

Signalenkaart eetstoornissen voor huisartsenpraktijk



Soorten eetstoornissen

De DSM 5 omschrijft onder andere:

Anorexia Nervosa

Boulimia Nervosa

Eetbuistoornis

Gespecificeerde eetstoornis

Ongespecificeerde eetstoornis

Diagnostiek

- [Raadpleeg Zorgstandaard Eetstoornissen](#), ook voor laboratoriumonderzoek
- Maskerende klachten kunnen eetstoornis verhullen
- Vertrouwen en empathie bevorderen openheid patiënt
- Anamnese (aard, ernst, beloop) en lichamelijk onderzoek
- Sluit ARFID & lichamelijke oorzaken ondervoeding uit
- Laag ziektebesef en -inzicht: betrek familieleden en andere zorgprofessionals
- Screeninglijst Eating Disorder Examination (EDE) en Child-EDE (anders EDE-Q)

Differentiaal diagnostiek

- Hyperthyreoïdie
- Maligniteit
- Chronische ontstekingen maag-darmkanaal
- Malabsorptie
- Chronische infecties
- Ziekte van Addison
- Diabetes mellitus
- Cardiale aandoening
- Bradyfrenie
- Münchhausen by Proxy (Pediatric Condition Falsification)

Wat kunt u doen?

- Zie de persoon, niet de eetstoornis
- Bouw vertrouwen, vraag erna of er sprake is van een eetstoornis
- Focus niet te veel op het eten
- Versterk naasten gedurende wachttijd: EHBE-oudergroep
- Adviseer zelftest

Doorverwijzen

- www.eetstoornissennetwerk.nl met verwijzerslijn
- Vermeld lengte, gewicht, hartslag en bloeddruk bij doorverwijzen
- Kind < 12 jaar: schakel direct kinderarts in
- Raadpleeg bovenregionale expertisenetwerk

Somatisch onderzoek

Alarmsymptomen: binnen 24 uur somatisch onderzoek

- Volledige vochtweigering
- > 5 dagen < 500 kcal/dg
- Aan bed gemeten lage bloedsuiker (< 3,5/mmol/l)
- Bradyfrenie, hardkloppingen, flauwvallen
- Trage pols < 40 slagen per minuut
- Gewicht < 70% van uitgangsgewicht

Binnen week somatisch onderzoek:

- < 12 jaar
- groei of rijping gestopt
- > 3x per week braken of laxeren
- gestopte menstruatie

Quote van een huisarts: "Ik ben zelf huisarts en onze dochter heeft een eetstoornis. Haar ziekte ontwikkelde zich zo geleidelijk, dat ik in het begin niet doorhad dat er iets aan de hand was. Toen onze dochter op een gegeven moment zei dat ze vegetarisch wilde eten zochten we daar niets achter. Langzaam kwamen er steeds meer regeltjes bij, totdat het ineens heel snel achteruit ging. Begin september kwam onze

dochter in het ziekenhuis terecht met uitdrogings- en ondervoedingsverschijnselen. Wat volgde was een lange en intensieve strijd tegen haar eetstoornis. Gelukkig hebben we de strijd gewonnen en is onze dochter genezen. Eén ding is ons daarbij de afgelopen tijd heel duidelijk geworden: een eetstoornis heeft maar weinig met eten te maken. Het is vooral het niet willen voelen van pijnlijke gedachten en gevoelens."

Signalen

Signalen eetstoornis

- Angst om aan te komen in gewicht
- Altijd bezig met eten, lijnen, calorieën
- Vertekend lichaamsbeeld
- Weinig zelfvertrouwen/laag zelfbeeld
- Moeite met uiten van gevoelens

Signalen overtuigingen

- Ik ben veel dikker dan anderen
- Ik doe het toch nooit goed genoeg
- Ik heb nog niet gesprot, dus ik mag niet eten
- Ik voel me buitengesloten
- Ik vind gym vreselijk, vooral dat omkleden
- Ik ga niet naar feestjes, want daar is altijd eten
- Ik kijk heel vaak in de spiegel. Ik ben dik

Signalen eetgedrag

- Liegen over eten en wat gegeten is
- Eten weggooien, minder eten of eetbuien
- Braken, laxeren, maaltijden overslaan
- Regels en rituelen rondom eten
- Mee willen beslissen wat gegeten wordt
- Kcal tellen, lijnen, verboden voedsel hebben
- Voor anderen koken, maar zelf niet eten
- Liever alleen eten
- Spanning tijdens eetmomenten
- Overdreven interesse in voeding
- Schuldgevoel als er te veel gegeten is
- Eten terwijl je al vol zit
- Niet eten terwijl je trek hebt
- Lege verpakkingen verstoppen
- Vreemde combinaties eten
- Treuzelen met eten of veel te snel eten
- Veel geld uitgeven aan eten/stelen van eten
- Geen vette of zoete dingen willen eten
- Veel water drinken, > 2 liter per dag

Signalen type mens

- Perfectionistisch
- Introvert
- Faalangst
- Gevoelig
- Competitief
- Controlefreak
- Impulsief
- Pleaser
- Zelfkritisch
- Piekeeraar

Signalen omgeving/trigger

- Sterk prestatiegericht
- Taboe op uiten van gevoelens
- Lijnen met vrienden of thuis
- Eetstoornissen en/of obesitas in de familie
- Sporten waarbij gewicht een rol speelt
- Stressvolle gebeurtenis:
 - Overlijden
 - Misbruik
 - Pesten
 - Verslaving
 - Ziekte, blessure
 - Scheiding
 - Depressie
 - Lichamelijk geweld

Maskerende Signalen

- Somberheid/depressie
- Suicidegedachten
- Automutilatie
- Dwang
- Angsten
- Autisme



**Voorkom eetstoornissen;
maak problemen bespreekbaar**

Deze kaart is tot stand gekomen met medewerking van K-EET, PsyQ en individuele experts. Voorstellen tot wijzigingen sturen naar info@stichtingkiem.nl

www.stichtingkiem.nl

Stichting
Kiem