

diëtheek

Voeding gaat je helpen!

Diëtistische zorg bij
Anorexia Nervosa
in de eerste lijn



WAT KAN JE VERWACHTEN?



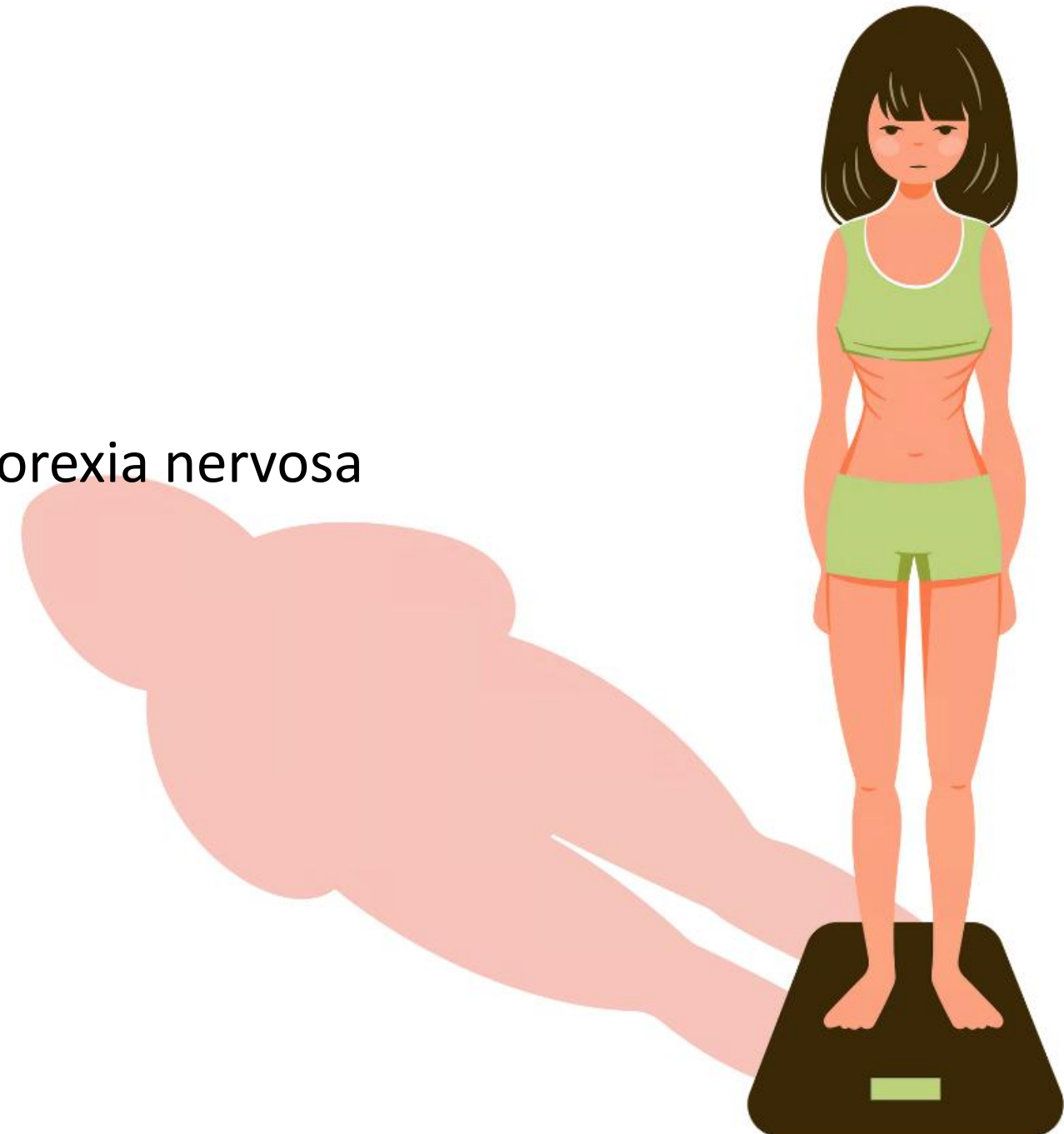
- Onderzoek naar de diëtistische behandeling van Anorexia Nervosa in de eerste lijn (in opdracht van Diëtheek)

LEERDOELEN

- ❑ **Minimaal drie voedingsgerelateerde adviezen en twee ondersteunende werkwijzen kunnen benoemen die effectief ingezet kunnen worden bij cliënten met (vermoedelijk) anorexia nervosa in de eerste lijn.**
- ❑ **Inzicht krijgen in de belangrijkste belemmeringen die diëtisten ervaren bij de begeleiding van cliënten met anorexia nervosa.**
- ❑ **Twee praktische aanbevelingen noemen om je eigen handelen bij (vermoedelijk) anorexia nervosa te verbeteren.**

SCRIPTIE

- Aanleiding voor het onderzoek
- Doel van het onderzoek
- Onderzoeksmethoden
- Resultaten
 - Huidige adviezen en werkwijzen
 - Ervaren belemmeringen bij de behandeling van anorexia nervosa
 - Input van gespecialiseerde diëtisten
- Aanbevelingen
- Conclusie
- Casus



AANLEIDING

- Toenemend aantal cliënten met anorexia nervosa sinds COVID-19
- Meer doorverwijzingen naar de eerste lijn ivm lange wachttijden bij gespecialiseerde GGZ
- Huisarts maakt vaker gebruik van 'overbruggingszorg'
- Trend ook zichtbaar binnen Diëtheek
- Gespecialiseerde diëtisten hebben ook wachtlijsten
- Sommige diëtisten ervaren belemmeringen

DOEL VAN HET ONDERZOEK

- De behandeling van cliënten met anorexia binnen Diëtheek verbeteren
- Inzichtelijk krijgen welke adviezen er nu gegeven worden
- Ervaren belemmeringen onderzoeken
- Meest actuele voedingsadviezen en werkwijzen in kaart brengen
- Gebruikmaken van de kennis van gespecialiseerde diëtisten
- Aanbevelingen geven om onze aanpak te versterken



ONDERZOEKSVRAAG

Op welke manier kunnen diëtisten van Diëtheek hun huidige voedingsgerelateerde adviezen, inclusief ondersteunende werkwijzen, voor cliënten met (vermoedelijk) AN verbeteren?

- Welke voedingsgerelateerde adviezen en ondersteunende werkwijzen kunnen volgens de literatuur ingezet worden bij cliënten met (vermoedelijk) AN?*
- Welke belemmeringen worden in de literatuur beschreven bij het geven van voedingsgerelateerde adviezen aan cliënten met AN?*
- Welke belemmeringen en verbeterpunten ervaren diëtisten van Diëtheek bij het behandelen van cliënten met AN?*
- Welke voedingsgerelateerde adviezen, inclusief ondersteunende werkwijzen, geven diëtisten van Diëtheek op dit moment bij AN?*
- Welke voedingsgerelateerde adviezen, inclusief ondersteunende werkwijzen, geven gespecialiseerde diëtisten bij AN?*

ONDERZOEKSMETHODEN

- Onderzoeksmethoden en meetinstrumenten
 - Literatuuronderzoek
 - Kwantitatief praktijkonderzoek d.m.v. enquête
 - Kwalitatief praktijkonderzoek d.m.v. verdiepende interviews

- Populatie
 - Enquête – 60 diëtisten benaderd, 35 reacties
 - Interviews – 7 diëtisten benaderd, verzadiging na 6 interviews

- Data-analyse
 - Enquête – verzameld in Excel voor (statistische) analyse
 - Interviews – getranscribeerd en uitgewerkt



LITERATUURONDERZOEK – ADVIEZEN EN WERKWIJZEN

Gewichtsherstel

- Stapsgewijze calorische opbouw*
- Gewichtstoename van 0,25-0,5 kg/week*
- Aanvulling van tekorten (multivitamine/drinkvoeding)*

Normaliseren van het eet- en beweegpatroon

- Vaste eetstructuur (3 hoofdmaaltijden en 3-4 tussendoortjes)*
- Eetdagboek*
- Verminder overmatig bewegen*
- Ontspannende activiteiten*

Herstellen van lichamelijke klachten

- Vermoeidheid, kouwelijkheid, obstipatie, maagklachten, hormonale stoornissen*
- Mogelijke rol probiotica*

Psycho-educatie

- Leren omgaan met angst voor gewichtstoename*
- Misvattingen over voedingspatroon ontkrachten*

Motiveren tot gedragsverandering

- Motiverende gespreksvoering*
- Therapeutische relatie*

LITERATUURONDERZOEK - BELEMMERINGEN

Belemmeringen

- Gebrek aan kennis, vaardigheden en training*
- Weinig klinische supervisie*
- Onvoldoende uren beschikbaar*
- Gevoel van burn-out*
- Moeite met het omgaan met weerstand*
- Ontbreken van een professioneel netwerk*
- Onzekerheid over de rol van de diëtist*
- Gebrek aan klinische richtlijnen en screeningtools*

ERVAREN BELEMMERINGEN EN VERBETERPUNTEN

- Belemmeringen
 - Onvoldoende uren beschikbaar via de verzekering
 - Onvoldoende voorbereiding vanuit de opleiding
 - Het ontbreken van een behandelpad
 - Gebrek aan kennis, ervaring en samenwerking

- Verbeterpunten
 - Meer interne scholing
 - Een behandelpad
 - Meer tijd om complexe vragen uit te werken
 - Het opbouwen van kennis en het verminderen van tijdsdruk



HUIDIGE VOEDINGSGERELATEERDE ADVIEZEN EN WERKWIJZEN

Gewichtsherstel

- *Stapsgewijze calorische opbouw, aanpak afhankelijk van de cliënt*
- *Geen specifiek doel voor gewichtstoename*
- *Multi-vitamine*

Normaliseren van het eet- en beweegpatroon

- *Drie hoofdmaaltijden en 2-4 tussendoortjes per dag*
- *Wisselende inzet eetdagboek*
- *Wisselend advies m.b.t. beweging en ontspannende activiteiten*

Herstellen van lichamelijke klachten

- *Vermoeidheid, obstipatie en kouwelijkheid vaak samen behandeld*

Psycho-educatie

- *Angst voor gewichtstoename en angst voor voedingsmiddelen wordt bespreekbaar*

Motiverende gespreksvoering

- *Opbouwen therapeutische relatie/vertrouwensband*

RESULTATEN - ERVARINGEN VAN GESPECIALISEERDE DIËTISTEN

- Multidisciplinaire samenwerking
- Stapsgewijze calorische opbouw met duidelijke afspraken
- Zes eetmomenten
- Gebruik geen eetdagboek
- Beweging monitoren
- Psycho-educatie met een creatieve insteek
- Ontspannende activiteiten
- Therapeutische relatie

CONCLUSIE

- Flexibele en casusgerichte aanpak hanteren omtrent voedingsgerelateerde adviezen**

- Gewichtsherstel dmv stapsgewijze calorische opbouw en zes eetmomenten per dag*
- Triggers zoals eetdagboeken vermijden*
- Tekorten aanvullen*
- Compensatiegedrag actief aanpakken*


- Gebruik maken van ondersteunende werkwijzen**

- Gedragsverandering stimuleren dmv motiverende gespreksvoering (haalbare doelen)*
- Psycho-educatie inzetten voor de vermindering van angsten*
- Hierbij zijn therapeutische relatie en multidisciplinaire samenwerking cruciaal*

- Bestaande belemmeringen bij diëtisten wegnemen**

- Aandacht voor opleiding, praktische hulpmiddelen, effectieve tijdsindeling*
- Gespecialiseerde diëtist als aanspreekpunt*
- Structurele multidisciplinaire samenwerking opzetten*

AANBEVELINGEN VOOR DIËTHEEK

- ❑ **Praktische hulpmiddelen ontwikkelen**, zoals een screeningstool, informatiemateriaal en scholing (bijvoorbeeld webinars en trainingen in motiverende gespreksvoering).
 - ❑ **Per regio een gespecialiseerde diëtist aanstellen als aanspreekpunt**. Deze kan complexe casussen overnemen, collega's begeleiden en bijdragen aan deskundigheidsbevordering.
 - ❑ **Versterken van de multidisciplinaire samenwerking**, onder ander door middel van het in kaart brengen van regionale samenwerkingsstructuren.
 - ❑ **Beperkte behandeltime efficiënter te benutten**, bijvoorbeeld door de inzet van praktische hulpmiddelen en onderlinge ondersteuning, zodat er binnen de bestaande tijd meer ruimte ontstaat voor kwalitatieve zorg.
- 

TAKE HOME MESSAGE

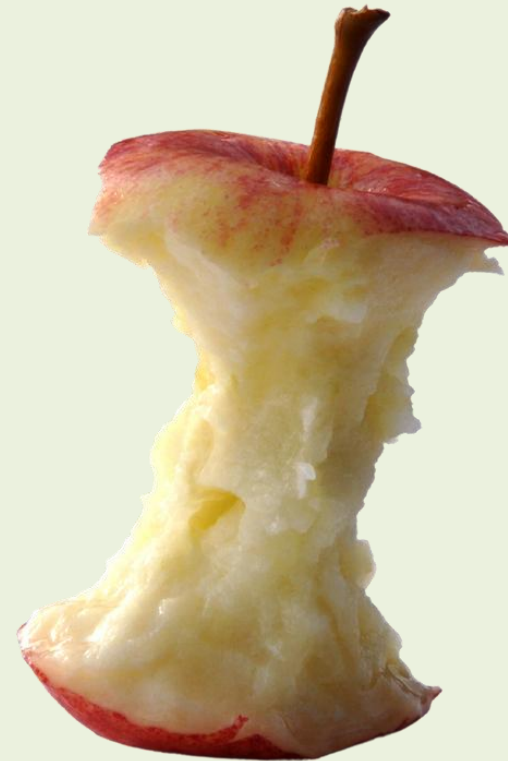
- Focus bij de intake op het opbouwen van een vertrouwensband, vraag door.
- Let bij je voedingsanamnese op eetgedrag (eetregels, angst voor eten, sociale situaties)
- Stel haalbare doelen gericht op het herstellen van de relatie met eten
 - Stapsgewijze calorische opbouw (verrijken of toevoegen)
 - Eetstructuur opbouwen naar 5-6 eetmomenten
 - Inzet multivitamine/drinkvoeding
- Beperk beweging als compensatie en stimuleer ontspanning
- Behandel ook lichamelijke klachten (obstipatie, vermoeidheid)
- Bespreek angst voor voedingsmiddelen en gewichtstoename
- Blijf werken aan de vertrouwensband met cliënt en ouder
- Zet een multidisciplinaire behandeling in. Betrek huisarts/kinderarts/psycholoog/POH-GGZ.



DISCUSSIE

- Welke rol zien jullie voor de eerstelijnsdiëtist bij de behandeling van cliënten met AN?
- Wat heb jij nodig om deze doelgroep goed te begeleiden? Hoe pak je dit aan in een kleinere praktijk of als zelfstandige?
- Hebben jullie nog andere praktische tips voor collega's bij het begeleiden van deze doelgroep?

ZIJN ER NOG VRAGEN?



Bedankt voor jullie aandacht!

Margit Meeuwesen: m.meeuwesen@dietheek.nl