

# Eetstoornissen

**Behandeling van kinderen en jongeren met anorexia nervosa en boulimia nervosa**

## Voor wie?

Youz Limburg biedt behandeling aan kinderen en jongeren tot 23 jaar, die last hebben van een eetstoornis, zoals anorexia nervosa, boulimia nervosa, binge eating disorder (eetbuistoornis) of eetstoornis NAO.

## De intake

Na aanmelding worden jij en eventueel je ouders uitgenodigd voor een intake. We sturen je een aantal vragenlijsten toe die je voor de intake moet invullen.

Vervolgens vindt er een intakegesprek plaats. Als je ouder(s) erbij zijn, zal dit gesprek eerst gezamenlijk plaatsvinden en daarna heb je een gesprek apart. Standaard wordt er tijdens de intakefase ook een afspraak ingepland bij de kinder- en jeugdpsychiater samen met de (kinder)arts.

Na de intake wordt jouw verhaal besproken in een multidisciplinair team dat bestaat uit verschillende professionals. Uit dit overleg komt een behandeladvies dat we met jou en je ouders bespreken in een adviesgesprek. Dit hele intake-traject duurt ongeveer 3 tot 4 weken. Tevens zullen er bij start en einde van behandeling vragenlijsten worden afgenomen.

Meestal kun je na een intake vrijwel meteen of op korte termijn starten met een poliklinische behandeling. Het is wel mogelijk dat je een andere behandelaar krijgt dan degene die de intake gedaan heeft.

## Behandeling

Het behandelteam bij Youz bestaat uit een kinder- en jeugdpsychiater, (GZ-) psychologen, klinisch psychologen, psychotherapeuten, systeemtherapeuten en een kinderarts. Ook maken we – met momenten – gebruik van een ervaringsdeskundige.

De behandeling is altijd een **combinatie** van opvolging door de kinderarts en de behandeling binnen de GGZ. Hiervoor is momenteel een kinderarts werkzaam binnen Youz zelf, maar soms werken we ook samen met een (kinder-)arts binnen het MUMC+ of Zuyderland.

De kinderarts volgt bij kritiek gewicht mede het gewicht op en onderzoekt of door het ondergewicht of veelvuldig braken bijbehorende lichamelijke complicaties (als bradycardie, elektrolytstoornissen, hypothermie, hypothyreoïdie enz.) optreden. Indien nodig, vindt er een verwijzing plaats naar een diëtiste die verbonden is aan ons team.

## Behandelvormen

### Individueel:

- Er wordt altijd gestart met **Cognitieve Gedragstherapie enhanced (CGT-e)**. Dit betekent dat de behandeling in eerste instantie gericht is op de symptomen van de eetstoornis. Het is belangrijk dat je weer regelmatig en gevarieerd leert eten en een gezond lichaam krijgt en dat er geen compensatiegedrag plaatsvindt. Meestal roept dit veel angst op, maar de behandelaars proberen jou en je ouders hierbij te ondersteunen en leren je om hiermee om te gaan.

Daarnaast kijken we naar andere factoren die je eetstoornis in stand houden en naar achterliggende oorzaken. Veel besproken thema's in de behandeling zijn: het verbeteren van je zelf- en lichaamsbeeld, omgaan met perfectionisme, leren omgaan met emoties en herstellen van sociale contacten. Ook maken we samen met jou een terugvalpreventieplan.

In principe wordt er gestart met wekelijkse gesprekken waarvoor jij en/of je ouders naar onze afdeling komen. Wanneer er sprake is van ondergewicht, kan het zijn dat je een korte periode tweewekelijks komt. Naast de wekelijkse gesprekken met je behandelaar, heb je ook afspraken met de kinderarts en/of kinder- en jeugdpsychiater.

- **Exposure treatment**  
Hiernaast bestaat de mogelijkheid tot deelname aan Exposure treatment in het kader van een onderzoek van Maastricht University. Youz Limburg neemt sinds 2021 deel aan een onderzoek van de Universiteit Maastricht (UM) naar de behandeling van Anorexia Nervosa. Zodra je voor Anorexia Nervosa bij ons in behandeling komt, zul je gevraagd worden of je ook aan dit onderzoek wilt deelnemen. Dat betekent dat je naast de reguliere therapie bij Youz ook deelneemt aan extra therapiesessies bij de UM. In die therapiesessies wordt er gebruikt gemaakt van zogenaamde 'exposure behandeling'. Bij deze behandelvorm wordt je blootgesteld aan prikkels die mogelijk angsten bij je oproepen. Door je herhaaldelijk en aan steeds meer van deze prikkels bloot te stellen, is de verwachting dat je angst voor deze prikkels uiteindelijk zal afnemen of volledig zal verdwijnen. De UM onderzoekt of deze toegevoegde therapievorm een extra voordeel oplevert in de behandeling van Anorexia Nervosa.

- **Farmacotherapie:**

Op indicatie en afhankelijk van eventueel bijkomende problematiek kan medicatie (tijdelijk) geïndiceerd worden.

## Groep

- **Groepstherapie, schemagericht (specifiek voor Anorexia Nervosa):**

Na de individuele behandeling en zodra je een gezond gewicht bereikt hebt, bestaat de mogelijkheid - indien geïndiceerd - om deel te nemen aan groeps-schematherapie voor jongeren met anorectische cognities. Deze therapievorm is gericht op de onderliggende in standhoudende factoren zoals het stellen van hoge eisen/perfectionisme, bang zijn anderen teleur te stellen etc.

- **Groepstherapie, specifiek voor Boulimia Nervosa/eetbuistoornis :**

Voor jongeren met een eetbuistoornis/boulimia nervosa met een gezond gewicht is er de mogelijkheid om een groepstherapie te volgen gebaseerd op de principes van cognitieve gedragstherapie. Stap voor stap leer je om een regelmatig eetpatroon te krijgen en leer je de eetbuien en eventueel compensatiegedrag te stoppen.

- **Groeps-psychomotore therapie:**

Zodra je een gezond gewicht bereikt hebt kan psychomotore therapie ingezet worden gericht op leren voelen, verbeteren van het lichaams- /zelfbeeld, vergroten van assertiviteit, leren ruimte in te nemen.

- **Ambulant+ groep:**

Dit is een groepsbehandeling waarin jongeren kunnen deelnemen die grotendeels hersteld zijn van de eetstoornis, zowel anorexia en boulimia. De groepsbehandeling bestaat uit schematherapie die gericht is op het veranderen van onderliggende patronen en persoonlijkheidskenmerken. Denk aan opkomen voor jezelf, keuzes durven maken, relaties met anderen aan kunnen gaan etc.

## Ouders

Naast de individuele gesprekken of groeps gesprekken worden waar mogelijk ouders altijd bij de behandeling betrokken.

- **Oudergesprekken en/of (bij voorkeur) gezinsgesprekken:**  
Om de behandeling zo goed mogelijk te laten verlopen is het belangrijk dat je ouders nauw betrokken zijn bij jouw behandeling. Mochten eventuele andere gezins-/systeemleden betrokken moeten worden, dan is dat ook mogelijk.
- **Doorlopende oudergroep:**  
Voor ouders is er de mogelijkheid deel te nemen aan een oudergroep gericht op het verkrijgen van meer informatie over eetproblematiek, hoe hier mee om te gaan en het uitwisselen van ervaringen met andere ouders.
- **Bijwonen eetmoment:**  
We bieden ook de mogelijkheid dat een medewerker van het outreachende team aansluit bij één of meerdere eetmomenten in de thuissituatie. Er wordt dan geëvalueerd hoe deze momenten lopen, wat jouw eigen rol is en de eventuele rol van je gezin/systeem.

### **Ervaring met behandeling bij Youz Limburg**

*“Na meerdere jaren behandeling bij Youz Limburg, ben ik nu eindelijk vrijwel volledig hersteld van mijn eetstoornis. Dit is bij andere psychologen nooit gelukt. Youz Limburg heeft oog voor iedereen en zal er alles aan doen om de behandeling tot een succes te maken. Zonder Youz Limburg was ik nooit zover gekomen als dat ik nu ben! Heel erg bedankt!”*

# Contact

Je kunt contact met ons opnemen  
via

T 088 - 358 89 10

E [maastricht@youz.nl](mailto:maastricht@youz.nl)

Kijk voor meer informatie op  
[www.youz.nl](http://www.youz.nl)