

Hoe wordt het overgewicht behandeld ?

Na deze opname heeft het team een beter beeld van de mogelijke problemen en wordt er gestart met een individueel begeleidingsprogramma. De kinderen bezoeken in het begin de diëtiste om de 2 weken en gaan ook regelmatig op controle bij de kinderarts. Tijdens de raadpleging bij de diëtiste wordt er steeds een ander voedingsthema besproken waarbij de nadruk ligt op gezonde voeding. Nooit wordt er een strikt dieet voorgeschreven. Vaak volstaat het om bepaalde calorierijke voedingsmiddelen te vervangen door minder calorierijke alternatieven. Fysieke activiteit is ook een belangrijk aandachtspunt. Uitzonderlijk worden er ook geneesmiddelen als tijdelijk hulpmiddel ingeschakeld. Tenslotte wordt er, indien nodig, psychologische ondersteuning en begeleiding aangeboden.

Kinderen met overgewicht moeten voor een lange tijd, en sommigen zelfs voor de rest van hun leven, met dit probleem rekening houden. Het obesitas-team voor kinderen kiest daarom heel bewust voor een kindvriendelijke en zachte aanpak. De kinderen stimuleren is uitermate belangrijk om er uiteindelijk voor te zorgen dat ze blijvend een andere levensstijl aannemen.

Verwijzing

Kinderen met ernstig overgewicht en hun ouders kunnen best een afspraak maken bij dr. Haentjens op de raadpleging kindergeneeskunde.

Raadpleging kindergeneeskunde UZA:
+ 32 3 821 32 51

Kindergeneeskunde UZA:
Diensthoofd: prof. dr. J. Ramet

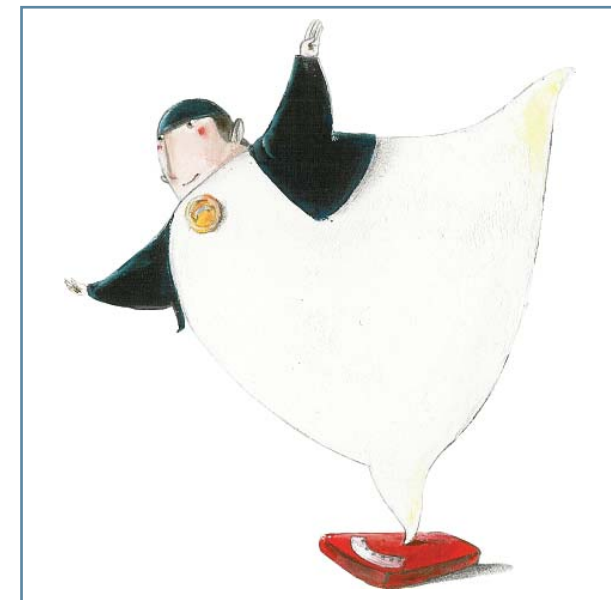
Obesitas-team voor Kinderen:
Kinderarts – coördinator: dr. D. Haentjens
in samenwerking met:
prof. dr. K. Desager: slaaponderzoek
dr. R. Rooman: hormonale stoornissen
dr. B. Suys: cardiologische gevolgen
mevr. A. Van de Sompel: diëtiste
mevr. A. De Meyer: diëtiste
mevr. G. Vercaeren: psychologe
dr. S. Verhulst: onderzoeksmedewerker



UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS ANTWERPEN

Wilrijkstraat 10
2650 Edegem
☎ + 32 3 821 30 00
info@uza.be

www.uza.be



Obesitas-team voor kinderen

Communicatie

UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS ANTWERPEN

Wat is overgewicht en wat is obesitas?

Een kind heeft overgewicht wanneer het teveel weegt voor zijn lengte. Wanneer dit overgewicht bepaalde grenzen overschrijdt, spreekt men van obesitas of zwaarlijvigheid.

In Vlaanderen kampt 12% van de jongens en 14% van de meisjes met overgewicht. Ongeveer 3% van alle kinderen is obees.



Hoe komt het dat mijn kind te zwaar is?

Het gewicht van een kind is zeer sterk erfelijk bepaald. Als één van de ouders zwaarlijvig is, dan stijgt de kans op obesitas bij de kinderen. Daarnaast verhoogt onze moderne levensstijl het risico op obesitas: we eten steeds vaker een calorierijke kant-en-klaar maaltijd of snack en we bewegen te weinig. Hierdoor nemen kinderen meer calorieën (de "brandstof" van ons lichaam) op dan ze verbruiken. Het teveel aan calorieën wordt dan opgeslagen onder de vorm van vet. Een zeldzame keer is een probleem met de hormonen de oorzaak van het overgewicht.

Wat zijn de risico's van overgewicht?

Obesitas is geen onschuldig probleem. Kinderen met overgewicht kunnen ook een verhoogde hoeveelheid cholesterol in het bloed hebben of reeds de eerste tekenen van suikerziekte vertonen. Samen met een verhoogde bloeddruk kan dit leiden tot een vroegtijdige beschadiging van de bloedvaten die later de oorzaak kan zijn van een hartinfarct of een hersenbloeding. De helft van de te zware kinderen slaapt ook slecht 's nachts: sommigen snurken, maar anderen kunnen niet goed doorademen en krijgen onvoldoende zuurstof in het bloed. Dit kan vermoeidheid en concentratieproblemen overdag geven.

Maar wat de kinderen zelf meestal het ergste vinden, zijn de negatieve reacties van hun leeftijdgenootjes: ze worden vaak gepest op school en geraken soms sociaal geïsoleerd. Sommigen hebben een negatief zelfbeeld en worden zelfs depressief.



Op welke leeftijd moet men overgewicht aanpakken?

Een ernstig overgewicht bij een kind rond de leeftijd van 5-6 jaar voorspelt vaak een probleem van obesitas als volwassene. De periode tussen 6 en 10 jaar is het ideale moment om het overgewicht aan te pakken. De kinderen zijn dan nog 40 tot 50 kg van hun gewicht als volwassene verwijderd. Wanneer het gewicht minder snel stijgt dan de lengte, wordt de overtollige energie (onder de vorm van vet) gebruikt om te groeien en vermindert de vetmassa. Een volgroeide adolescent met overgewicht moet daarentegen echt in kilo's verminderen.



Wat gebeurt er in het UZA?

Na een eerste consultatie bij dr. Dominique Haentjens, de kinderarts van het team, volgt er een opname van twee dagen met één overnachting. Tijdens deze opname worden de hormonen, de vetten en de suikers in het bloed gemeten. Het hart en de bloeddruk worden nagekeken en 's nachts wordt de slaap onderzocht. Tijdens de opname is er ook een eerste gesprek met de diëtiste en met de psychologe van het team.