Patiënten informatie

Opname op de dienst pediatrie: eetstoornis

az turnhout

Inleiding 3
Wie is wie? 4
Het begeleidingsplan 5
- Afdelingsafspraken 5
  Steun en aandachtspunten tijdens het verblijf 5
- Voedingsbeleid 6
  Structuur en aandachtspunten tijdens de eetmomenten 6
- Weegmomenten 7
- Bewegen 8
- Tijd voor ontspanning 8
- Naar huis 9
- Weekschema 9

Inleiding

Welkom op de afdeling pediatrie van het Algemeen Ziekenhuis Turnhout, campus Sint-Jozef.

Je bent op deze afdeling opgenomen omwille van een eetstoornis of het vermoeden daarvan. We maken ons namelijk ernstige zorgen over je gewicht en eetgedrag. Als je lichaam onvoldoende voedingsstoffen of vocht binnenkrijgt, kan dit ernstige gevolgen hebben. Dit is bijvoorbeeld te merken aan een verminderde weerstand tegen ziektes of een hele trage hartslag. Zonder behandeling kan dit zelfs leiden tot een levensbedreigende situatie. Het doel van deze opname is om jouw voedingstoestand en lichamelijke conditie zodanig te verbeteren dat deze gevaarlijke of levensbedreigende situatie voorkomen wordt.

In deze brochure vind je alle informatie over het praktische verloop van je opname. Als je na het lezen nog vragen hebt, contacteer dan zeker een verpleegkundige of je behandelend arts.

Wij wensen jou en je gezin alle moed toe en zullen jullie als team zo goed mogelijk ondersteunen doorheen het behandelingstraject.

Team pediatrie

Wie is wie?

Onze behandeling vertrekt vanuit een multidisciplinair team van kinderartsen, psychologen, diëtisten, verpleegkundigen, psychosociaal medewerker, medewerker pastorale dienst en eventueel een kinesist.

- Je eigen kinderarts komt 1 maal per week langs. De zaalarts zal telkens op maandag en vrijdag langskomen of eventueel extra bij dringende medische vragen.

- De verpleegkundigen staan in voor de dagelijkse zorg en dus ook voor de weegmomenten.
  In opdracht van de arts voeren zij ook bijkomende controles uit, zoals: bloedafname, controle urine, etc. Zij kunnen ook aanwezig zijn tijdens een eetmoment.

- De diëtisten komen bij de start van de opname langs om te bespreken hoe de maaltijden in de thuissituatie verlopen, om op basis hiervan een dagschema op te stellen voor in het ziekenhuis. Nadien komen ze 2 maal per week langs om te bespreken hoe het volgen van het dagschema loopt. Het is niet de bedoeling om dagelijks aanpassingen te vragen aan je dagschema.

  Indien je al in opvolging bent of kan starten bij een gespecialiseerde, ambulante diëtist, raden wij aan om dit te laten doorgaan.

- Dagelijks krijg je bezoek van de spelbegeleiding.
  Na het ontbijt en middagmaal zal je meegenomen worden naar de speel- en ontspanningsruimte op momenten dat de spelbegeleiding aanwezig is. Hier kan je tijdens het rustmoment samen knutselen, een spel spelen, etc.

- Aan het begin van je opname komt de psycholoog van de afdeling langs voor een gesprek met jou en je ouders. Vaak spelen sociale en psychologische factoren een rol in het ontstaan van een eetstoornis. Naast het verbeteren van je eetpatroon en gewicht is het dan ook belangrijk dat er een traject wordt uitgestippeld waarbij aan deze psychologische factoren kan worden gewerkt.

  Binnen AZ Turnhout hebben wij geen kinderpsychiater of kinderpsychiaters team dat gespecialiseerd is in de behandeling van eetstoornissen. Als je al een eigen psycholoog of psychiater hebt, dan zullen wij, in overleg met jou en jouw ouders, contact met hem/haar opnemen om te bekijken hoe hij/zij verder bij de behandeling betrokken kan blijven terwijl je in het ziekenhuis verblijft.

  Als je nog geen eigen psycholoog of psychiater hebt, dan zullen wij als team met jou en je ouders bekijken waar er een geschikt traject kan worden opgestart.

- Indien gewenst kan je ook begeleiding van een medewerker van de pastorale en spirituele dienst verwachten. Zij kunnen steeds langskomen voor een babbel.

Het begeleidingsplan

Een eetstoornis heeft een sterke impact op jouw functioneren en op dat van jouw gezin. Het vraagt heel wat moed en doorzettingsvermogen om de invloed hiervan geleidelijk aan te verminderen. Het inzetten op autonomie of zelfstandigheid sluit aan bij de normale ontwikkelingstaken van jongeren. Daarom wordt vanaf de start van de begeleiding hierop ingezet (= eigen inbreng en keuze in tegenstelling tot controle van de eetstoornis). Het inzetten op autonomie werkt motiverend en verhoogt vaak de inzet van de patiënt.
Hoewel er bij de beginfase keuzevrijheden worden gegeven, zijn er bij de start tevens een duidelijke structuur en regels t.a.v. de eetstoornis, die noodzakelijk zijn om goede zorgen aan jou te bieden.

Afdelingsafspraken

Een eetstoornis overwinnen vraagt veel inzet en doorzettingsvermogen van jou en je gezin. Vanuit de afdeling willen we jullie bijstaan in deze strijd, waarbij structuur, positieve afleiding en voorspelbaarheid belangrijke aspecten vormen. Daarom werken wij met een aantal afspraken die hieronder worden toegelicht.

Steun en aandachtspunten tijdens het verblijf

- Het kan zijn dat je op een tweepersoonskamer wordt opgenomen. Indien mogelijk is dit met een leeftijdsgenoot. Wij willen hiermee sociaal contact bevorderen.
- We vragen dat je ouders zoveel mogelijk aanwezig kunnen zijn tijdens de opname. Wekelijks maken we een planning rond educatie- en maaltijdmomenten. Er mag één ouder blijven overnachten.
- Wanneer ouders niet aanwezig zijn, moet de deur van de kamer openblijven.
- De gordijnen blijven overdag open. Ramen blijven toe.
- Het is belangrijk om je voldoende warm aan te kleden. Draag steeds kousen en pantoffels. Is je temperatuur lager dan 36°C, dan vragen we je om extra kleding aan te doen.
- Rust is belangrijk voor alle kinderen en jongeren op de afdeling. Ten laatste om 22u doe je tv en licht uit en ga je slapen.
- Douchen kan niet tijdens rustmomenten na de maaltijden. Indien nodig plannen we dit vast in op je weekschema.

Voedingsbeleid

Het is belangrijk dat jouw lichaam in nood de nodige voedingsstoffen krijgt om te kunnen herstellen. De diëtisten stellen daarom in het begin van de opname een eetschema op, op basis van de nodige dagelijkse energie-inname. Dit eetschema passen we tijdens de opname aan zolang je energiebehoefte niet gedekt is of wanneer er onvoldoende gewichtstoename zichtbaar is. Tijdens de opname willen wij je helpen om in een gezond tempo gewicht bij te komen. Voor lagere schoolkinderen (tot 12 jaar) is dit minimaal 300 gram/week. Voor adolescenten is dit minimaal 500 gram/week.
Het aanpassen/ophogen van het dagschema doen we zowel bij tussendoortjes als bij broodmaaltijden en de warme maaltijd. Wij vinden het belangrijk dat jij als patiënt hier samen mee over nadenkt.

Structuur en aandachtspunten tijdens de eetmomenten

Er zijn zes eetmomenten voorzien: drie hoofdmaaltijden en drie tussendoortjes.

- Ontbijt om 8u30: duur 30 min + nadien 45 min rust
- Tussendoortje om 10u30: duur 15 min + nadien 30 min rust
- Middagmaal om 12u: duur 30 min + nadien 45 min rust
- Tussendoortje om 15u: duur 15 min + nadien 3 0min rust
- Avondmaal om 17u: duur 30 min + nadien 45 min rust
- Tussendoortje om 20u: duur 15 min + nadien 30 min rust

Tijdens de eetmomenten is er steeds iemand bij jou om steun te bieden. Dit kunnen je ouders of een verpleegkundige zijn. Iedereen is op de hoogte van het eetschema dat voor jou is opgesteld. Discussies hierover zijn dan ook niet nodig.
We vragen je om deze tijdstippen ook zelf in het oog te houden. Vraag dus zelf om je maaltijd of tussendoortje als deze op het afgesproken tijdstip nog niet is gebracht.

We willen jou zoveel mogelijk de kans geven om te groeien in het opnieuw leren eten. Daarom werken we binnen onze dienst met drie stappen.
In de eerste plaats kan je proberen om de maaltijd zelf te nuttigen. Hierbij houden we rekening met de afgesproken tijdsduur, aangezien een te lange tijdspanne te belastend kan zijn.
Indien dit niet lukt, wordt de maaltijd of het tussendoortje vervangen door een vloeibare bijvoeding.
Indien ook dit moeilijk loopt, wordt er een sonde geplaatst om de bijvoeding via sonde te geven. Eens de sonde geplaatst werd, blijft deze zitten, zodat je zoveel mogelijk comfort hebt. Tussen de maaltijden door wordt de sonde gereinigd en afgekoppeld, maar niet verwijderd.

Aandachtspunten

- Voeding van thuis meebrengen is niet toegestaan.
- Je diëtist komt bij de start van de opname één keer langs om uitgebreid te bespreken welke zaken je niet lust. Nadien is er geen discussie meer mogelijk over wat er op het menu staat.
- Je zit aan tafel tijdens de eetmomenten.
- Light- of magere producten zijn niet toegestaan.
- Grote kruimels eet je op.
- Drinken tijdens maaltijdmomenten is niet toegestaan.
- Havermout, muesli, soep, etc. eet je met een grote lepel.
- Servet kan, tenzij we merken dat er misbruik van gemaakt wordt.
- Je kan niet naar het toilet gaan tijdens de maaltijd/tussendoortjes en het rustmoment. Ga dus naar het toilet voor je start met eten.
- Tijdens het rustmoment lig je in bed of blijf je aan tafel zitten.

Broodmaaltijden:

- Een boterham mag maximaal in 2 gesneden worden.
- Een boterham mag niet open gegeten worden.
- Je neemt normale happen, je mag je brood niet afscheuren.
- Het beleg moet volledig opgegeten worden.

Tussendoortjes:

- Fruit eet je met schil of wordt geschild door ouders/medewerker.
- Het dekseltje van yoghurt dient proper gemaakt te worden.
- Indien een koek gegeten wordt, voor de start verpakking volledig verwijderen. Kruimels eet je op.

Bijvoedingen:

- Bijvoedingen worden vanuit een glas gedronken, niet vanuit het flesje of met een rietje.
- Je kan wisselen in smaken, bespreek dit met de diëtisten.

Drinkbeleid

- Je drinkt +/- 1,5L plat water per dag. GEEN bruisend water.
- Geen glazen en/of flessen water ‘s nachts op de kamer.
- Drinken doen we niet tijdens, maar na de maaltijd/tussendoortjes.

Weegmomenten

Drie keer per week, op maandag, woensdag en vrijdag, word je gewogen. We wegen altijd ‘s morgens, nuchter (voor het eten), na je ochtendplas (onder toezicht), in ondergoed (zonder juwelen, horloges, enzovoort). Het eetschema passen we tijdens de opname aan zolang je energiebehoefte niet gedekt is of wanneer er onvoldoende gewichtstoename is. Ook jij bent steeds op de hoogte van je gewichtsevolutie.

Bewegen

Een eetstoornis kan ervoor zorgen dat je heel veel wil bewegen. Deze beweegdrang belemmert het herstel en kan het jou lastig maken. Daarom proberen we samen met jou te zoeken naar manieren om je positief af te leiden tijdens rustmomenten. Wanneer je alleen bent op de kamer, wordt daarom ook beslist om de kamerdeur open te laten.
Je ouders of zorgverleners spreken je aan indien er een verhoogde beweegdrang aanwezig is.

Om je gewicht te herstellen is het ook belangrijk om niet te veel energie te verbruiken. Afhankelijk van je gewicht en gezondheidstoestand kan het zijn dat de arts beslist dat je gedurende de volledige dag in bed dient te rusten.
Ook wandelen vraagt veel energie. Daarom kan er beslist worden dat je verplaatsingen doet met de rolstoel. Deze maatregel kan gedurende de opname herbekeken worden. Je dient een eigen rolstoel te voorzien. Je ouders kunnen dit regelen via de mutualiteit of apotheker.

Tijd voor ontspanning

In het begin van de opname laten we het huiswerk even aan de kant liggen, zodat je voldoende rust en tijd kan nemen om te herstellen. Afhankelijk van jouw gewicht en gezondheidstoestand kan het zo zijn dat je na verloop van tijd hiermee weer mag starten. Dit gebeurt steeds in overleg met je behandelend arts. Wij hebben in het ziekenhuis geen eigen ziekenhuisschool. Daarom wordt er altijd met je eigen school besproken welk en hoeveel schoolwerk je in het ziekenhuis kan doen.

Tijdens vrije momenten ga je naar de speel- en ontspanningsruimte. Hier kan je knutselen, een gezelschapsspel spelen, etc. Er is ook de mogelijkheid om deze activiteiten in de kamer uit te voeren.

Afspraken betreffende bezoek buiten je ouders worden gemaakt in overleg met je behandelend arts en in functie van je gewichtstoename en inzet. We vragen om de eerste 2 weken geen ander bezoek te ontvangen, zodat je je lichaam voldoende kan laten rusten. Nadien kan bezoek, in samenspraak, opgebouwd worden naar 1x per weekend of bijvoorbeeld een woensdagnamiddag. Bezoek kan niet tijdens bezoek van hulpverleners of tijdens eetmomenten.

Wanneer je medische toestand het toelaat, is er de mogelijkheid om naar buiten te gaan, mits volgende afspraken:

- Je verlaat de afdeling maximaal 1 keer per dag en enkel in het bijzijn van je ouders of zorgmedewerker.
- Als je lange afstanden in de rolstoel moet afleggen, blijf je in de rolstoel zitten totdat je terug op de afdeling bent.
- Je bent voldoende warm aangekleed.

- Je bent tijdig terug en verlaat de afdeling niet tijdens een eet- of een rustmoment.
- Je brengt de verpleging steeds op de hoogte dat je even weg bent.

Naar huis

De duur van de opname is zo kort als mogelijk en zo lang als nodig. De terugkeer naar huis of een gespecialiseerd centrum wordt gradueel opgebouwd. De datum van ontslag is niet gebonden aan een welbepaald minimaal gezond gewicht, maar wordt bepaald op basis van je eet- en beweeggedrag. In overleg met jou en je ouders kan je aanvankelijk naar huis tussen de hoofdmaaltijden, bv. van 13u tot 17u. Wanneer het nuttigen van een tussendoortje thuis lukt, kunnen ook broodmaaltijden thuis geleidelijk worden opgebouwd. Vanuit het ziekenhuis voorzien we de tussendoortjes of het lunchpakket. Dit wordt besproken en voorbereid met de diëtisten.

Ter voorbereiding van jullie bezoek aan huis overlopen we nog een aparte brochure.

Weekschema

- Op vrijdag krijg je een individueel weekschema voor de komende week. Hierop kan je zien welke activiteiten er gepland staan of wanneer een bezoek van de zorgmedewerkers gepland staat.

- Het is belangrijk dat je ouders steeds invullen bij welke maaltijden ze aanwezig kunnen zijn voor de komende week. Zo hebben de zorgmedewerkers ook een overzicht van wanneer zij zelf aanwezig moeten zijn tijdens een maaltijdmoment.

AZ Turnhout vzw
www.azturnhout.be
info@azturnhout.be

Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout

Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout
014 40 60 11

Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout
014 40 60 11

V.U. : Jo Leysen • gedelegeerd bestuurder AZ Turnhout vzw • Steenweg op Merksplas 44 • 2300 Turnhout