weer naar de Kinderafdeling. 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 3 en 4 staan in een schema en duren meestal 2 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 geeft je hierover een advies dat bij jou past.

Na ontslag uit het ziekenhuis word je altijd 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.

Dagprogramma

Hoe ziet je dag eruit?

- 08.00 uur: Wakker worden
- 08.15 uur: Eten aan tafel met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener
- 09.45 uur: Douchen met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener
- 10.15 uur: Tussendoortje met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener
- 10.30 -11.30 uur: Activiteit in de speelkamer
- 12.00 uur: Eten aan tafel met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener
- 12.30 uur: iets voor jezelf doen op bed bijvoorbeeld:

- film kijken
- lezen
- knutselen
- puzzelen
- tv kijken
- muziek luisteren

In de middag bezoek van je ouder(s)

- 15.15 uur: Tussendoortje met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener
- 15.30 uur: iets voor jezelf doen op bed (zie hierboven)
- 17.00 uur: Warm eten aan tafel met hulp van een verpleegkundige.

In de avond bezoek van je ouder(s)

- 20.00 uur: Tussendoortje met hulp van een verpleegkundige.
- 21.00 uur: Klaarmaken voor het slapen.
- 22.00 uur: Uiterlijk gaan slapen

Regels

We hebben een aantal regels waar we ons allemaal aan houden.

- Je eet de maaltijden met hulp van een verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener.
- Je gaat na het eten zoveel mogelijk zitten of op bed liggen om energie te besparen.

- Je gaat in de rolstoel naar speelkamer met de verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener.
- Je loopt met hulp van de verpleegkundige of medisch pedagogisch zorgverlener naar het toilet en de douche.
- De servicemedewerker smeert je brood.
- Je mag 1 uur na het eten of het tussendoortjes niet naar het toilet.
- De tijd voor een maaltijd is 30 minuten.
- De tijd voor een tussendoortje is 15 minuten.
- De tijd voor het douchen is 20 minuten.
- Wanneer je 10 minuten na het begin van de maaltijd niet met eten begint krijg je drinkvoeding.
- Wanneer je na 10 minuten niet start met de drinkvoeding, krijg je sondevoeding.

Code KIN-768