

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Obesitaskliniek

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 80 80 80
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste patiënt,

Deze brochure geeft u meer informatie over onze obesitaskliniek en probeert op een aantal veelgestelde vragen antwoord te geven.

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om ze te stellen. Uw behandelende arts en de medewerkers zijn steeds bereid om op al uw vragen te antwoorden.

Inhoudsverantwoordelijke: dr. W. Bouckaert
(Abdominaal chirurg) | Januari 2025

INHOUDSTAFEL

1. Wat is obesitas?	3
1.1 Oorzaken	
1.2 Gezondheidsrisico's van obesitas	
2. Onze werkwijze	4
2.1 Hoe het overgewicht en eventuele verdere behandeling bepalen?	
2.2 Multidisciplinaire screening	
2.3 Multidisciplinair overleg	
2.4 Deelnemende artsen	
3. Conservatieve trajecten	6
3.1 Start-Traject	
3.2 Vervolg-Traject	
3.3 Start-To-Move Traject	
4. Persoonlijke opvolging	8
5. Praktisch	9
5.1 Wat meenemen bij de eerste consultatie?	
5.2 Kosten	
6. Tot slot	12

01 WAT IS OBESITAS?

Obesitas is een chronische aandoening gekarakteriseerd door een toegenomen opstapeling van lichaamsvet. Een belangrijk aspect binnen het ontstaan van obesitas is een verhoogde energie-inname (door voeding) en/of een verlaagd energieverbruik (door beweging), hoewel dit niet de enige oorzaak is.

Ongeveer 15% van de Belgische bevolking lijdt aan obesitas en dit neemt nog steeds toe. Dit is een trend die wereldwijd zichtbaar is.

Overgewicht en obesitas brengen heel wat gezondheidsrisico's met zich mee. Onderzoek laat zien dat een gewichtsreductie van 5 tot 10% van het oorspronkelijke gewicht reeds zorgt voor een afname van deze gezondheidsrisico's. Wij willen je graag op weg helpen naar een gezonde levensstijl door samen op een medisch verantwoorde manier aan je gewicht en gezondheid te werken.

1.1 Oorzaken

Obesitas heeft meerdere oorzaken, die vaak gecombineerd voorkomen.

Biologische oorzaken:

- Verstoord metabolisme
- Hormonale veranderingen
- Erfelijke oorzaken
- Aandoeningen die een invloed hebben op het voedings- en bewegingspatroon (bv. gewrichtspijn, dyspnoe)

Psychologische oorzaken:

- Emotioneel eetgedrag (angst, stress, woede...)
- Eten uit verveling
- Depressie

Sociale oorzaken:

- Verkeerde eetgewoontes
- Gebrek aan lichaamsbeweging
- Omgevingsfactoren

Medicatiegebruik als oorzaak:

- Corticosteroïden
- Antidepressiva
- Anti-epileptica

02 ONZE WERKWIJZE

1.2 Gezondheidsrisico's van obesitas

Bij het hebben van obesitas ziet men vaak een ontwikkeling van andere gezondheidsrisico's zoals:

- Ontwikkelen van diabetes type II
- Verhoogde bloeddruk
- Verstoord bloedlipidenprofiel
- Verhoogd risico op hart- en vaatziekten
- Verhoogd risico op het ontwikkelen van kanker
- Obstructief slaapapneu syndroom (stokkende adem tijdens de slaap, overmatig snurken)
- Gewrichtsproblemen
- Vruchtbaarheidsproblemen
- Depressie

2.1 Hoe het overgewicht en eventuele verdere behandeling bepalen?

In plaats van enkel BMI (body mass index: verhouding gewicht en lichaamslengte) te gebruiken, gaan we een inschatting maken van het gezondheidsrisico.

Dit doen we op basis van het medisch risico en de impact van het gewichtsprobleem op het lichamelijke functioneren (lichamelijke symptomen), de aanwezigheid van functionele beperkingen, psychologische symptomen en de weerslag op het welzijn. Dit noemen we de Edmonton Obesity Staging System (EOSS stadiëring).

De inschatting van de ernst gebeurt dus niet alleen medisch, maar ook veel breder op basis van het gezondheidsrisico.

Daarom zal er een intake plaatsvinden bij de endocrinoloog, de psycholoog en de diëtist.

2.2 Multidisciplinaire screening

Intakegesprek bij verschillen- de zorgverleners:

De **endocrinoloog** beoordeelt de impact van het overgewicht op het lichaam. Zijn er metabole gevolgen (diabetes, hypertensie, verhoogde cholesterol...)? Zijn er andere beperkende lichamelijke gevolgen (met gewicht: nazicht en eventuele doorverwijzing)? De endocrinoloog onderzoekt ook of er een hormonale oorzaak van gewichtstoename is.

De **psycholoog** doet een screening op het grondig verkennen van de hulpvraag en motivatie tot levensstijlverandering, met focus op zowel de fysieke als de psychologische effecten van het overgewicht. Daarnaast zal er worden stilgestaan bij de functie van het eetgedrag en de psychosociale factoren die bijdragen of hebben bijgedragen tot gewichtsproblemen (bv. opvoeding, ingrijpende levensgebeurtenissen...). Overgewicht en obesitas hebben vaak een grote invloed op het fysiek functioneren, wat ook psychosociale gevolgen heeft (bv.

negatief zelfbeeld, sociaal isolement, moeizame relaties...) en een impact heeft op de kwaliteit van leven.

De **diëtist** bespreekt de voedingsgewoonten van de patiënt met behulp van een vragenlijst. Door middel van deze screening worden eveneens de verwachtingen en de motivatie van de patiënt verkend. Antropometrische gegevens (gewicht, lengte, buikomtrek...), het gewichtsverloop en eetgedrag worden hierbij in kaart gebracht.

Bij de **kinesitherapeut** worden verschillende aspecten bevraagd via een vragenlijst omtrent je beweeggedrag (sportervaring, fysieke activiteit), lichamelijke klachten of blessures, kortademigheid en dergelijke. Door middel van deze vragenlijst proberen we een beeld te vormen van interesses in verschillende sporten, persoonlijke trainingsdoelen en verwachtingen.

03 CONSERVATIEVE TRAJECTEN

2.3 Multidisciplinair overleg

Na deze screening bepalen de endocrinoloog, de psycholoog, de diëtist, de kinesitherapeut en de coördinator in samenspraak voor welke behandeling de patiënt in aanmerking komt: herverwijzing naar 1ste lijn, een conservatieve begeleiding, medicatie en/of metabole bariatrische heelkunde.

2.4 Deelnemende artsen

Niet alleen de endocrinoloog (dr. Y. Kockaerts) is betrokken bij deze multidisciplinaire raadpleging. Ook kan een beroep gedaan worden op de abdominaal chirurg die zich specifiek bezighoudt met gastric bypass chirurgie.

Ook de gastro-enteroloog, de cardioloog, de pneumoloog en de gynaecoloog zijn vlot raadpleegbaar en participeren mee in de obesitaskliniek.

Voor de conservatieve (niet-chirurgische) behandeling van obesitas hebben we twee trajecten in ons ziekenhuis:

- Een Start-Traject, met mogelijkheid tot een Vervolg-Traject
- Een Start-To-Move-Traject

3.1 Start-Traject

Het Start-Traject helpt patiënten op weg naar een basis voor een gezonde levensstijl. Dit traject is opgebouwd uit 6 sessies bij de diëtist en 6 sessies bij de psycholoog. Naargelang de relevantie van het thema en relevantie per individu kunnen deze sessies ingepland worden als groepsessie of als individuele sessie. De sessies zijn één jaar geldig vanaf de start van het traject.

Diëtist

Overgewicht of obesitas wordt veroorzaakt door een samenspel van biologische-, omgevings-, sociale- en culturele factoren. De aanpak van obesitas richt zich op leefstijlverandering. De diëtist zal tijdens groepsessies een gezond en evenwichtig eetpatroon met de

patiënten opstellen. De focus ligt op het bevorderen van de gezondheid waarbij opvolging op lange termijn noodzakelijk is.

Psycholoog

Tijdens de gesprekken met de psycholoog wordt de motivatie om de levensstijl aan te passen besproken. Er worden individuele, realistische en haalbare doelstellingen opgesteld. Patiënten worden begeleid om inzicht te krijgen in uitlokkende prikkels om te eten. Er worden technieken aangeleerd om met deze prikkels te leren omgaan.

Hoe kan je zelf niet-helpende patronen omtrent eetgedrag, gewicht en zelfbeeld leren herkennen? Ook het aanpakken van hindernissen die op lange termijn je 'veranderplan' kunnen saboteren, wordt besproken (door bijvoorbeeld het versterken van sociale vaardigheden).^[1] Er is tot slot ook aandacht voor terugvalpreventie: hoe kunnen we ervoor zorgen dat de bereikte doelstellingen ook op lange termijn behouden blijven?

Kinesitherapeut

Tijdens de groepssessie wordt de basis gelegd om een bewegelijke levensstijl aan te nemen. Door deze sessie willen we de patiënten laten kennismaken met verschillende bewegingsvormen waardoor deze kennis gebruikt kan worden in het dagelijkse leven.

3.2 Vervolg-Traject

Het Vervolg-Traject is een bijkomend optioneel traject dat verder werkt op de basis die is opgebouwd in het Start-Traject. Dit traject is opgebouwd uit 3 sessies bij de diëtist en 3 sessies bij de psycholoog. Naargelang de relevantie van het thema en de relevantie per individu kunnen deze sessies ingepland worden als groepssessie of als individuele sessie. De sessies zijn één jaar geldig vanaf de start van het traject.

05 PRAKTISCH

3.3 Start-To-Move-Traject

Het Start To Move-Traject is een traject dat patiënten helpt een start te maken om gezond te sporten. Het doel van dit traject is om de patiënten kennis te laten maken met verschillende bewegingsvormen. Na het beëindigen van het traject heeft de patiënt de basis om een gezonde, bewegelijke levensstijl aan te houden buiten het ziekenhuis. Dit traject is opgebouwd uit 20 groepssessies. Deze sessies gaan door elke dinsdag en donderdag over 10 weken.

5.1 Wat meenemen bij de eerste consultatie?

- Eventuele verwijzingsbrief van de huisarts
- Overzicht van uw medicatie
- Overzicht van alle begeleide en niet-begeleide vermageringspogingen
- Overzicht van uw persoonlijke medische voorgeschiedenis

5.2 Kosten

De obesitascoördinator kan u een overzicht van de kosten geven.

U komt misschien in aanmerking voor tegemoetkoming van de ziekenkas. Let er wel op dat richtlijnen en terugbetalingstarieven per mutualiteit ook met de tijd kunnen veranderen. Neem dus steeds contact op met je ziekenfonds voor de meest actuele informatie.

CM Diëtist

CM betaalt maximum 10 euro per consultatie terug, met een maximum van 40 euro per kalenderjaar.

Psycholoog

Als CM-lid kun je rekenen op maximaal 24 terugbetalingen per leven. Er wordt slechts één zitting per dag terugbetaald. Per zitting betaalt CM 10 euro terug. Leden met verhoogde tegemoetkoming krijgen per zitting 15 euro. De terugbetaling is beperkt tot het werkelijk betaalde honorarium (incl. BTW).

Voorwaarden

- Lid zijn van CM gedurende het volledige programma.
- Een Riziv-erkende diëtist geeft het voedings- en dieetadvies.
- Per dag is slechts één consultatie vergoedbaar.

Wat te doen?

- Download het aanvraagformulier (www.cm.be) en laat het invullen door een RIZIV-erkende diëtist.
- Bezorg het ingevulde formulier (met gele klever) via de Mijn CM-app of een CM-brievenbus.
- De terugbetaling wordt overgeschreven op je rekening.

HELAN

Als lid van Helan krijgt u eenmalig 200 euro terugbetaald voor begeleidingsprogramma's gevolgd in een ziekenhuis of in een multidisciplinair centrum erkend door een ziekenfonds.

Voorwaarden

- U bent in orde met uw ziekenfondsbijdrage.
- Voor volwassenen vanaf 18 jaar: BMI hoger dan 30.

Wat te doen?

- Download het formulier (Tegemoetkomingsaanvraag obesitas) en laat het invullen door uw arts.
- Bezorg Helan het terugbetalingsformulier:
 - Via Mijn Helan, jouw online ziekenfonds of de Helan Onafhankelijk ziekenfonds app: neem een foto of scan van het ingevulde formulier en vraag je terugbetaling digitaal aan.
 - Per post naar Helan Onafhankelijk ziekenfonds, Boomsesteenweg 5, 2610 Wilrijk.
- De terugbetaling wordt overgeschreven op je rekening.

LIBERALE MUTUALITEIT

LM zorgt voor een terugbetaling van maximaal 60 euro per kalenderjaar voor een behandeltraject voor obesitas in een ziekenhuis.

Voorwaarden

- De behandeling vindt plaats in een ziekenhuis en bestaat uit een combinatie van gesprekken bij een psycholoog, medische begeleiding, begeleiding door een diëtist en begeleiding door een bewegingscoach.
- Het hoofddoel van de behandeling is bestrijding van obesitas.
- De terugbetaling is nooit meer dan wat je zelf hebt betaald. Je krijgt maximaal 60 euro terug per kalenderjaar.
- Je bent in orde met je ledenbijdrage.

Wat te doen?

Download het formulier (Aanvraagformulier terugbetaling behandeltraject obesitas) en laat het invullen door uw arts. Bezorg dit aan LM.

SOLIDARIS

Diëtist

Je krijgt een terugbetaling van 10 euro per sessie:

- Je krijgt terugbetaling voor 4 consultaties per kalenderjaar bij een erkend diëtist.
- Indien je een attest hebt van je (huis)arts, waarop staat dat je obesitas hebt, krijg je een terugbetaling voor 4 extra consultaties per kalenderjaar.

Psycholoog

Je krijgt 50% terugbetaald tot een bepaald maximum per consultatie.

- Zonder verhoogde tegemoetkoming: tot max. €10 per consultatie.
- Met verhoogde tegemoetkoming: tot max. €15 per consultatie.

Je hebt recht op een tussenkomst voor maximum 12 consultaties per jaar.

Voorwaarden

- Je bent lid van Solidaris en betaalde je ledenbijdrage.
- Er is geen tussenkomst van de verplichte ziekteverzekering voor de sessie.
- Maximaal 1 prestatie per dag.

Wat te doen?

- Download het terugbetalingsformulier op de website van Solidaris. Vul zelf je gegevens in en laat de rest invullen door je psycholoog.
- Bezorg Solidaris het ingevulde formulier bij voorkeur door het digitaal op te laden. Vul daarvoor je rijksregisternummer in en voeg daarna een scan of foto van het ingevulde aanvraagformulier toe.
- Nadat je attest opgeladen is, ontvang je per mail een bevestiging van je aanvraag voor terugbetaling. Zo hoeft je niet naar het kantoor of de post te gaan.

VLAAMS EN NEUTRAAL ZIEKENFONDS

Diëtist

VNZ betaald voor dieetbegeleiding 10 euro per sessie terug (max. € 50 per kalenderjaar en per persoon).

Psycholoog

VNZ betaald voor psychologische begeleiding 10 euro per sessie

met een maximum van € 150 per kalenderjaar en per persoon.

Voorwaarden

- Je krijgt geen tegemoetkoming via de verplichte ziekteverzekering.

Wat te doen?

Bezorg het ingevulde formulier 'Psychologische begeleiding' en 'Dieetbegeleiding' of een eigen attest van de psycholoog, seksuoloog of orthopedagoog aan het Vlaams en Neutraal ziekenfonds Vlaanderen.

- Via de post.
- Via één van de kantoren of postbussen.
- Via het online loket 'Mijn VNZ'.

NEUTRAAL ZIEKENFONDS VLAANDEREN

Diëtist

Als je een door het RIZIV-erkende diëtist raadpleegt, krijg je tot 40 euro terug (10 euro per consultatie, met een maximum van vier consultaties per jaar).

Psycholoog

Voor psychologische begeleiding

06 TOT SLOT

waarvoor je geen wettelijke terugbetaling ontvangt, betaalt NZVL tot 150 euro terug (vijftien consultaties van 10 euro).

Wat te doen?

Bezorg het ingevulde formulier 'Psychologische begeleiding' en 'Dieetbegeleiding' of een eigen attest van de psycholoog, seksuoloog of orthopedagoog aan het Vlaams en Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen.

- Via de post.
- Via één van de kantoren of postbussen.
- Via het online loket 'Mijn NZVL'.

Het volledige zorgteam van de Obesitaskliniek probeert u zo goed mogelijk te ondersteunen.

Heeft u vragen, laat het ons weten.

Wij zijn er om u te helpen!

Contactpersoon:

Coördinator Obesitaskliniek

E-mail: obesitaskliniek@zol.be

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be