

[24 UUR... IN EEN EETKLINIEK]

# “ZE STOPPEN GEEN TRECHTER IN JE MOND ALS JE NIET WILT”



Voor sommige meiden met een eetstoornis is een eetkliniek hun enige redding. Maar Fashionista's Graciéla gruwelt van 'ziekenhuizen'. Komen haar angsten uit als ze er een dag doorbrengt?



▲ “De deur van de huiskamer hangt vol met positieve spreuken”

willen dat de cliënten zo min mogelijk afgeleid worden tijdens hun behandeling. Een dag meelopen zou hun behandeling niet goed doen. Ik mag daarom alleen gedeeltes van de kliniek bekijken en kan met één van de meisjes praten. Ze zit al op me te wachten. Een ogenschijnlijk vrolijk meisje stelt zich voor en begint meteen te kletsen. Petra is pas 19 jaar en

66 “Ik hou niet van die ziekenhuislucht en ben bang dat het in een kliniek al helemaal een kille boel is... De film *Gothika* plopt ineens op in m'n hoofd. Argh. M'n tas prop ik vol leesvoer en lekkers; er zal vast niks te snoepen zijn en een leuk tijdschrift is denk ik verboden met al die dunne modellen erin. Een uur later sta ik voor de kliniek in het chique Amsterdam Oud-Zuid. Eerste indruk? Totaal niet creepy.”

## ZIEKENHUISFEER

“Als ik door de deur naar binnen ben gedraaid, lijkt het meer op een school dan op een kliniek. Niks witte muren en ziekenhuissfeer, ik tref een explosie aan kleuren aan. Groene muren, overal schilderijen en gezellige zitzakken. Maar de oorverdovende stilte zegt genoeg. ‘We zijn erg gesteld op privacy’, zegt de medewerker die me komt ophalen. ‘We

**“REGELMAAT IS ALLES. ELKE DAG ZIET ER HETZELFDE UIT”**

sinds kort – na 5 maanden – ontslagen uit de kliniek. De kliniek heeft haar geholpen; ze is van haar ziekte af. Maar het is een zware behandeling die je krijgt. ‘De anorexia begon na een lange periode van onzekerheid en psychische problemen zoals paniekaanvallen en depressies’, vertelt ze. ‘De eetstoornis nam na een tijdje de plek in van die problemen. Het vlakke mijn emoties af, mijn paniekaanvallen leken weg te gaan

**GRACIÉLA DE GOEDE (25)**  
**GROOTSTE ANGST** “Dat ik me dik ga voelen als ik die meiden in de kliniek zie, ook al heb ik maatje 34/36.”  
**GRACIÉLA OVER ETEN** “Ik heb mijn avondeten al op voordat de rest heeft opgescheept. Maar... ik lust niet veel, kies altijd hetzelfde in een restaurant (kipsaté).”

Tekst en fotografie Graciéla de Goede. Sommige namen in dit artikel zijn om privacyredenen gefingeerd.

en ik begon mezelf mooier te vinden. Ik kreeg weer controle over mijn leven. Controle, dat is waar deze ziekte over gaat. Ik wist eigenlijk precies waar ik mee bezig was, maar dacht niet dat het uit de hand zou lopen.” Ze is niet de enige, de meeste patiënten hebben vaak al andere psychische problemen gehad voor ze anorexia krijgen. ‘Op het moment dat ik werd opgenomen in het ziekenhuis woog ik nog maar 35 kilo. Daar zorgen ze er 24/7 voor dat je aankomt, maar in de kliniek kun je pas terecht als je BMI hoger dan 13,5 is. Je moet dus eerst aangesterkt zijn voor je hier naartoe kunt gaan.”

## GEWONE PORTIES ETEN!

“De behandeling in de kliniek is psychisch erg pittig. Ze zorgen dat de meiden anders leren denken over eten en het niet meer eng vinden. Je krijgt 2 therapeuten toegewezen en daarnaast groepstherapie. Die combinatie maakt dat je anders gaat nadenken over voedsel. Daarnaast krijg je eetlijsten. Petra: “Menu A is het ‘wenmenu’ en menu B heeft specifieke richtlijnen en zorgt voor gewichtstoename.” Ze vertelt dat je 3 keer per dag normale porties te eten krijgt plus 3 keer tussendoortjes. De maaltijden zijn ook ‘gewoon’ – brood, aardappelen en groente. ‘Gedwongen worden om te eten is er niet bij, je zit echt voor jezelf in de kliniek. Ze stoppen geen trechter in je mond als je niet wilt. Tijdens het eten kun je ook altijd met iemand praten als



De begeleiders praten veel met de meiden, ook gezellig op de bank, of zoals wij hier, over het huiswerk van die dag.

je het moeilijk hebt. Maar heel strenge regels zijn er niet, alleen lightproducten en kauwgom zijn verboden en je moet bij elke maaltijd aanwezig zijn.’ Regelmaat is alles. Elke dag ziet er dan ook hetzelfde uit. Die begint met een weegmoment op een vaste tijd. Daarna volgt ontbijt, therapie, lunch, therapie, avondeten, slapen. Tussendoor kun je rust nemen of je huiswerk van de kliniek maken. Geen schoolwerk – daar moet je een break van nemen omdat je fulltime in de kliniek wordt opgenomen. Alleen in het weekend mogen de meisjes naar huis. ‘Niks shoppen en kletsen met je vriendinnen’, zeg ik. ‘Maar je doet ook veel leuke dingen’, zegt Petra. ‘Films kijken, kletsen, het is alleen niet zo dat we zeggen: ‘Kom we gaan gezellig met z’n allen naar de McDonald’s.’ Omdat je na een tijdje in de kliniek vriendschappen sluit, begin je het er zelfs fijn te vinden.’

## GEZELLIGE HUISKAMER?!

“We lopen de gekleurde gangen door en bij een deur met een Loesje-spreuk gaan we naar binnen. De huiskamer heeft veel kleur, een tv, kaarsen, bloemen, tijdschriften en af en toe een vest op de bank. Niets van wat ik me er bij voorstelde. Het voelt bijna aan als... thuis? Petra knikt, zo voelen de meiden die hier zitten dat ook. Aan de andere kant van de kamer staat een grote eettafel, waaraan ze dus dagelijks eten, maar ook hun huiswerk maken of

**“ALLEEN  
LIGHTPRODUCTEN  
EN KAUWGOM  
ZIJN VERBODEN”**

spelletjes spelen. Elk meisje heeft verder een eigen slaapkamer, waar haar ouders ook op bezoek mogen komen. Maar hoe fijn de sfeer ook is, het blijft moeilijk om voor altijd genezen te zijn. ‘Met de hulp in de kliniek is het wel zo goed als zeker dat je er vanaf komt’, knikt Petra. ‘Maar hoe langer je de eetstoornis hebt, des te moeilijker je ervan afkomt. Het is dan geen ziekte meer, maar een manier van leven.’ Geen gemakkelijke weg dus. En als ik de deuren aan het eind van de dag achter me dicht trek, ben ik in elk geval ‘genezen’ van mijn vooroordelen. Over eetklinieken én de meiden die erin zitten.” ■

▼ “De koelkast is gevuld met normale dingen als cola, boter, melk, jam, appelsap...”



▲ “Je wordt in de kliniek niet verplicht te eten, maar je moet wel aan tafel zitten”

Voor meer info over Eetkliniek Novarum in Amsterdam Oud-Zuid: [Novarum.nl](http://Novarum.nl)

