



“De groepstherapie is nieuw in ons aanbod. We hebben een uitgebreid programma van 24 weken uitgewerkt voor patiënten die tussen het milde en het hele zware stadium van obesitas balanceren.”

Dr. Yves Kockaerts, endocrinoloog

V.l.n.r. prof. dr. Willem Ombelet (IVF-specialist), dr. Matthias Dupont (cardioloog), dr. Susie Klerkx (pneumoloog), dr. Hans Verhelst (abdominaal chirurg), dr. Yves Kockaerts (endocrinoloog), prof. dr. Philip Caenepeel (gastro-enteroloog)

MULTIDISCIPLINAIR OBESITASCENTRUM BIEDT BREED BEHANDELPLAN AAN

Het ZOL is gestart met een multidisciplinair obesitascentrum. Het gaat om een initiatief van de dienst Endocrinologie, in samenwerking met de diensten Revalidatie, Diëtetiek en Psychologie. Ook de diensten Gastro-enterologie, Cardiologie, Pneumologie, IVF/Gynaecologie en Abdominale heelkunde zijn betrokken. Endocrinoloog Yves Kockaerts: "Met de obesitaskliniek willen we een breed behandelplan aanbieden met aandacht voor de medische gezondheid maar ook voor het psychisch en sociaal welzijn van de patiënt."

Dr. Yves Kockaerts: "Beweren dat obesitas toeneemt, is een open deur intrappen. Bijna 1 op 2 Belgen kampt met overgewicht, 15% lijdt aan obesitas. We willen met de obesitaskliniek een antwoord bieden op de stijgende vraag naar begeleiding en therapie."

"In een obesitasbehandeling wordt de BMI van een patiënt meestal als insteek genomen, vaak omwille van een directe link met bariatrische heelkunde. In onze multidisciplinaire obesitaskliniek hebben we gekozen voor een bredere benadering. Uiteraard nemen we de BMI en het gewicht mee maar daarnaast willen we er ook rekening mee houden welke impact het overgewicht heeft op de patiënt. Qua medische gezondheid - bijvoorbeeld metabool lijden, orthopedische klachten, slaapapneu syndroom, hypertensie,... - maar ook qua psychische en sociale impact. We baseren onze visie en aanpak op de gegevens die beschikbaar gesteld worden door het kenniscentrum eetexpert.be vzw."

"Om een inschatting te maken van de ernst van het overgewicht en het gezondheidsrisico voor de patiënt wordt het Edmonton Obesity Staging System gebruikt. Met behulp van dit zorgmodel worden het lichamelijk functioneren, de functionele beperkingen, de psychologische symptomen en de eventuele weerslag op het welzijn gescoord. Afhankelijk van de ernst valt de patiënt in een bepaald stadium."

Dr. Yves Kockaerts: "Patiënten die verwezen worden naar de multidisciplinaire raadpleging voor een advies worden achtereenvolgens gezien door de endocrinoloog, de kinesist, de psycholoog en de diëtist. Elke zorgverlener bekijkt de patiënt individueel. Daarna worden alle bevindingen samengelegd, wordt er bepaald in welk stadium de patiënt zit en wordt er besproken voor welke therapie hij in aanmerking komt. Patiënten met bijkomende problemen worden hiervoor verder verwezen. Iemand met knieartrose wordt eerst naar de orthopedist gestuurd. Patiënten met een vermoeden van slaapapneu verwijzen we naar de pneumoloog."

"In geval van milde obesitas wordt de patiënt met de bevindingen, aandachtspunten en adviezen terug naar de eerste lijn verwezen. Wij zullen ons profileren voor de moeilijkere patiënten maar iedereen is natuurlijk welkom voor een screening en een advies."

Therapeutische mogelijkheden

Dr. Yves Kockaerts: "De therapeutische mogelijkheden voor de behandeling van obesitas zijn drievoudig. Opties zijn medicamenteuze ondersteuning, groepstherapie en bariatrische heelkunde."

"De groepstherapie is nieuw in ons aanbod. We hebben een uitgebreid programma van 24 weken uitgewerkt voor patiënten die tussen het milde en het hele zware stadium van

obesitas balanceren. Patiënten die voor dit programma in aanmerking komen, zullen een traject doorlopen waarin zij gecoacht worden wat betreft voeding, eetgedrag en beweging. We leren hun gezonde voeding en beweging integreren in hun dagelijkse activiteiten en geven handvaten mee om hier later zelfstandig mee verder te gaan."

"Halfweg het programma wordt iedere deelnemer opnieuw geëvalueerd. Zo kunnen we mensen die individueel nog ergens in vastlopen bijvoorbeeld extra laten langsgaan bij de psycholoog of kan er een andere bijsturing gebeuren. Het kan ook zijn dat het advies in de tijd verandert. Boekt een patiënt die het begeleidingsprogramma volgt geen vooruitgang, dan kan hij of zij daarna toch het advies voor bariatrische heelkunde krijgen."

"Er zijn intussen ook gesprekken gestart met de pediaters en kinderendocrinologe dr. Nele Reynaert. Zij willen mee instappen in het programma met een aangepast traject, speciaal afgestemd op kinderen."

Complexe pathologie

Dr. Yves Kockaerts: "Onze patiënten zijn zeker niet allemaal even gemotiveerd. Obesitas is een complexe pathologie. Patiënten hebben vaak al veel uitgeprobeerd, zijn herhaaldelijk ontgoocheld en vragen ten einde raad om bariatrische heelkunde. Dat is zeker begrijpelijk maar



Multidisciplinair paramedisch team: v.l.n.r. Mirte Stifter (kinesiste), Vinciane Geurts (coördinator), Filique Martens (diëtiste), Julie Van Grieken (psychologe).

wij willen die patiënten er uit halen die misschien nog op een andere manier kunnen geholpen worden. Want bariatrische heelkunde is een zware ingreep met weliswaar vele voordelen maar ook risico's. De voor- en nadelen van bariatrische heelkunde moeten altijd goed afgewogen worden tegen de lange- en kortetermijnsrisico's van de gezondheidstoestand van de patiënt. Zeker ook wanneer er nog een kinderwens is, in geval van vrouwelijke patiënten."

Coördinator

Coördinator en aanspreekpunt van de obesitaskliniek is Vinciane Geurts. Ze informeert patiënten over de werkwijze en maakt de afspraken bij de endocrinoloog, diëtist, kinesist en psycholoog. Ook zal ze mee uitzoeken of een patiënt in aanmerking komt voor terugbetaling door het ziekenfonds. Doorheen het traject zal ze indien nodig de doorverwijzing plannen naar eventuele andere disciplines zoals abdominale chirurgie, pneumologie, fysische geneeskunde,... De coördinator zal de patiënt ook peri-operatief (bariatrische heelkunde) en peripartaal (mineralen/vitaminen) opvolgen in samenwerking met de artsen.

Kinesitherapie

Patiënten die geschikt bevonden worden voor het groepsprogramma gaan eerst langs bij de cardioloog voor een inspanningstest zodat het oefenen veilig kan verlopen. Kinesisten Anneleen Duchateau en Mirte Stifter: "Wij analyseren de proef en werken op basis van de resultaten een conditioneel programma uit."

"De bewegingsactiviteiten vinden twee keer per week plaats. Bedoeling is één sessie per week in de oefenzaal te laten plaatsvinden en één sessie op locatie. Deelnemers krijgen huiswerk mee en we motiveren hen om hun levensstijl aan te passen door bijvoorbeeld vaker de trap of de fiets te nemen."

"We willen mensen opnieuw leren bewegen. We helpen hen een betere conditie op te bouwen, want dat is waar het vaak misgaat. Bedoeling is veel verschillende bewegingsactiviteiten zoals onder andere zwemmen, tennis, boksen en basketbal aan te bieden in de hoop dat ze ergens aansluiting bij vinden."

"We hopen dat mensen na de 48 sessies zelf hun bewegingsactiviteiten verder zetten. Daarom koppelen we ook wetenschappelijk onderbouwde educatiesessies aan de bewegingsactiviteiten. Weten waarom je iets doet, verhoogt de motivatie. Ook belangrijk is dat mensen opnieuw plezier krijgen in bewegen. Als iets heel veel moeite kost, hou je het immers niet vol."

"We hopen dat ook het groepsgevoel positief stimuleert. We werken in kleine groepjes van 10 en hopen daar een hecht team van te maken. We zien dat ook bij de cardiale revalidatie: mensen die samen trainen motiveren elkaar. Ze trekken zich aan elkaar op, het zijn lotgenoten."

Psychologie

Psychologe Julie Van Grieken zal de kandidaten screenen op psychologisch vlak en verder begeleiden. "Bij de psychologische screening onderzoeken



Coördinator en aanspreekpunt van de obesitaskliniek is Vinciane Geurts. Ze informeert patiënten over de werkwijze en maakt afspraken bij de endocrinoloog, diëtist, kinesist en psycholoog.

we de motivatie van de patiënt om aan zijn of haar gewicht te werken. Ook bekijken we het eetgedrag. Tot slot bevragen we de gevolgen van het overgewicht op psychisch vlak. Vaak zien we een beperktere kwaliteit van leven.”

“We kijken ook breder: zijn er dingen met betrekking tot voeding die met de opvoeding zijn meegegeven? Zijn er levensgebeurtenissen die een impact hebben gehad op het gewicht. En, is iemand altijd al zwaarder geweest of is hij of zij de laatste tijd zwaarder geworden?”

“De vraag is ten slotte: waar wil de patiënt aan werken? En zijn er andere dingen die hij eerst moet aanpakken. Indien de patiënt bijvoorbeeld een ernstige eetstoornis heeft, ernstige depressieve klachten of een andere psychiatrische problematiek, zal bekeken worden welke van deze problemen er eerst moeten worden aangepakt. Indien nodig zal de patiënt geadviseerd worden om eerst begeleiding op te starten voor andere probleemgebieden, alvorens in te stappen in het obesitascentrum.”

“Tijdens het groepsprogramma worden een

tiental groepssessies georganiseerd, sommige samen met de diëtiste. Gedurende die sessies geven we informatie over obesitas en de mythes die errond bestaan. Daarna werken we rond motivatie. We kijken niet enkel naar gewichtsverlies maar ook naar het belang van een hele nieuwe levensstijl. Zo kunnen we realistische doelen stellen en wordt er niet enkel gewerkt op korte termijn.”

“In de volgende sessies gaan we gedragsmatig te werk. Emotionele eters leren we bijvoorbeeld om alternatief gedrag te stellen wanneer ze zich minder goed voelen. We bekijken ook welke gedachten eten kunnen uitlokken.”

“In een latere fase zullen we werken op sociale vaardigheden. Hoe communiceren we met onze omgeving dat onze levensstijl veranderd is? Hoe zeggen we neen en hoe gaan we om met negatieve reacties.”

“In de laatste sessies bespreken we hoe we wat we geleerd hebben kunnen aanhouden en hoe we om kunnen gaan met risicosituaties. En uiteraard gaan we ook in op vragen van de

deelnemers. Het programma is heel groepsggericht maar als er andere kwesties zijn die niet in de groep kunnen aangepakt worden dan doen we dit op een andere manier.”

Diëtetiek

Diëtiste Filique Martens staat in voor de begeleiding op voedingsvlak. “Tijdens de multidisciplinaire raadpleging bevragen we met behulp van screeningslijsten het voedingspatroon.”

“In het groepsprogramma voorzien we acht infosessies waar we de principes van gezonde en evenwichtige voeding uitleggen en het belang van gedragsverandering toelichten. We organiseren een kookworkshop en leren patiënten hoe je etiketten op verpakkingen moet lezen, hoe je best winkelt en hoe je een recept kritisch bekijkt.”

“In opvolgingsgesprekken wordt de opgedane kennis bevraagd via quizjes.”

Coördinator Obesitaskliniek:

Vinciane Geurts, T 089 32 55 94,
e-mail: obesitaskliniek@zol.be