



# ZAS informatiebrochure voor studenten

Dienst K-dienst L



Je komt binnenkort op stage bij ZAS – Ziekenhuis aan de Stroom. Welkom! We geven je in deze brochure graag wat meer informatie over de afdeling waar je stage zal doen. Daarnaast geven we je ook praktische info en richtlijnen voor tijdens je stage. Veel succes!

## I Informatie over jouw stage-afdeling

### I.1 Algemene informatie

ZAS UKJA K-dienst L

Campus Middelheim, Lindendreef 1, 2020 Antwerpen

Route 29

Telefoonnummer: 03/2804882

Emailadres: [zna.mi.eetstoornissen@zas.be](mailto:zna.mi.eetstoornissen@zas.be)

### I.2 Contactpersonen

Verpleegkundig afdelingshoofd: Nikka Brion

[nikka.brion@zas.be](mailto:nikka.brion@zas.be)

Adjunct afdelingshoofd: Ine Stoop

[ine.stoop@zas.be](mailto:ine.stoop@zas.be)

### I.3 Dagindeling

#### I.3.1 Shiften

Vroege shift	07.00u – 15.00u
Dagshift	09.00u – 17.00u
Late shift	12.30u – 20.30u of 14.00u – 22.00u
nacht	20.15u – 07.15u



### 1.3.2 Verloop van een shift

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
7u30	opstaan	opstaan	opstaan	opstaan	opstaan	opstaan	opstaan
8u15	ontbijt	ontbijt	ontbijt	ontbijt	ontbijt	ontbijt	ontbijt
8u45	rust	rust	rust	rust	rust	rust	rust
	start 1ste lesuur	start 1ste lesuur	start 1ste lesuur	start 1ste lesuur	start 1ste lesuur		
9u00		KOOK					
9u30	einde rust	KOOK	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust
	start 2de lesuur	KOOK	start 2de lesuur	start 2de lesuur	start 2de lesuur		
10u30	snack	snack	snack	snack	snack	snack	snack
10u45	rust	SPIEGEL INDIVIDUEEL	rust	rust	rust	rust	rust
		SPIEGEL INDIVIDUEEL					
	start 3de lesuur	SPIEGEL INDIVIDUEEL	start 3de lesuur	start 3de lesuur	start 3de lesuur		
11u15	einde rust	SPIEGEL INDIVIDUEEL	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust
11u30	start 4de lesuur	SPIEGEL INDIVIDUEEL	start 4de lesuur	VOEDINGSEDUCATIE	start 4de lesuur		
12u30	middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal
13u00	rust	rust	rust	rust	rust	rust	rust
13u30	rust	rust	rust	rust	SOVA	rust	rust
13u45	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust	SOVA	einde rust	einde rust
14u00	kameruurtje	Yoga	bezoek	PMT	SOVA		
15u00	snack	snack	bezoek	snack	snack	snack	snack
15u15	rust	rust	bezoek	rust	rust	rust	rust
15u45	einde rust	einde rust	bezoek	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust
16u00	CREA	werkboekje	bezoek	KOOK/ werkboekje			
17u00	einde CREA	Einde werkboekje	bezoek	Einde werkboekje			
17u30	avondmaal	avondmaal	bezoek	avondmaal	avondmaal	avondmaal	avondmaal
18u00	rust	rust	bezoek	rust	rust	rust	rust
18u45	einde rust	einde rust	bezoek	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust
	dagafsluiting	dagafsluiting	bezoek	dagafsluiting	dagafsluiting		
19u00	bezoek	bezoek	bezoek	bezoek	bezoek		
19u30	snack	snack	bezoek	snack	snack	snack	snack
19u45	rust	rust	bezoek	rust	rust	rust	rust
20u15	einde rust	einde rust	bezoek	einde rust	einde rust	einde rust	einde rust
21u00	einde bezoek	einde bezoek	einde bezoek	einde bezoek	einde bezoek		
21u30	gaan slapen	gaan slapen	gaan slapen	gaan slapen	gaan slapen	gaan slapen	gaan slapen





## **1.4 Wat doet onze afdeling**

### **Plan van aanpak**

*Wij zijn een behandelafdeling die zicht richt op jongeren met een eetstoornis (zoals anorexia, maar ook boulimie, eetbuistoornis, arfid ...). Wij omringen de jongeren tijdens hun behandeling met een uitgebreid multidisciplinair team dat 24/24 aanwezig is bij de jongeren.*

*Elke behandeling op onze afdeling doorloopt dezelfde fases, los van het type eetstoornis. Individuele afspraken blijven mogelijk. Gemiddeld duurt een opname op onze dienst 2-6 maand.*

*Wekelijks wordt de evolutie en de fase van elke opgenomen jongere geëvalueerd. Alle jongeren doorlopen alle fases. Als jongeren zich niet aan de doelstellingen van een specifieke fase kunnen houden, krijgen ze een waarschuwing en worden ze bij onvoldoende verbetering na een week een fase terug gezet.*

#### **RODE FASE**

*Bij opname start elke jongere in de rode fase. In deze observatiefase, die minimaal een week duurt, nemen we de tijd om elkaar te leren kennen en wordt er ingezet op ziektebesef. Bij ondergewicht wordt deze fase als rustfase gezien. Hierbij wordt zo weinig mogelijk energie verbruikt om stilaan te kunnen bijkomen in gewicht. De jongere heeft in deze fase een groepsprogramma en blijft dus continu op de leefgroep.*

#### **ORANJE FASE**

*In deze fase wordt aan ziekte-inzicht gewerkt en wordt de eetstoornis in kaart gebracht. De doelstelling van deze fase is de eetstoornis steeds meer als vijand dan als vriend te gaan zien. We zoeken samen motivaties om te genezen. Er wordt een afgesproken gewichtstoename per week verwacht. Sondevoeding nodig hebben is niet toegestaan in deze fase.*

*Indien somatisch veilig, start de jongere met één lesuur per dag in de ziekenhuisschool.*

#### **GELE FASE**

*In deze actiefase begint de jongere actief in gevecht te gaan tegen de eetstoornis. Er wordt daarbij een actieve deelname aan therapie en gesprekken verwacht. Normaliseren van het eetgedrag, eerlijkheid over de symptomen en compensatiegedrag afbouwen zijn in deze fase belangrijk. Sociale contacten buiten het ziekenhuis worden gestimuleerd. Uiteraard blijft gewichtstoename belangrijk. Energierijke drankjes nodig hebben als vervanging is niet toegestaan in deze fase.*

*Indien somatisch veilig, mag de jongere opbouwen naar twee lessen per dag in de ziekenhuisschool.*

#### **ONTSLAG FASE**



Een goede ontslagvoorbereiding is essentieel in deze fase. Er wordt een terugvalpreventieplan opgesteld en ambulante therapie na opname wordt georganiseerd. Indien mogelijk kan er een opbouw in de thuischool gepland worden of is een extra overnachting thuis mogelijk. Uiteraard blijft gewichtstoename belangrijk.

De maaltijden gaan altijd in groep door. Jongeren komen op tijd aan tafel en eten volgens het individueel afgesproken eetschema. Er wordt niet naar de WC gegaan tijdens en net na de maaltijd. Tijdens de maaltijd wordt er door jongeren niet opgestaan, tenzij na toelating van groepsleiding.

Verpleging/ groepsleiding zorgen voor begeleiding en ondersteuning tijdens de maaltijden en zijn beschikbaar voor hulp op moeilijke momenten. Deze ondersteuning wordt als een belangrijk therapeutisch instrument beschouwd.

Hoofdmaaltijd:

Ontbijt	08.15u – 08.45u
Middagmaal	12.30u – 12.50u
Avondmaal	17.30u – 18.00u

Snack:

Ochtend	10.30u – 10.45u
Namiddag	15.00u – 15.15u
Avond	19.30u – 19.45u

Wanneer voldoende eten te moeilijk is in het begin van de behandeling, kunnen energierijke drankjes ingevoegd worden in het opgestelde menu.

Het menu wordt ook gekoppeld aan drankjes. Dit betekent dat de niet-opgegeten maaltijd wordt vervangen door een energierijk drankje.

Als het de jongere niet lukt de vervangdrankjes te drinken, wordt dit per maagsonde gegeven. Sondes worden waar nodig iedere maaltijd geplaatst en verwijderd, blijven niet ter plaatse.

### **KOOKTHERAPIE**

Op dinsdag en donderdag wordt een gerecht klaargemaakt, een dessert op dinsdagvoormiddag en een warme maaltijd met soep op donderdagnamiddag. De groep wordt hiervoor opgesplitst, jongeren koken beurtelings. Jongeren in de rode fase nemen nog niet deel aan de kooktherapie.

### **VOEDING**

Alle jongeren worden door onze diëtiste begeleid in de opbouw naar een gezond en gevarieerd eetpatroon en gewicht. Ook denkfouten rond voeding worden besproken. De diëtiste volgt de gewichtsevolutie mee



op en past het eetschema aan indien nodig. Er worden regelmatig momenten voor overleg met de jongeren voorzien. Wij als groepsleiding maken geen aanpassingen in het eetschema. Dit kan enkel gedaan worden door de diëtiste.

In gesprekken met jongeren en hun ouders wordt ondersteuning voorzien rond het installeren van een gezond eetpatroon thuis, specifieke maaltijden, grootte van porties, het voorbereiden van feestjes, vakanties ed.

Wekelijks wordt er op donderdag educatie rond voeding voorzien door de diëtiste. Ook hier wordt stilgestaan bij wat een gezond eetpatroon is en welke denkfouten de jongeren hierrond hebben. Jongeren worden gestimuleerd elkaar hierin positief te ondersteunen.

## **RUSTMOMENTEN**

Rustmomenten zijn enkel noodzakelijk voor jongeren met ondergewicht.

- rode fase: rust = 45 minuten na de hoofdmaaltijden en 30 minuten na de snacks gerust in de zetel met een poef.
  - oranje fase: rust = 45 minuten na de hoofdmaaltijden gerust in de zetel en blijven jongeren 30 minuten na de snacks op de leefgroep.
  - gele fase: rust = wordt er 45 minuten na de hoofdmaaltijden gerust in de zetel
  - Ontslagfase hoeft er niet meer gerust te worden.
- ⇒ Rolstoel (meer als 7kg ondergewicht) = altijd rusten met voeten op de poef

Wanneer er sprake is van ondergewicht van 7kg of meer, wordt er aan de ouders gevraagd een rolstoel te voorzien. Deze kan via de mutualiteit gehuurd worden. Alle verplaatsingen met deze mate aan ondergewicht gebeuren steeds in de rolstoel.

## **WEEKENDS**

Rode fase hebben de jongeren recht op twee bezoekenmomenten. Zaterdag mogen ze bezoek krijgen van 10u tot 17u, voor de maaltijden worden de jongeren wel op groep verwacht. Op zondag is er bezoek mogelijk van 10u tot 12u. De jongeren overnachten wel op groep.

In de oranje fase is er een weekend met één overnachting voorzien thuis.

In de gele en ontslagfase worden weekends met twee overnachtingen toegestaan. Doorheen de week is er ook een extra overnachting mogelijk dat gekoppeld wordt aan de opstart van de buitenschool. (indien somatisch verantwoord)

Wanneer de jongeren zondag uit weekend terug komen bespreken we samen met de ouders en jongeren hoe het weekends is verlopen. Eventuele moeilijkheden maar vooral ook positieve punten worden dan meegenomen in de vergadering van maandag. Op deze manier betrekken we oa de ouders in het genezingsproces en leren we ze hoe ze in het weekend best de met ES omgaan.

## **KEY EN CO-KEY**



Tijdens de opname wordt aan elke jongere 2 sleutelfiguren toegewezen, groepsleiding die uitgebreider voor de zorg van de jongeren instaan. Er worden regelmatig gesprekken gepland, de key en co-key volgen gemaakte afspraken mee op.

### **Werkmap**

Elke jongere heeft een persoonlijke werkmap, die als werkinstrument tijdens de opname wordt beschouwd. Opdrachten vanuit de therapieën worden hierin bijgehouden. De key en co-key van de jongere volgen deze map mee op. De jongeren werken hier dinsdag en donderdag namiddag aan onder begeleiding van de groepsleiding.

### **SOCIALE VAARDIGHEIDSTRAINING en RELAXATIE**

Op vrijdagmiddag wordt in een groepstherapie (onder leiding van de stagiairs psychologie) gewerkt aan het versterken van de sociale vaardigheden van de jongeren. Thema's hierbij zijn assertief zijn, nee leren zeggen, praten in groep, sociale media ed.

Na de sociale vaardigheidstraining wordt een moment voorzien om te ontspannen, rustig te leren ademen en te leren omgaan met piekgedachten en stress. Alle jongeren nemen hieraan deel. Deze therapie kan na bevraging bij de therapeut bijgewoond worden door de student.

### **PSYCHOMOTORE THERAPIE (PMT)**

Drie keer per week voorziet de psychomotore therapeute ondersteuning in het realistisch tot positiever maken van het lichaamsbeeld van de jongeren. Daarnaast is er aandacht voor het verbeteren van sociaal contact, het leren genieten van het lichaam, het adequaat leren uiten van gevoelens, leren ontspannen en bewegingsdrang afbouwen. Er worden hiervoor groepsessies voorzien, op indicatie kunnen er individuele momenten georganiseerd worden. Ook videoconfrontaties en spiegel oefeningen maken deel uit van het therapeutisch aanbod. De groepstherapie kan na bevraging bij Karine bijgewoond worden door de student.

### **ZIEKENHUISCHOOL**

Jongeren in opname kunnen een aantal lesuren volgen in de ziekenhuisschool. Bij de start wordt door de ziekenhuisleerkrachten contact opgenomen met de thuishoudende school en wordt een minimaal lessenpakket afgesproken.

Bij medisch akkoord, kunnen jongeren in de oranje fase 1 lesuur per dag volgen; dit breidt uit naar 2 lesuren in de gele en ontslagfase.

### **GESPREK MET DE ARTSEN**

Jongeren kunnen via de verpleging een gesprek bij de kinder- en jeugdpsychiater en/of ASO kinder- en jeugdpsychiatrie vragen. Medische vragen of vragen of bedenkingen over het afgesproken beleid kunnen hierbij aan bod komen. De artsen spreken de jongeren aan indien nodig.



## **INDIVIDUELE THERAPIE**

Wekelijks wordt individuele therapie bij een van de psychologen gepland. Hierin komen thema's als denkfouten, piekeren, zorgen onderliggend aan de eetstoornis en andere moeilijkheden aan bod.

## **OUDER- EN GEZINSGESPREKKEN**

In de ouder- en gezinsgesprekken, samen met één van de psychologen, komen thema's als het effect van de eetstoornis op het gezin, zorgen onderliggend aan de eetstoornis, aanpak van de eetstoornis ed. aan bod. Ouders, broers en zussen en eventuele andere gezins- of familieleden kunnen uitgenodigd worden.

## **OPNAMEGESPREK EN EVOLUTIEGESPREKKEN**

Bij de opname wordt een behandelplan opgestart. Concrete werkdoelen worden geformuleerd. Dit vertrekke vanuit de jongeren, ouders en als laatste wij als team.

Elke 6 weken wordt een evolutiegesprek gepland. Hierbij zijn de jongere, de ouders, de arts, verpleging en de betrokken psycholoog aanwezig. De doorgemaakte evolutie wordt besproken en er worden nieuwe afspraken gemaakt (voor de verdere opname of voor ontslag).

### **1.5 Ons team**

We zijn een multidisciplinair team dat wil zeggen dat we samenwerken met verschillende disciplines zoals:

- Arts en assistent in opleiding
- Psychologen
- Psychomotore therapeut
- Diëtiste
- Groepsleiding
  - o Verpleegkundige
  - o Psychologisch consulente
- Hoofdverpleegkundige en adjuncthoofd

### **1.6 Leerkansen voor studenten**

- Kennismaking met de problematieken en bijhorende therapieën
- Kennismaking met medicatie en specifiek medicatie gericht op problematiek
- Uitoefenen verpleegtechnische handelingen (bv. capillaire en veneuze bloedafname, maagsonde, wondzorg)
- Werken in een multidisciplinair team door deelname vergaderingen, therapie, kookmomenten,...
- Observatie, mondelinge en schriftelijke rapportage
- Begeleiden dagelijkse structuur en activiteiten op de leefgroep
- Gepaste activiteiten organiseren aan de doelgroep
- ...





### **1.7 Verwachtingen**

- *Stimuleren van jongeren om aan te sporen tot activiteiten en gesprek*
- *Achtergrondkennis anorexia nervosa + andere (kinder)psychiatrische ziektebeelden*
- *Basisvaardigheden zoals empathie, initiatiefname, zin voor verantwoordelijkheid, ...*
- *Afstand – nabijheid respecteren*
- *Kritisch denken en handelen*
- *Duidelijke communicatie naar patiënt en multidisciplinair team*
- *Een gezond en evenwichtig eetpatroon, met gevarieerde voedingsmiddelen*
- *...*

### **1.8 Feedback**

*Er wordt dagelijks een reflectieverslag ingevuld door de student, die op regelmatige tijdstippen wordt overlopen/besproken met de stagementor van de afdeling. We verwachten initiatief van de student in actief bevragen van je handelen tegen einde van de shift. Jullie zoeken samen naar sterke punten en groeipunten. Afhankelijk van de stageduur worden er gesprekken gepland samen met de stagebegeleiding van de school. Deze gesprekken worden gepland samen met de stagementor van de afdeling.*