

# BED: Binge Eating Disorder – Tvangsoverspisning

---

ODENSE DEN 4. FEBRUAR 2020

# Dagens program

---

- Velkomst og præsentation
- Diagnosekriterier for BED
- Introduktion til spiseforstyrrelser
- BED projekt
- Afslutning

# BED: Binge Eating Disorder - Tvangsoverspisning

---

- Tvangsoverspisning er gentagne episoder med overspisning
- Overspisningerne skal have stået på i mere end seks måneder og skal være forbundet med minimum tre af de følgende karakteristika:
  1. At spise hurtigere end normalt,
  2. At spise, indtil man er ubehageligt overmæt,
  3. At spise større mængder mad uden at være sulten i fysisk forstand
  4. At spise alene pga. skam over mængderne og
  5. At føle væmmelse, tristhed og skyld efter overspisningerne

# BED diagnostik

---

- Overspisninger: gennemsnit én gang om ugen i mindst tre måneder
- Sværhedsgraden af sygdommen stiger i takt med antallet af overspisninger per uge
- Vores erfaring ift. sværhedsgrad

# Hvem udvikler spiseforstyrrelser og hvorfor?

---

- Ingen bestemt årsag
- Stress / sårbarhed model: hvert menneske har en unik sammensætning af biologiske, psykologiske og sociale forudsætninger

# Stress

---

- Sociale krav om præstation
- Mobning
- Skilsmisse, kærestesorg
- Pubertet, overgangsalderen, graviditet
- Seksuelle overgreb
- Omsorgssvigt
- Mm.

# Sårbarhed

---

- Genetik
- Personlighedstræk
- Spejling

# Samfund, kultur og spiseforstyrrelser

---

- Traditionen er erstattet med forandringer og omstillinger: højere krav til identitetsdannelsen end før
- Alt står til diskussion
- Krop som ideal
- Kost som livsstil og identitet
- Sociale media



# Følelser og spiseforstyrrelser

---

- Aleksitymi
- Følelser som "indre kompas"
- Spiseforstyrrelsessymptomer som mestringsstrategi

# Vægt og BED

---

- Behandling og vægttab.
- Slankekur og madregler.
- Vægt, genetik og vækstkurven.
- Vægt og sundhed (regelmæssig spisning, motion)

# Hvorfor er det så svært at give slip på symptomerne?

---

- Symptomer som en "løsningsmodel"
- Frygt for at tage på/ "give slip"
- Unik sammensætning - Ingen opskrifter

# Pause

---

# BED projektet

---

Beskrivelse af projektets rammer:

- Satspuljemidler
- Målgruppe
- Projektets opgaver

# BED projektet

---

Målgruppe:

- Patienter 18-75 år
- BED af svær til ekstrem grad

# BED projektet

---

Projektrettede mål:

- At udvikle, gennemføre og evaluere et individuelt tilrettelagt behandlingstilbud til mennesker med BED i svær til ekstrem grad
- At udvikle behandlingskoncepter, som kan implementeres, såfremt BED er en del af psykiatriens målgruppe, når projektet afsluttes
- Internetbaseret efterbehandling

# BED projektet

---

Behandlingsrettede mål:

- Mindske spiseforstyrrelsessymptomer
- Øge livskvalitet
- Søge vægtstabilitet

Behandlingen har fokus på, at afdække sammenhængen mellem spisning, tanker og følelser. Desuden arbejdes der med, at ændre spiseadfærd og lære nye former for følelsesregulering



# Forløb i BED projektet

---

Udredningsforløb:

- Hvad består forløbet af
  - Behandler
  - Klinisk diætist
  - Fysioterapeut
  - Psykiater
- Individuel tilrettelagt behandlingstilbud ud fra de rammer vi har

# Forløb i BED projektet

---

## Behandlingstilbud:

- Individuelt forløb ved behandler, diætist og fysioterapeut
- Kostdagbogsgruppe
- Krop- og psykoedukationsgruppe
- BED gruppe
- Pårørende/børnesamtaler

# Forløb i BED projektet

---

Kostdagbogsgruppe

Formål:

- At øve sig i at skrive kostdagbog
- At øve sig i at spise regelmæssige måltider
- At arbejde med sundere kostvaner

# Forløb i BED projektet

---

Krop- og psykoedukationsgruppe

Formål:

- At få viden om og øve sig i, at mærke kroppen og skabe sammenhæng mellem det jeg mærker i kroppen, mine tanker og følelser
- Inddrage erfaringer fra arbejde med kostdagbog

# Forløb i BED projektet

---

BED-gruppe

Formål:

- At øve sig i at blive bevidst om og forstå sine følelser
- At kunne regulere sine følelser – mere hensigtsmæssigt end ved at overspise
- At rumme og acceptere sine følelser
- At tale med andre, der også har BED
- At lytte til og støtte hinanden
- At spejle sig i hinanden

# Afrundning

---

Ordet er frit