



Intensieve behandeling Anorexia Nervosa

Met of zonder verblijf

U gaat de intensieve behandeling Anorexia Nervosa volgen, om de symptomen van uw eetstoornis te verminderen en de factoren die de eetstoornis in stand houden te (h)erkennen en aan te pakken. De behandeling vindt op meerdere dagen per week plaats. Afhankelijk van uw doelen kan het zijn dat u ook 1 of meer nachten per week gaat bij ons verblijven.

Doel van de behandeling

Het hoofddoel van de behandeling is het verminderen van de symptomen van de eetstoornis, omdat een eetstoornis zichzelf grotendeels in stand houdt. Daarnaast wordt gekeken naar de redenen waarom de eetstoornis is ontstaan en niet meer overgaat. Vaak gaat het dan over thema's als het verbeteren van zelf- en lichaamsbeeld, het leren emoties en spanningen beter te verdragen en hanteren of verbeteren van sociale vaardigheden. Ook is het leren om minder perfectionistisch te zijn vaak een punt van aandacht.

Mogelijk spelen ook andere (psychiatrische) problemen een rol. Samen met u wordt gekeken of deze problemen tegelijkertijd met de behandeling van uw eetstoornis aangepakt moeten worden of juist opvolgend. Als nodig wordt samenwerking gezocht, vanzelfsprekend in overleg met u, met andere instellingen of afdelingen van GGZ Rivierduinen.

Inhoud behandeling

De behandeling bestaat uit meerdere opeenvolgende fasen: het basisprogramma, het vervolgprogramma en de herstelbehoudfase. Samen met een hoofdbehandelaar (een psycholoog) gaat u op basis van de door u gestelde doelen een traject uit stippelen, waarbij u de intensiteit van de zorg die u nodig heeft, kunt opbouwen en afbouwen. U legt uw doelen en afspraken over het te volgen traject vast in een behandelplan.

Afhankelijk van de fase van herstel kunt u het basisprogramma volgen op één of meer dagen per week.

U schat samen met de hoofdbehandelaar in wat nodig is en hoe lang u het programma het beste kunt volgen. Daarnaast kunt u, weer afhankelijk van de gezamenlijke inschatting van wat u nodig heeft, een of meer nachten verblijven.

Fase 1: Basisprogramma

Het basisprogramma wordt dagelijks gegeven; het kent net als de rest van het programma groepsonderdelen en individuele onderdelen. Er zijn dagelijks verschillende groepsonderdelen, deze zijn gericht op: het verbeteren van uw eetgedrag en aankomen, het veranderen van niet functionele gedachten over eten of over uzelf, uw lichaamsbeeld of obsessies met bepaalde gedachten rond eten/niet eten, het verbeteren van uw daginvulling, dagstructuur en zelfzorg, het leren ontspannen en herkennen van emoties, en het vragen en verdragen van steun.

Dit basisprogramma wordt verzorgd door sociotherapeuten, psychologen en vaktherapeuten. Daarnaast heeft u wekelijks een gesprek met een individueel begeleider over de voortgang van uw behandeling en problemen die u daarbij tegenkomt. Op indicatie is het ook in overleg mogelijk om bijvoorbeeld individueel aanvullende therapie te krijgen bij een psycholoog of vaktherapeut.

Bij start van uw behandeling (maar dat kan ook later) wordt u gevraagd welke direct betrokkenen uit uw omgeving (1 tot maximaal 3 personen) u intensiever bij uw behandeling wilt betrekken. Zij worden, als u daarmee instemt, uitgenodigd om deel te nemen aan de zogenaamde 'supportgroep'. Dit is een groep die eens in de 4 weken bijeen komt, als onderdeel van het basisprogramma. De bedoeling van deze groep is om uw directe omgeving te versterken en u te helpen om het geleerde thuis in praktijk te kunnen brengen.

De voortgang van de behandeling wordt eens in de 6 tot 8 weken door u en uw behandelaren gezamenlijk geëvalueerd. Afhankelijk van de voortgang kunt u de

behandeling verder opbouwen in intensiteit of juist het basisprogramma wat gaan afbouwen en in de volgende fase meer modulaire onderdelen gaan volgen.

Fase 2: De vervolgfase

In de volgende fase van herstel bouwt u onderdelen of dagen, in overleg, van het basisprogramma af. Er zijn verschillende modules, die u ook samen met cliënten van andere groepen kunt volgen. De modules interpersoonlijke problemen, lichaamsgerichte therapie of emotie regulatie zijn voorbeelden van modules die gegeven worden.

Ook hier evalueert u weer eens in de 6 tot 8 weken gezamenlijk met uw behandelaars. U kunt verschillende modules naast elkaar of na elkaar volgen.

Fase 3: Herstelbehoudfase

Als u daaraan toe bent, kunt u gaan deelnemen aan een herstelbehoudgroep. Deze groep gaat over het vasthouden van het bereikte en het weer oppakken van het dagelijks leven. Deze groep is de laatste groep die u in uw behandeling blijft volgen.

De bedoeling van de verschillende fases is dat u een behandeling volgt met de juiste intensiteit, die u heel geleidelijk weer kunt afbouwen, terwijl u uw activiteiten in het dagelijks leven weer oppakt of opbouwt.

De behandeling vindt grotendeels plaats in een groep, vanwege de voordelen die een groep kan bieden. Door een ander te helpen met dezelfde problematiek helpt u ook uzelf. Daarnaast heeft de onderlinge erkenning en herkenning een bijzonder steunende werking; u staat er niet alleen voor. U bent voor de anderen ervaringsdeskundige en zij voor u. Bij verschillende onderdelen van de behandeling zijn ervaringsdeskundigen betrokken.

Verblijf

Afhankelijk van uw doelen en van de inschatting van de mate van steun die u nodig heeft, kunt u 1 of meer nachten per week bij ons verblijven. Dit kan, als dat nodig is, zelfs uitgebreid worden tot 7 nachten per week. Verblijf begint na 17.00 uur, met het avondeten en eindigt om ongeveer 8.15 uur, na het ontbijt. Het verblijf staat los van de behandeling. U volgt tijdens uw verblijf geen therapieprogramma, maar kunt op basis van uw behandeldoelen wel afspraken maken ter ondersteuning. U eet gezamenlijk met andere cliënten met een eetstoornis. In het intensieve programma is de behandeling losgekoppeld van verblijf. U kunt in het verblijf wel dezelfde behandelaren tegenkomen.

Overige steunmogelijkheden

Begeleiding door een psychiater

Als u last heeft van bijkomende psychiatrische klachten zoals stemming, angst- of dwangklachten, kunt u verwezen worden naar de psychiater.

De psychiater onderzoekt uw bijkomende klachten (in een of meerdere sessies) en stelt u indien nodig en gewenst in op medicijnen. De psychiater begeleidt u dan door middel van medicatiecontroles.

Feedback

Voorafgaand, tijdens en na de behandeling kunt u deelnemen aan dit online zelfhulpprogramma.

Psychiatrische (intensieve) thuiszorg

Deze zorg wordt op indicatie aangeboden, bijvoorbeeld om u te ondersteunen rond het eten thuis of om uw directe omgeving te steunen

Individuele systeemtherapie

Familie en andere personen in de directe omgeving hebben ook te maken met uw eetstoornis. Hun steun is belangrijk voor uw herstel. Bovendien hebben zij meestal ook behoefte aan hulp om beter met de eetstoornis om te kunnen gaan. De gezinstherapie is bedoeld om de behandeling zo goed mogelijk aan te laten sluiten bij het dagelijks leven en thuis.

Contactgegevens

Voor aanmelding, informatie en overleg kunt u ons elke werkdag van 9.00 tot 13.00 uur bereiken op 071 890 33 40.

Adres

Postbus 405, 2300 AK Leiden
Sandiforddreef 19, Leiden

T 071 890 33 44

E info.eetstoornissen@rivierduinen.nl

I www.rivierduinen.nl/eetstoornissen

I www.hulpbijeetproblemen.nl

