



# NIEUWSBRIEF VERSLAVINGS HERSTEL GROEP

Number 16 • APRIL 2010 • Nederlande

LDS Family Services, Europe Area • Contact: BLACOEVW@LDSCHURCH.ORG

## Eet stoornissen

Een eetstoornis is veel meer dan alleen maar op dieet zijn; het is een ziekte die veroorzaakt wordt door verschillende emotionele factoren en invloeden en deze hebben een diepgaande invloed op de mensen. Symptoom van deze stoornis is een abnormaal eetgedrag, wat tot uitdrukking komt in onvoldoende of overmatig eten, wat weer schade toebrengt aan de lichamelijke en geestelijke gezondheid. In de Verenigde Staten telt men meer dan 8 miljoen mensen met een eetstoornis. In onze westerse maatschappij is al 40% van de 9-10 jarige meisjes bezig om af te vallen. Meisjes met ADHD hebben 5.6 keer meer kans om boulimia te ontwikkelen en 2.7 keer meer anorexia nervosa. Vrouwen die in een pleeggezin zijn opgegroeid hebben een kans die 7 x groter is dan normaal om boulimia nervosa te krijgen. Deze stoornis kan leiden tot een levenslange verslaving en andere gezondheidsproblemen. Het veroorzaakt ook veel verdriet voor het slachtoffer en de familie.



Eetstoornissen zijn vaak een aanwijzing voor andere ernstige problemen zoals een laag gevoel van eigenwaarde en een gevoel dat ze niet goed genoeg zijn, of misschien wel dat ze hun leven niet in de hand hebben. De druk van uit de samenleving dat vrouwen slank moeten zijn is een belangrijke factor die eetstoornissen in de hand werkt.

### Anorexia Nervosa

Mensen die lijden aan anorexia zijn uitzonderlijk gevoelig voor het feit dat anderen hen dik vinden. Ze zijn bang geen controle te hebben over de hoeveelheid voedsel die ze eten, en daar komt nog bij dat ze ook controle willen houden over hun emoties en de reacties op emoties. Deze patiënten richten zich op afvallen door absurde diëten. Ze nemen lange tijd veel minder calorieën dan ze nodig hebben en ze doen er alles aan om gewicht te verliezen. Dit leidt tot ondervoeding.<sup>1</sup>

### Boulimia Nervosa

Mensen die lijden aan boulimia hebben de neiging om zich vol te vreten, waarna ze gaan overgeven. Wanneer ze zich hongerig of leeg voelen eten ze grote hoeveelheden voedsel in een betrekkelijk korte tijd. Dit wordt dan weer gevolgd door periodes dat ze laxeremiddelen nemen of zich ertoe zetten om over te

geven, om met hun emoties te kunnen omgaan, of ook om zichzelf te straffen voor iets waarvan ze vinden dat ze zich zouden moeten schamen.

### Dwangmatig eten

Mensen die lijden aan dwangmatig te veel eten, daarvan wordt gezegd dat ze eet-verslaafd zijn. Ze gebruiken het eten van voedsel als een middel om van hun emoties weg te lopen, om een leegte, die ze bij zichzelf van binnen voelen, op te vullen en om daardoor te kunnen omgaan met hun dagelijkse stress en problemen in hun leven.

Mensen die het moeilijk hebben met eetstoornissen komen in dezelfde verslavende cirkels terecht als mensen die lijden aan de gevolgen van drugs of alcohol. De obsessie met voedsel en diëten wordt voor hen vaak een manier om innerlijke onrust tot bedaren te brengen. Veel slachtoffers vertellen dat de eetproblemen hen gevoelloos maken en de aandacht van hun werkelijke problemen afleiden.

Eetstoornissen hebben niet alleen een invloed op het slachtoffer zelf, maar ook op hun relaties met anderen, hun gezin en hun Hemelse Vader.

"Bedenk eens hoe anders het zou zijn als mensen er aan de buitenkant net zo uit zouden zien als ze zich van binnen geestelijk voelden... als het uiterlijk het innerlijk weerspiegelt" (Elder Neal A. Maxwell)<sup>2</sup>

We moeten de zaken in een eeuwig perspectief gaan bezien: "Het komt immers niet aan op wat de mens ziet; De mens toch ziet aan wat voor ogen is, maar de Here ziet het hart aan." (1 Samuel 16:7)

In de meeste gevallen heeft iemand met eetstoornissen professionele begeleiding nodig. Deze mensen zijn over het algemeen heel listig en gesloten over hun eetproblemen. Hoewel anderen de symptomen well herkennen, houdt het slachtoffer vaak vol dat er niets aan de hand is.

### Verwijzingen:

Deze nieuwsbrief is geen officiële publicatie van de Kerk.

Met dank aan Dr. Leon Blake voor zijn bijdrage aan dit artikel.

Neal A. Maxwell 1979 All These Things Shall Give Thee Experience, blz. 61  
Deseret Book Company, Salt Lake City, Utah, U.S.A.

