

Dialogredskab

– til samtalen med børn og unge om spiseforstyrrelsen BED

Introduktion

Formålet med dette dialogredskab er at give almen praksis et redskab til bedre at identificere og italesætte Binge Eating Disorder (BED) hos børn og unge. Samtalen om BED kan være sårbar, da der for børn og unge med BED ofte er skyld og skam forbundet med både krop, vægt og spisning. Det er derfor afgørende at være opmærksom på, hvordan man kan spørge ind til BED, og hvad man kan gøre for at hjælpe børn og unge videre til rette behandling.

Det er vigtigt, at BED opspores så tidligt som muligt, da tidlig behandling øger sandsynligheden for bedre behandlingsresultater og ikke mindst forbedret livskvalitet hos de berørte børn og unge.

Dialogredskabet bygger på eksisterende, validerede kommunikationsværktøjer, og du kan lade dig inspirere af nedenstående formuleringer ved mistanke om mistrivsel i forbindelse med spisning.

Første konsultation

Afhængigt af barnets eller den unges alder kan en forælder være med til konsultationen. For nogle børn og unge kan det virke grænseoverskridende at tale om deres spisning, mens deres forælder er til stede. Vær derfor opmærksom på, om det giver mening, at forælderen deltager i samtalen eller ej ud fra en faglig vurdering af situationen.

Når der skal tages hul på samtalen om BED, er det en god idé at starte forsigtigt samt at være lyttende og opmærksom i sin tilgang. Følgende formulering kan tages i brug:

”Jeg kunne godt tænke mig at høre lidt nærmere om din spisning og dit forhold til mad. Oplever du, at det kan være svært at styre din spisning, f.eks. hvad og hvor meget du spiser?”

Introduktion til screening

På baggrund af barnets eller den unges svar kan screening for BED være relevant. Følgende formulering kan tages i brug:

”Jeg vil gerne vide lidt mere, og derfor vil jeg bede dig besvare et kort spørgeskema om din spisning. Der er ikke nogen rigtige eller forkerte svar, og uanset hvilke svar du giver, betyder det ikke nødvendigvis, at der er noget galt. Det er vigtigt, at du forsøger at svare så ærligt som muligt, for jeg bruger svarene til at blive klogere på, hvordan jeg bedst kan hjælpe dig.”

Anvisning

Hvis der er tid i konsultationen, kan barnet eller den unge besvare spørgsmålene med det samme. Alternativt kan de besvare spørgsmålene hjemme. Følgende formulering kan tages i brug:

”Jeg sender dig/er et link til spørgsmålene, som du skal besvare hjemme. Så aftaler vi en ny tid, hvor vi sammen kigger på spørgsmålene og snakker om, hvad der videre skal ske.”

Anden konsultation (efter screeningsspørgsmålene er besvaret)

Hvis barnet eller den unge har en forælder med, bør det igen vurderes, om det giver mening, at forælderen deltager i samtalen eller ej. Nedenstående scoringsnøgle anvendes til at vurdere, om svarene på screeningsspørgsmålene i STOB-værktøjet giver mistanke om BED. Hvis dette er tilfældet, skal følgende spørgsmål stilles i forbindelse med henvisning til videre udredning, for at afklare om der er tale om en stor/anderledes mængde mad, som spises i en afgrænset tidsperiode og med kontroltab:

"Kan du give mig et eksempel på, hvordan en typisk overspisning kan se ud for dig?"

"Kan du uddybe, hvordan du oplever at miste kontrollen over din spisning?"

"Kompenserer du for dine overspisninger, f.eks. med opkastninger, faste eller ekstrem motion?"

Scoringsnøgle til STOB-værktøjet

1. Har du inden for de sidste 3 måneder haft episoder, hvor du har overspist?

☐ JA ☐ NEJ

2. Hvor mange gange om ugen har du typisk haft episoder med overspisning inden for de sidste 3 måneder?

☐ Mindre end 1 gang ☐ 1-2 gange

☐ 3-4 gange ☐ Mere end 4 gange

3. Oplever du at miste kontrollen i forbindelse med en overspisning, så du for eksempel har svært ved at styre hvad, hvor meget, eller hvor hurtigt du spiser?

☐ JA ☐ NEJ

.....

4. Oplever du at overspise, når du ikke er sulten eller at fortsætte, selvom du har fået ondt i maven?

☐ JA ☐ NEJ

5. Overspiser du i skjul? Det kan for eksempel være, at du kun overspiser, når du er alene hjemme, at du gemmer papir og poser fra maden væk, eller at du kun spiser mad, der allerede er åbnet for, så det ikke kan ses?

☐ JA ☐ NEJ

6. Oplever du at føle skyld, skam eller at blive ked af det, når du har overspist?

☐ JA ☐ NEJ

Følgende svar giver mistanke om BED:

"JA"

til spørgsmål 1

Min. "1-2 gange"

til spørgsmål 2

"JA"

til spørgsmål 3

Følgende svar styrker mistanken om BED:

"JA"

til spørgsmål 4

"JA"

til spørgsmål 5

"JA"

til spørgsmål 6