Er zijn verschillende en individuele behandelvormen mogelijk: van kort- tot langdurig, van 1 keer tot 2 keer in de week of 5 dagen 24 uur. De vorm, duur en intensiteit van de behandeling wordt samen na het eerste gesprek altijd in overleg met jou vastgesteld.

Kosten

De behandelingen van Novarum worden doorgaans vergoed uit je basisverzekering. Toch adviseren we je om altijd even te bellen met je ziektekostenverzekeraar als je een behandeling bij Novarum overweegt. Alleen hij kan uitsluitsel geven over de vergoeding. Voor zorg uit de basisverzekering betaal je altijd een verplicht eigen risico.

Afspraak maken?

Wil je je aanmelden voor behandeling en ben je 18 jaar of ouder? Maak dan een afspraak voor een intakegesprek door het formulier op de website in te vullen, zie aanmelden. Let op: je krijgt de behandeling van je zorgverzekeraar vergoed, als je een verwijsbrief van je huisarts bij je hebt. Voor kinderen en jongeren onder de 18 jaar heeft Arkin Jeugd & Gezin een gespecialiseerd aanbod. Meer informatie vind je op www.arkinjeugdengezin.nl.

Eerst nog overleggen?

Heb je nog vragen, of wil je even overleggen, vraag dan een gratis e-consult aan op de website of bel tussen 14.00 en 16.00 uur op 020 590 47 10.

Novarum
Jacob Obrechtstraat 92
1071 KR Amsterdam
T 020 – 590 4710
informatie@novarum.nl
www.novarum.nl

NO/BI_13 maart 2016

novarum

CENTRUM VOOR EETSTOORNISSEN
EN OBESITAS

ANOREXIA NERVOSA

ANOREXIA

"Ik heb alle grote spiegels thuis verbannen. Ik vind mijn lijf vreselijk. Veel en veel te dik."

- Is de verhouding tussen je lengte en je gewicht (BMI) lager dan 17,5? Kijk op www.novarum.nl om je BMI te berekenen.
- Vind je jezelf te dik, hoewel je weinig weegt?
- Voel je je sterk als je niet eet?
- Verberg je voor anderen dat je niet eet?
- Beweeg je overmatig? Niet per se omdat je het leuk vindt, maar om af te vallen.
- Maak je jezelf wijs dat er niets aan de hand is terwijl je alleen maar bezig bent met afvallen?
- Braak je soms na het eten alles uit, of gebruik je laxeermiddelen?
- Heb je strikte regels over wat je wel en niet mag eten en durf je daar niet van af te wijken?
- Word je zelfwaardering sterk bepaald door je gedachten over je lichaamsvormen en gewicht?

Als je één of meerdere van de volgende verschijnselen bij jezelf herkent, dan kan het zijn dat je aan anorexia lijdt.

Heb jij anorexia?

Als je anorexia hebt, dan ben je geobsedeerd door alles wat met je gewicht, lichaamsomvang en eten te maken heeft. Door dit eetprobleem eet je extreem weinig waardoor je afvalt en veel gewicht verliest. Ondanks dat je veel afvalt blijf je jezelf als te dik zien en wordt het meestal veel moeilijker om weer meer te gaan eten.

Wat is anorexia nervosa?

Mensen met anorexia eten zo weinig, dat ze erg mager worden. Vaak zijn ze ernstig ondervoed. Voedsel, calorieën tellen en afvallen zijn een obsessie. Als het lukt om weinig te eten en af te vallen, kan dit mensen met anorexia een sterk gevoel geven. Toch zijn mensen met anorexia zelden tevreden over hun gewicht en lichaamsvormen

Blijf er niet mee rondlopen

Anorexia kan je leven beheersen en brengt ernstige gezondheidsrisico's met zich mee. Door alleen maar met (niet) eten bezig te zijn heb je steeds minder aandacht voor andere belangrijke levensgebieden zoals werk, studie, vrienden en hobby's. Het is moeilijk om je eet- en beweegpatroon te veranderen, maar het kan! En hoe eerder je iets aan je eetprobleem doet, hoe groter de kans om er vanaf te komen. Blijf er daarom niet mee rondlopen en bel ons!

Waarom Novarum? Omdat:

- Je weer controle krijgt over het eten vanwege onze wetenschappelijk bewezen behandelmethode CBT-E.
- Je de best mogelijke behandeling krijgt omdat wij veel onderzoek doen en deze kennis meteen in onze behandeling gebruiken.
- Cliënten die een behandeling hebben afgerond ons een waardering geven van gemiddeld een 8,4 (Zorgkaart Nederland).
- Wij ook veel ervaring hebben met behandelingen als je naast anorexia ook nog een ander probleem hebt, bijvoorbeeld een depressie.
- Je na een behandeling bij Novarum weer gelooft in je eigen kunnen en je een positief zelfbeeld hebt.

"Waar ik eerst mijn vrouwelijke vormen negeerde en ze op zich wel 'ok' vond, ben ik nu trots op mijn lichaam!"

Wat is onze aanpak?

Bij Novarum werken we met de unieke behandelmethode CBT-E. Deze methode is gericht op wat de eetstoornis in stand houdt. Het belangrijkste doel is het minder belangrijk maken van eten, uiterlijk en gewicht en het belangrijker maken van andere levensgebieden zoals werk, studie, vrienden en hobby's.

Doelen van onze behandeling zijn:

- Het opbouwen en het behouden van een gezond en regelmatig eetpatroon
- Het doorbreken van compensatiegedrag zoals braken of overmatig sporten
- Het bijstellen van irrationele gedachten
- Het doorbreken van vermijdend gedrag
- Een gezond gewicht
- Het leren omgaan met emoties
- Het verbeteren van het lichaamsbeeld en het zelfbeeld