

Obesitasoppuntstelling



1. Zo ziet jouw opname eruit.....	4
2. Maak kennis met ons team	5
Artsen	5
Psychologen	7
Diëtisten	7
Verpleegkundigen	9
Studiemedewerkers	10
3. Onderzoeken & metingen	11
Tijdens je verblijf in het ziekenhuis	11
Bloeddruk nemen & wegen/meten	11
Bloedafname en suikertest	11
Consultatie bij de cardioloog	12
Echografie van de buik	13
Lichaamssamenstelling - meting	13
Longfunctie meting	13
Radiografie van je hand	14
Slaaponderzoek	14
Wetenschappelijk onderzoek	16
Na je verblijf in het ziekenhuis	17
Gesprek met de diëtiste	17
Bespreken van de resultaten met de arts	17
Doelen vieren op onze fotomuur	18
4. Notities	19
5. Contact	20

Hallo!

Je kwam op raadpleging in de kinderobesitaskliniek van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen (UZA) en we spraken af dat jij bij ons eens een nacht zou komen logeren om een aantal dingen te kunnen onderzoeken.

Wij, de dokters of artsen, willen graag kijken of we een reden kunnen vinden voor jouw overgewicht/ obesitas en of er eventueel al bepaalde veranderingen in jouw lichaam zijn ten gevolge hiervan.

Het klinkt allemaal wat eng en spannend, maar we zijn er van overtuigd dat dit boekje je zal helpen om te begrijpen wat er allemaal gaat gebeuren. Je zal ook veel verschillende gezichten zien, daarom stellen we ook enkele personen aan jou voor die vast bij ons team horen.

Veel succes en tot snel!

Groetjes vanwege het kinderobesitasteam.



1 Zo ziet jouw opname eruit

Naar het UZA

Je komt op een donderdagochtend naar het ziekenhuis.

Je mag die donderdagochtend thuis niet ontbijten, dus we weten dat je misschien een beetje "hangry" zou kunnen zijn.

Welkom op D5

Je komt op de afdeling D5 terecht, helemaal op de 5e verdieping!

Onderzoeken maar!

Dan volgt er een hele dag onderzoeken, met ook verplaatsingen doorheen het hele ziekenhuis.

Zzzzzzt...

's Avonds slaap je een beetje verderop in het zorghotel, dat helemaal niet op een ziekenhuiskamer lijkt. Mama of papa mag bij jou blijven slapen.

TGIF

Op vrijdagochtend wandel je terug naar het ziekenhuis voor de laatste onderzoeken en daarna mag je naar huis.

Na je opname

Na de opname kom je terug op de raadpleging om te praten met de diëtiste en om de resultaten van de onderzoeken te bespreken met je dokter.

Vergeet niet dat je steeds vragen mag stellen als je dit wil.

Alle verpleegkundigen, artsen, diëtisten, psychologen.... zullen hun uiterste best doen om de opname voor jou zo aangenaam mogelijk te laten verlopen.

2 Maak kennis met ons team

We stellen ons team graag aan jullie voor zodat jullie ons alvast beter leren kennen. Benieuwd naar onze lievelingsbestemming, hobby's of ons levensmotto? Lees dan snel verder.

Artsen



Dr. Karolien Van De Maele

Ik ben Karolien en sinds 2021 de verantwoordelijke arts voor de kinderobesitaskliniek. Ik hou ervan om voor ieder kind of jongere specifieke doelen voorop te stellen en daar dan samen als een team naartoe te werken. Ik focus me dus meestal op JOU en niet jouw kilo's.

Ik hou heel veel van mijn werk, maar ik hou ook heel veel van mijn paard GiGi! Als ik ga paardrijden, vergeet ik even alle zorgen en kan ik me volledig ontspannen.

Dr. Marijke Ysebaert

Ik ben Marijke en als kinderarts begeleid ik jongeren naar een gezond gewicht.

Ik hou van de zon en buiten zijn in de natuur. Dit helpt mij om de dingen te relativeren en stil te staan bij kleine gelukjes die we elke dag mogen tegenkomen. Ik zal er dan ook steeds voor kiezen om het positieve te zien, ook wanneer het even minder goed gaat.





Dr. Isabelle Van Ussel

Ik ben Isabelle en sinds oktober 2021 ben ik verbonden aan de kinderobesitaskliniek, waarvoor ik nu een halve dag per week werk. Ik vind het fijn om jongeren te begeleiden in hun zoektocht naar een gezonde levensstijl.

Rondfietsen met de kindjes vind ik fantastisch. Kunnen genieten van de natuur samen met mijn gezin is super leuk.

Prof. Dr. Kim Van Hoorenbeeck

Ik ben Kim en was de coördinator van de kinderobesitas-raadpleging van 2008 tot en met 2021. Nadien heb ik de fakkel met veel plezier doorgegeven aan Karolien. Naast mijn werk als kinderlongarts, volg ik nog steeds patiënten met obesitas op. Mijn doel was altijd om jou als kind beter te laten voelen en je trots te laten zijn op jezelf voor wie je bent. Succes is alleen mogelijk als we met zijn allen hetzelfde doel willen bereiken.

Ik ben het liefst van al aan zee (en soms ook in de zee) met mijn man, zoon en hond. Dat is mijn favoriete plekje op aarde. De sproetjes op mijn neus zijn daar het beste bewijs van.



Je zal tijdens je opname nog verschillende andere artsen zien. Dit zijn artsen die gespecialiseerd zijn in het hart, de longen of de nieren. Als er nog andere specifieke problemen zijn, vragen we nog hulp aan andere artsen met andere specialiteiten.

Psychologen

Als psycholoog binnen het obesitas-team hebben wij eerder de functie van 'coach'! Wij denken heel graag mee om de kinderen, jongeren en soms ook het hele gezin te motiveren om gezondheid als topprioriteit te zien! Het is namelijk niet altijd makkelijk om dingen te veranderen; anders te gaan eten, meer te gaan bewegen, je medicatie netjes in te nemen.. Dat begrijpen wij maar al te goed!

Soms kan een babbel erover al helpen, soms is er meer nodig en kunnen we samen een plan van aanpak opstellen. Ook denken wij graag mee als er andere dingen zijn die minder goed lopen, bijvoorbeeld op school of in de thuissituatie of de manier waarop jij over jezelf denkt. Want wanneer je goed in je vel zit, is verandering ook veel makkelijker vol te houden! En wanneer er dan resultaat geboekt wordt, draagt dit weer bij aan zelfvertrouwen!!

Diëtisten



Dorien Parys

Ik ben kindardiëtiste Dorien en ik heb de leuke eer om sinds 2017 deel te mogen uitmaken van ons power-obesitasteam! Ik kijk er alvast uit om jullie te leren kennen en om jullie advies en tips te geven rond gezonde voeding en beweging.

Mijn job is dus om een hele dag over eten te mogen praten, wat fijn! Daarnaast doe ik heel graag aan rope skipping (touwspringen), want deze sport doe ik al sinds ik 8 jaar oud ben.





Ulrike Schrijvers

Ik ben Ulrike en ben sinds 3 jaar werkzaam binnen het kinderobesitasteam van het UZA. Samen met jou ga ik graag op zoek naar hoe gezonde voedings- en bewegingsgewoonten in je leven passen.

Ook in mijn vrije tijd hou ik me graag bezig met voeding en beweging. Als bakker-patissier in opleiding tover ik graag mooi en lekker gebak uit de oven. Daarnaast ben ik ook erg graag buiten; ik hou er van om met mijn rugzak en tent door de bergen te trekken om er de mooie natuur te bewonderen en even weg te dromen.



Jade De Clercq

Ik ben Jade en als diëtist vind ik het fijn om kinderen en hun ouders te begeleiden naar een gezonde levensstijl. Samen gaan we aan de slag en bekijken we wat er haalbaar is en past binnen het gezin.

In mijn vrije tijd sport ik graag, kan je mij vaak buiten terugvinden of hou ik mij graag creatief bezig. Zo doe ik aan pottenbakken en maak ik mijn eigen borden en tassen, dit is mijn ideale ontspanning.



An De Meyer

Ik ben An, diëtiste en sinds 2006 verbonden aan het kinderobesitas team. Ik vind het heel boeiend om met kinderen en hun gezin op pad te gaan naar een gezondere levensstijl. Zelf heb ik vier kinderen, 3 jongens en 1 meisje.

In mijn vrije tijd ga ik graag wandelen en fietsen in de natuur en mijn ultieme ontspanning is zeilen op zee. Mijn droom is om ooit zelf een kleine boerderij te hebben met wat schapen en Alpaca's.

Verpleegkundigen



Katrien & Elke

Wij zijn Katrien en Elke, Hoofdverpleegkundige en adjunct hoofdverpleegkundige en samen met ons team van 50 verpleegkundigen zorgen wij voor de opvang van onze patiënten op de afdelingen. De afdeling waar jij terecht komt is onze short stay afdeling die van maandag tot vrijdag geopend is. Eén van onze verpleegkundigen plaatst bij jou het infuus en voert de suikertest uit. Wij wijzen jou de weg voor alle onderzoeken die je moet ondergaan.

Julie, de secretaresse is ook steeds een aanspreekpunt. 's Avonds ga je dan naar het zorghotel voor een slaaponderzoek.

Studiemedewerkers



Annelies Van Eyck

Ik ben Annelies en ik werk zowel in het UZA als op de Universiteit Antwerpen. Hier help ik mee aan wetenschappelijk onderzoek naar kinderobesitas.

Samen met mijn collega Julie, kom ik graag lopende studies voorstellen. We voeren zo nodig ook extra onderzoekjes uit. Ik hou ervan om nieuwe aspecten rond kinderobesitas te onderzoeken om zo hopelijk in de toekomst meer jongeren te kunnen helpen.

Ik doe mijn werk graag, maar hou er ook van om te reizen. Rondreizen op onbekende plaatsten en zo nieuwe zaken ontdekken vind ik fantastisch. Ik laad helemaal op tijdens een reis om erna terug met vol enthousiasme aan mijn werk te beginnen.

Julie Degraeve

Hallo! Ik ben Julie en ik werk sinds 2020 vol enthousiasme en met enorm veel plezier als studieverpleegkundige op de dienst kindergeneeskunde van het UZA. Je zal mij en mijn collega Annelies voornamelijk tegenkomen in het kader van wetenschappelijk onderzoek.

Naast mij inzetten voor het onderzoeken van nieuwe therapieën om zo meer patiënten (beter) te kunnen helpen, spendeer ik mijn vrije tijd graag aan - maar voornamelijk ook in - de zee. Net zoals mijn allerliefste hondje Nala hou ik enorm van zwemmen en lange strandwandelingen tijdens de zonsondergang!



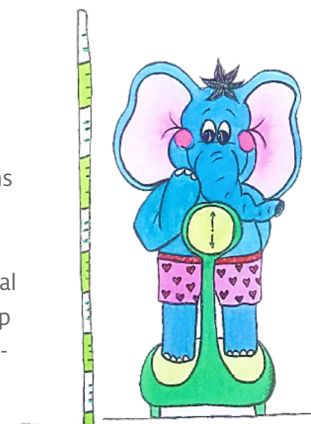
3 Onderzoeken & metingen

Tijdens je verblijf in het ziekenhuis

Bloeddruk nemen & wegen/meten

Verpleegeenheid D5 – route 23 – verdieping 5

Omdat er een heleboel onderzoeken gepland staan tijdens je verblijf in het ziekenhuis, zullen we je eerst wegen en meten en ook je bloeddruk nemen. De bloeddruk meten, doen we met een soort van zwemband rond je arm. Die zal eerst hard gaan spannen en dan terug vanzelf loslaten. Op een andere plaats in het ziekenhuis zullen we je lichaams-samenstelling nog verder analyseren, daar vind je een beetje verder meer informatie over.

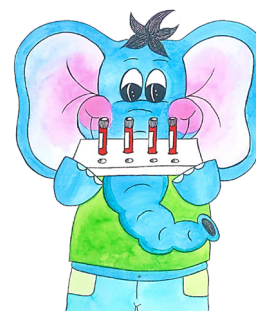


Bloedafname & suikertest

Verpleegeenheid D5 – route 23 – verdieping 5

Op donderdagochtend beginnen we met een bloedprik. Omdat we veel informatie willen verzamelen, zullen we een aantal buisjes bloed afnemen. De verpleegkundige zal bij deze prik ook een katheter (soort van plastieken buisje) in je arm plaatsen zodat je niet meer geprikt moet worden bij de volgende buisjes bloed.

Wat kijken we na in de bloedafname? We kijken naar de vetten in het bloed, de suikerwaarde en we kijken ook of alle organen (zoals de nieren en de lever) werken zoals het moet.



Daarnaast onderzoeken we ook de hormonen, dit zijn de boodschappersstoffen in ons lichaam die vel lichaamsprocessen moeten regelen. We kunnen ook kijken naar het genetisch materiaal, dat is de informatie die je van mama en papa hebt meegekregen bij de geboorte.

Na de bloedprik zal je een heel zoet drankje moeten drinken. Dit drankje is geel of oranje en smaakt naar sinaasappel of citroen. Vergis je niet: dit mierzoete drankje kan je misselijk maken omdat je geen ontbijt hebt gegeten. Toch is het belangrijk om je best te doen en alles op te drinken. Nadat je het drankje hebt opgedronken, nemen we op verschillende tijdstippen bloed af. Zo kunnen we kijken wat er in je bloed gebeurt met al die suikers.



De suiker die in je bloed terechtkomt, moet naar verschillende plaatsen gebracht worden (zoals de hersenen, de spieren, de lever). Hiervoor hebben we insuline nodig, dit is een hormoon dat de “deurtjes” van onze cellen opent om ervoor te zorgen dat de suikers op de juiste plaats terechtkomen.

Het kan ook zijn dat de verpleging je zal vragen om in een klein potje een beetje urine (pipi) op te vangen. Zo kunnen we nakijken of er geen suikertjes in je urine zijn terechtgekomen.

Consultatie bij de cardioloog (onderzoek van je hart)

Consultatie pediatrie – route 26 – verdieping 2

De cardioloog is de arts die gespecialiseerd is in alles van het hart. Er zal een 'filmpje' van je hart worden genomen door verschillende zuignappen die op je borstkas geplaatst worden. Daarna zal de cardioloog ook met het echotoestel naar je hart kijken, met een koude gel op je huid en een soort smalle sonde, om te zien hoe goed je hart werkt. Deze onderzoeken doen geen pijn. De gel kan snel van je huid worden weggeveegd en nadien kan je gewoon weer verder wandelen naar je volgende onderzoek. Het kan ook zijn dat de cardioloog je conditie gaat testen via een inspanningsproef.

Echografie van de buik

Afdeling radiologie – route 143 – verdieping 2

De radioloog zal met het echotoestel naar je buik kijken. Dit is met een koude gel op je huid en een soort smalle sonde (net zoals bij de cardioloog bij de echografie van het hart). Hiermee kan de radioloog kijken naar alle organen in je buik zoals de lever, de nieren, de darmen. We kunnen hierbij ook kijken of er extra vetcellen in je lever zijn opgeslagen. Dit onderzoek doet geen pijn. De gel kan snel van je huid worden weggeveegd en nadien kan je gewoon weer verder wandelen naar je volgende onderzoek.

Lichaamssamenstelling - meting

Afdeling metabole eenheid – route 114 – verdieping 1

Op de dienst metabole eenheid werken mensen die gespecialiseerd zijn in het analyseren van de samenstelling van het menselijk lichaam. Ze meten je van kop tot teen en van links naar rechts. Ze meten ook de omtrek van je heupen en je buik en de dikte van je huidplooien met een soort grote wasknijper. Met een speciaal toestel kunnen ze ook meten hoeveel spier- en vetmassa je hebt in je lichaam.

Longfunctie meting

Afdeling longziekten – route 147 – verdieping 2

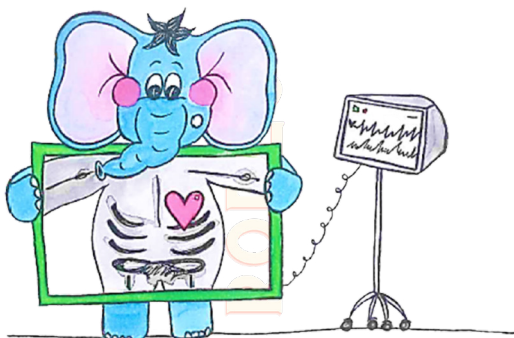
Op de dienst longziekten werken mensen die gespecialiseerd zijn in de longen. We kunnen hier verschillende dingen nakijken. Je zal een heel aantal keer diep moeten in- en uitademen door een machine. Zo kunnen we meten hoeveel lucht er in je longen past. We kijken ook of je longen goed een inspanning kunnen leveren. Je zal hiervoor langs een buisje moeten uitblazen. Dit klinkt allemaal heel moeilijk, maar een spelletje met een luchtballon en de aanmoediging van de verpleging zal je zeker in de juiste richting helpen!



Radiografie van je hand

Afdeling radiologie – route 143 – verdieping 2

Op de dienst radiologie kunnen de medewerkers gekke foto's maken van botten. We laten er eentje nemen van je hand. Zo kunnen we zien hoe oud jouw botten zijn. Hierdoor kunnen we inschatten hoe veel en hoe lang je ongeveer nog zal groeien.



Wist je dat...

je botten soms jonger of ouder zijn dan dat je zelf bent? Gek hé!

Slaaponderzoek

Zorghotel Drie Eiken – Naast de parking, wandelen langs buiten

Donderdagnacht logeer je samen met een van je ouders of iemand die je kent (>18 jaar) in het Zorghotel Drie Eiken. We zijn namelijk heel benieuwd hoe goed je slaapt. Uit onderzoek weten we dat veel kinderen en jongeren die overgewicht hebben, ook een slechte slaapkwaliteit hebben. Tijdens deze nacht gaan we kijken of je snurkt en of je soms 'vergeet' goed te ademen waardoor je je niet altijd even uitgerust kan voelen.

We kijken na of je voldoende zuurstof in je bloed krijgt gedurende de nacht door een rood lichtje op je vinger of teen te bevestigen. Verder versieren we je nog met allerlei draadjes en plakkertjes op je hoofd en onder je neus om te zien hoe goed je slaapt. Dit zal in het begin misschien een beetje gek aanvoelen maar pijn doet het niet. Als je wil, is het nu het moment om een selfie te nemen!

Als je 's morgens wakker wordt, komen we nog even langs voor een kleine vingerprik. Daarna halen we alle draadjes en plakkertjes eraf. Geen schrik, we gebruiken een speciaal product zodat alle plakkertjes makkelijk los komen. Daarna kan je terug wandelen richting het UZA voor de laatste onderzoeken.



Wetenschappelijk onderzoek

Verpleegeenheid D5 – route 23 – verdieping 5 OF

Consultatie pediatrie – route 26 – verdieping 2

In het UZA werken verschillende artsen, onderzoekers en verpleegkundigen die zich samen inzetten voor wetenschappelijk onderzoek. Zo ook op de dienst kindergeneeskunde! Vaak werken we hiervoor samen met de Universiteit Antwerpen, maar soms ook met onderzoekers uit andere landen van over de hele wereld.

Onderzoek kan ons meer leren over kinderobesitas, wat heel belangrijk is om jou maar ook kinderen in de toekomst nog beter te kunnen helpen.

Er zijn veel verschillende soorten onderzoek: het invullen van een vragenlijst of een dagboek bijhouden, een beetje bloed geven, een test doen op een speciaal apparaat en nog veel meer. Door wetenschappelijk onderzoek te doen en nieuwe behandelingen te onderzoeken, leren we nieuwe dingen over hoe het lichaam van kinderen werkt. Zo kunnen we de zorg die we geven blijven verbeteren. Soms zie je de resultaten van wetenschappelijk onderzoek wel eens verschijnen op tv in het nieuws of in de krant!

Jaarlijks nemen er heel wat kinderen deel aan wetenschappelijk onderzoek. Indien er lopende studies zijn rond kinderobesitas zal er tijdens je opname in het ziekenhuis iemand langskomen op de verpleegeenheid om jou en je familie wat meer informatie te geven. Je mag uiteraard helemaal zelf, samen met je ouders, beslissen of je aan het onderzoek wil meewerken. Je kan altijd terecht bij de studiemedewerkers Julie en Annelies (en uiteraard ook bij je arts) met je vragen. Als je graag deelneemt aan de studie die voor jou van toepassing is, maken we er samen ongetwijfeld een leerrijke maar vooral leuke tijd van!

Na je verblijf in het ziekenhuis

Gesprek met de diëtiste

Zoals je vooraan in het boekje al kon zien, zijn er verschillende diëtisten die bij ons in het team werken. Zij zullen met jou en je mama of papa eens praten over wat, wanneer en hoeveel je eet. Je mag hier gewoon eerlijk vertellen welke momenten je zin hebt om lekkere dingen te eten. Als je eerlijk vertelt wat je graag eet en wanneer het misschien moeilijk is om op de porties te letten, weten we het beste hoe we je kunnen helpen en welke tips voor jou van toepassing kunnen zijn.



Wees maar niet bang, de diëtiste zal niet zeggen dat je nooit meer iets lekkers mag eten! We zoeken samen naar een eetstema dat haalbaar, gevarieerd en zo gezond mogelijk is.

Bespreken van de resultaten met de arts

Zoals je hebt gelezen, hebben we een heleboel dingen om te bespreken op de raadpleging na je opname. We zullen samen overlopen wat de resultaten zijn van de verschillende onderzoeken die je hebt gehad. Daarna maken we samen een plannetje om ervoor te zorgen dat we je kunnen helpen met je gewicht. We kiezen telkens haalbare doelen uit en passen de tips toe die voor jou specifiek van toepassing zijn.

Vergis je niet, we zijn niet op 1,2,3 klaar met dingen aan te passen, je zal de arts en sommige mensen van het team dus op regelmatige basis terugzien voor een langere periode.

Doelen vieren op onze fotomuur

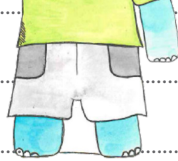
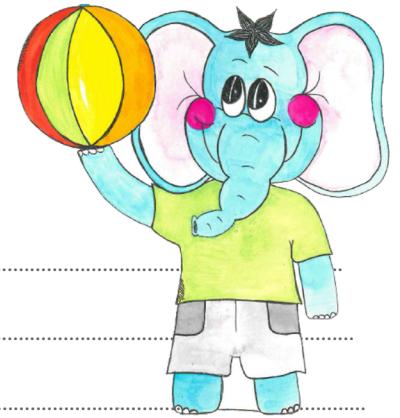
We willen als team zoveel mogelijk de focus leggen op de dingen die goed gaan gedurende de tijd dat je bij ons in opvolging komt. **ALLE** kleine succesjes worden gevierd!

Bij het behalen van een doel dat je hebt vooropgesteld; mag je met een van onze polaroidcamera's een foto nemen van jezelf, je favoriete knuffel, het kapsel van je mama... om het even wat je wil. Zo delen we samen heel veel positieve vibes!



Notities

Heb je nog vragen of wil je nog een interessant adres/telefoonnummer noteren? Ga je gang:



Contact

Om een afspraak te maken, kan je steeds terecht bij de raadpleging kindergeneeskunde via +32 3 821 32 51 of kindergeneeskunde@uza.be.

Omdat we heel wat patiënten opvolgen, is het voor onze artsen niet altijd mogelijk om dringende medische vragen te beantwoorden. Contacteer daarom de huisarts of kinderarts van je kind voor acute vragen. Voor minder dringende medische en obesitasgerelateerde vragen kan je mailen naar kinderobesitas@uza.be.

Deze brochure bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met jouw zorgverlener. De meest recente versie van de brochure vind je op www.uza.be



UZA / Drie Eikenstraat 655 / 2650 Edegem

Tel +32 3 821 30 00 / www.uza.be

Volg ons op facebook  en twitter 

