



o **Behandeling van eetbuienstoornis**

Mensen die last hebben van een eetbuienstoornis hebben vaak ernstig overgewicht/obesitas. Vaak ligt een ongestructureerd eetpatroon en/of eten als reactie op negatieve en positieve gevoelens hieraan ten grondslag. GGZ Oost Brabant heeft een modulair aanbod voor mensen die last hebben van een eetbuienstoornis.

Wat staat mij te wachten?

Als je bent doorverwezen naar de GGZ Oost Brabant krijg je een uitnodiging voor één of twee intakegesprekken en een adviesgesprek. Tijdens deze gesprekken onderzoeken we je eetstoornis. We besteden aandacht aan het eetpatroon, (de rol van je) gewicht en de mogelijke achterliggende problemen. Op grond van deze informatie komen we met een advies. In de meeste gevallen zul je starten in de pretherapiegroep. Deze groep bereidt je voor op de behandeling.

Hoe ziet mijn behandeling eruit?

De pretherapiegroep: voorbereiding op de behandeling

De pretherapiegroep komt een keer per week anderhalf uur bij elkaar. Hier onderzoek je je eetstoornis door gerichte opdrachten te maken en deze te bespreken in de groep. Een voorbeeld van een opdracht is dat je onderzoekt wat de voor- en de nadelen van het probleem zijn. Ook

je eetgewoonten, je lichaamsbeeld en je zelfbeeld komen aan bod. In de groep kun je herkenning vinden en doe je ervaring op met het (leren) praten over je probleem.

Tijdens de pretherapiefase krijg je een psychologisch onderzoek. Ook kan het zijn dat er een lichamelijk onderzoek en/of een consult bij de psychiater plaatsvindt. De meeste mensen nemen zo'n drie maanden deel aan de pretherapiegroep. Als de opdrachten doorlopen zijn en je tijd en ruimte hebt om een start te maken met de behandeling, maak je in overleg met je behandelcoördinator een behandelplan.

Modulair behandelprogramma

Na de pretherapiegroep kun je starten met het modulaire behandelprogramma. Er zijn zes modules van anderhalf uur, waaraan je in overleg met je behandelcoördinator kunt deelnemen. In een individueel gesprek wordt gekeken welke modules (op dat moment) het meest passend voor je zijn. Hierbij kun je denken aan het leren grip krijgen op je eetpatroon, het leren herkennen en uiten van je gevoelens en het waarderen van je lichaam. Ook het onderzoeken en aanpakken van onderliggende problemen kan onderdeel zijn van je behandeling.

Aanvullend of in plaats van groepsbehandeling behoren ook individuele behandelingen tot de mogelijkheden.

E-mental health

Aanvullend op en ter versterking van de behandeling bieden wij begeleiding via e-mental health aan. Dit is maatwerkbegeleiding waarbij cliënten specifieke problemen kunnen voorleggen en gerichte (huiswerk) opdrachten meekrijgen.

Hoe lang duurt mijn behandeling?

De behandeling is opgebouwd uit periodes van drie maanden. Na elke periode vindt een evaluatie plaats, waarna besloten wordt of je stopt of doorgaat naar een volgende periode. De meeste mensen maken gebruik van twee of drie periodes.

Klaar met de behandeling, en dan?

Na het afronden van je behandeling volg je een module die gericht is op het vasthouden van het resultaat, ook als je je werk/bezigheden weer opgepakt hebt.

Familie en partners

Familie en partners hebben een belangrijke rol in de behandeling. Als je start in het behandelprogramma plannen we een gesprek met een steunfiguur uit je omgeving. Op indicatie vinden er relatiegesprekken en gezinsgesprekken plaats. Ook begeleiding thuis behoort tot de mogelijkheden.

Meer informatie en aanmelding

Heb je na het lezen van deze informatie vragen, dan kun je contact opnemen met de medewerkers van het Specialistisch Centrum voor Eetstoornissen, tel. 0492 - 84 44 04 of email: [eetstoornissen@ggzoostrabant.nl](mailto: eetstoornissen@ggzoostrabant.nl).

Aanmelden kan via de huisarts.

De behandeling van eetbuienstoornis is onderdeel van het Specialistisch Centrum voor Eetstoornissen van GGZ Oost Brabant.

Wie zijn wij?

Het Specialistisch Centrum voor Eetstoornissen is een klein en betrokken team met bijna 20 jaar ervaring met de behandeling van eetproblemen. Je kunt bij ons rekenen op gelijkwaardigheid, openheid en begrip. Ook wetenschappelijk onderzoek draagt bij aan de kwaliteit, effectiviteit en verdere ontwikkeling van onze behandeling.

GGZ Oost Brabant, Specialistisch Centrum voor Eetstoornissen

Locatie 't Warant

Wesselmanlaan 25A

5707 HA HELMOND

T 0492 - 84 44 04

E [eetstoornissen@ggzoostrabant.nl](mailto: eetstoornissen@ggzoostrabant.nl)

www.ggzoostrabant.nl