

Eetstoornissen

Wat is een eetstoornis?

Er zijn heel veel mensen die niet tevreden over hun gewicht zijn, maar wanneer is er sprake van een eetstoornis?

Je spreekt van een eetstoornis wanneer iemand langdurig obsessief met voedsel en gewicht omgaat. Deze obsessie kan grote gevolgen hebben voor de gezondheid, maar ook op het sociale vlak. Eetstoornissen zijn meestal allesoverheersend en hardnekkig om van te genezen. Daarom is tijdig ingrijpen van belang. De kans op genezing is dan groter.

Een eetstoornis is vaak de vervanger voor andere problematiek zoals een trauma, seksueel misbruik, een negatief zelfbeeld of faalangst.

Het photoshoppen van modellen maakt het er tegenwoordig ook niet gemakkelijker op om te voldoen aan het ideale zelfbeeld.



Welke eetstoornissen bestaan er?

Er zijn verschillende soorten eetstoornissen, die allemaal dezelfde functie hebben en dat is het verdringen van dieperliggende negatieve gevoelens. Het geeft deze patiënten het gevoel dat ze wél iets kunnen en dat is afvallen, in het begin vaak bevestigd door de complimentjes uit de omgeving. Wanneer afvallen niet lukt voelen ze dit als falen.

Het is niet iets wat over gaat door 'gewoon' beter te gaan eten. Als je niets aan de oorzaak doet zal de eetstoornis niet genezen.

De diagnose Anorexia Nervosa wordt gesteld, wanneer er sprake is van ernstig ondergewicht. Anorexiapatiënten zijn bang om te eten, zien zichzelf als dik, terwijl ze juist mager zijn. Ze verleggen steeds de grens, waardoor ze blijven afvallen.

Je spreekt van Boulimia Nervosa, wanneer er regelmatig sprake is van onbeheersbare eetbuien, waarbij een onwaarschijnlijk grote hoeveelheid voedsel naar binnen wordt gewerkt in korte tijd, vaak gevolgd door compensatie gedrag zoals braken, laxeren, overmatig sporten of juist weer een tijd vasten.

Er zijn ook nog eetstoornissen die wat andere kenmerken hebben. De obsessie en gevoelens rond het eten en gewicht zijn echter wel gelijk aan een stoornis als Anorexia of Boulimia Nervosa.

Bij wie komt een eetstoornis voor?

De grote risicogroep voor eetstoornissen zijn jonge meiden, maar iedereen kan een eetstoornis krijgen; man of vrouw, jong of oud. Mogelijke gevolgen van een eetstoornis zijn het uitblijven van de menstruatie, angstklachten, depressie, donshaartjes op de huid (om het vermagerde lichaam wat warmte te bieden), gebitsproblemen, hartklachten.

Neem een eetstoornis serieus, want het gaat zelden zomaar over. Het genezen ervan moet je zèlf doen, maar nooit alleen!

[Winifred Baatsen](#)

[Eetstoornis gespecialiseerd counsellor, Doetinchem](#)