

## **Een opname voor 'puberkuren'?**

Mijn verhaal begint op 16 jaar. De leeftijd waarop mijn lichaam veranderde van meisje naar vrouw. Ik kon en wilde dit niet aanvaarden (door vroegere gebeurtenissen...) en startte een onschuldig dieet. Al snel verloor ik enkele kilo's en verdwenen al mijn vrouwelijke vormen. Het dieet werd echter steeds strenger en mijn ouders begonnen zich grote zorgen te maken. Mijn mama is toen naar de huisarts gestapt om hulp te vragen. Deze stuurde haar terug met de boodschap dat het 'puberkuren' waren en vanzelf wel zou overgaan. Het is jammer dat een eetstoornis vaak niet wordt herkend. De huisarts zou eigenlijk de eerste persoon moeten zijn die alarm slaat en de symptomen ernstig neemt.

Mijn ouders hebben daarop zelf geprobeerd om mij te helpen. Ze hebben gesmeekt, ze zijn kwaad geworden, hebben geroepen... alles om mij meer te doen eten. De machteloosheid die ouders vaak ervaren, moet verschrikkelijk zijn. Je ziet je eigen kind afzien en kan niets doen. Ze besloten mij te laten opnemen. Dit is echter niet gelukt. Ik wilde niet en weigerde mee te gaan. Achteraf gezien had een opname toen niet veel zin omdat ik zelf nog niet inzag dat ik een probleem had. Zolang je het zelf ontkent, kan je er niet aan werken. Ik heb dan gewoon verder mijn middelbaar afgemaakt. Op school deed ik of er niets aan de hand was en thuis was het bijna elke avond ruzie en moest ik verplicht naar verschillende psychologen.

Na het middelbaar ben ik beginnen studeren aan de universiteit. In het tweede jaar werd ik plots meer geconfronteerd met de negatieve gevolgen van mijn eetstoornis. Ik was vaak moe, had het koud en was minder fit dan mijn leeftijdgenoten. Maar het ergste was de psychische pijn. Een eetstoornis kan je hele denken overheersen. Je hebt geen seconde rust meer in je hoofd en dat vraagt enorm veel energie. Een energie die ik niet meer had. Ik was leeg, op, mentaal moe. Er moest iets gebeuren. Ik heb dan zelf gevraagd om een opname.

Een opname in een 'psychiatrische kliniek'. Een woord dat vele mensen afschrikt. Ook ik had een totaal verkeerd beeld van zo'n opname. De sfeer in Tienen is veel huiselijker en gemoedelijker dan je zou denken. Je zit met verschillende meisjes en vrouwen samen die hetzelfde probleem als jou hebben. Die herkenning doet zo'n een deugd. Jarenlang zat ik alleen met mijn problemen en nu kreeg ik eindelijk begrip van mensen die precies hetzelfde dachten als mij.

Niet alles is rozengeur en maneschijn natuurlijk. Een opname is ook hard werken en vechten tegen je eetstoornis. Op sommige momenten wil je liever weg en zinkt de moed je in de schoenen, maar steeds staan je groepsgenoten klaar om je op te vangen en je uit de put te trekken. Ook het team van verpleegkundigen en therapeuten zetten zich ten volle in om jouw behandeling te doen slagen. Ze nemen soms lastige beslissingen. Beslissingen die je niet altijd begrijpt op het moment zelf, maar die achteraf wel terecht bleken. In het begin is nog het moeilijk om hen te vertrouwen. Je eetstoornis neemt vaak de bovenhand en je wil de controle niet uit handen geven, maar naderhand gaat dit beter en zie je ook in dat ze alleen maar het beste met je voor hebben. Ikzelf heb meer dan één opname nodig gehad om dit te beseffen. Een heropname is moeilijk. Je schaamt je heel erg en voelt je enorm gefaald. Maar elke opname (kort of lang) heb ik nieuwe inzichten gekregen en ben ik een stap dichterbij genezing gekomen. Een heropname is echt geen schande. Vaak is het juist sterk dat je durft toegeven dat het alleen niet meer gaat en dat je hulp nodig hebt. Als je ervoor openstaat en je ook ten volle wil inzetten, is kiezen voor een behandeling de beste beslissing die je kan nemen!