



"MIJN EETSTOORNIS IS NIET LANGER EEN STOOZENDER" | VIVIAN (21)

Door StampMedia | 14-24 jaar

"Elke mens is kwetsbaar. Sommigen zijn verslaafd aan drugs of alcohol. Mijn kwetsbaarheid is dat ik de neiging heb om te weinig te eten. Weten waar je kwetsbaar bent, maakt je sterk. Je leert ermee omgaan op een gezonde manier. Nu eet ik voldoende en gevarieerd. En kan ik met een gerust gemoed op restaurant gaan."

Controle

"Het begon heel onschuldig. Ik wou als dertienjarig meisje gewoon een beetje afvallen om slank het zomerseizoen in te gaan. Al snel sloeg ik mijn ontbijt over. Ik lette steeds meer op het aantal calorieën dat ik in mijn mond stopte."

"Het begon heel onschuldig. Ik wou als dertienjarig meisje gewoon een beetje afvallen om slank het zomerseizoen in te gaan."

Vivian, 21 jaar

Toen Vivian werd verkracht, was het hek van de dam. Ze stortte zich volledig op haar dieet. 'Ik voelde me vies en lelijk. Het leidde tot een kras op mijn ziel en een deuk in mijn zelfvertrouwen. Het leek alsof ik de controle over mijn leven kwijt was. Daarom wou ik over één ding wel controle hebben: mijn gewicht."

Twee maanden later en tien kilogram minder besloot Vivian om een stapje verder te gaan. "Ik zocht steun en aanmoediging. Zo kwam ik terecht op pro-ana sites. Dat zijn websites waarop mensen met anorexia en boulimie tips uitwisselen om gewicht te verliezen. Het was voor mij een bevestiging: ik heb anorexia nervosa." Toch was er geen haast op Vivian's hoofd dat eraan dacht om hulp te zoeken. "Voor het eerst in lange tijd voelde ik me echt gesteund en sterk als persoon."

PRAAT EROVER



Chat met ANBN

Zo|ma: 20- 21u



Ga langs bij ANBN

Elke woensdag tussen 14u en 18u en elke derde zaterdag van de maand ben je welkom bij het inloophuis in Leuven.



Bezoek het forum van ANBN

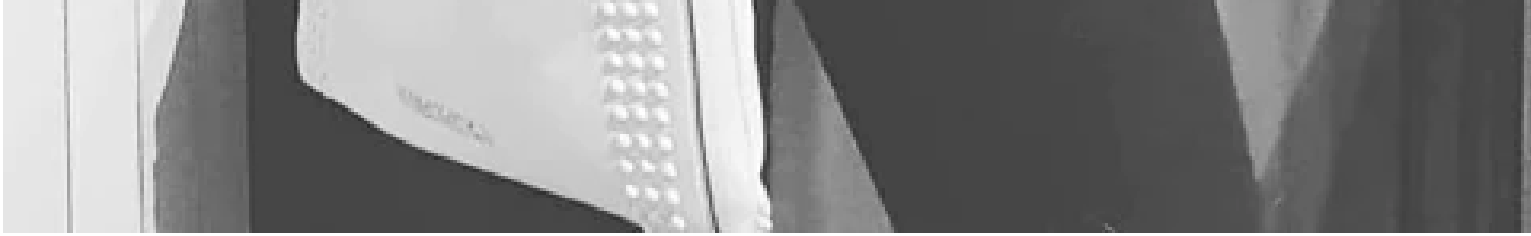
Deel je verhaal en ontmoet anderen in de gesloten Facebookgroep van ANBN.



Bekijk activiteiten van ANBN

Zoek activiteiten en praatgroepen om andere mensen met eetstoornissen te ontmoeten.





© Emily Nees

Dwangopname

Op haar vijftiende woog Vivian nog maar 29 kilogram. Haar beste vriendin besloot iets te doen. Ze bracht Vivians ouders op de hoogte. "Mijn ouders voelden zich boos, verward en verdrietig. Ze kregen een schuldgevoel en verweeten zich dat ze blind waren voor mijn gewichtsverlies."

Haar ouders namen contact op met een dokter. Het BMI van 12,4 voorspelde onheil. De dokter verwees Vivian door naar een zorggroep voor eetstoornissen. Een behandeling voor meisjes en vrouwen vanaf vijftien. "Het was een dwangopname", bekent Vivian. "Als vijftienjarig meisje had ik geen keuze. Het was toen echt wel tegen mijn zin. Ik had het niet onder controle."

Vivian botste op onbegrip van de buitenwereld. "De meeste mensen wisten niet wat een eetstoornis inhield. Sommigen dachten dat ik me aanstelde. Maar het was allesbehalve aandachttrekkerij. Er school een verhaal achter de aandoening. Elke psychische aandoening ontstaat door een aanleiding of een trigger. Mijn familie en vrienden probeerden me elk op hun manier te steunen, maar ze wisten niet goed hoe. Zelf verstopte ik me achter mijn schaamte."

“Sommige mensen dachten dat ik me aanstelde, maar het was allesbehalve aandachttrekkerij.”

Vivian (21 jaar)

"Het was de zwaarste periode van mijn leven. In het begin vond ik het herstelprogramma regelrechte onzin. Ik wou maar niet beter worden. Daarna volgde nog vier dwangopnames. Maar die haalden niets uit. Mijn ouders gaven stilaan de moed op. Uiteindelijk stond ik er alleen voor."

Maar Vivian gooide de handdoek niet in de ring. Ze beseffte dat het zo niet langer verder kon. "Beetje bij beetje leerde ik opnieuw gezond eten. Daarvoor kreeg ik veel hulp van mijn huisarts, diëtist, psychiater en psycholoog."

Toch was Vivian niet erg tevreden met de aangeboden hulp. "Tijdens mijn behandelingen benaderde iedereen mij op de verkeerde manier. Die bemoeizucht van de hulpverleners maakte mijn herstelproces alleen maar moeilijker. Het leek alsof ze me niet wilden begrijpen. Tijdens mijn donkerste periode, reduceerden mensen mij tot mijn ziekte. Ze behandelden me anders. Nochtans was ik hetzelfde meisje. Alleen was ik ziek."

Stoorzender

Vivian vocht elke dag tegen de stemmen in haar hoofd. "Mijn eetstoornis was een echte stoorzender voor mijn dagelijkse routine. Ik had tot mijn achttiende mijn eigen leven amper in de hand. Ik loog en ik sloot mensen buiten. Normaal functioneren ging niet. Uiteindelijk verloor ik door al die leugens veel vrienden, maar ik neem het hen niet kwalijk."

“Toen mijn normale levensstijl volledig was verdwenen, kwam mijn besef pas. Ik was zelfs niet in staat om met mijn hond te gaan wandelen. Op dat moment wist ik dat het tijd was om het tij te keren en maakte ik de klik om weer gezond te eten. Ik wilde mijn normale leven terug.”

 ***Dankzij mijn eetstoornis besef ik wat ertoe doet.***

Vivian, 21 jaar

“Ik heb de mooiste jaren van mijn leven weggegooid. Die schade probeer ik nu in te halen. Ik wil volop van het leven genieten, want het is voorbij voor je het weet. Mijn eetstoornis heb ik een plek gegeven in mijn leven. Ik ben meer dan mijn aandoening. Elke uitdaging ga ik met veel zin aan. Via mijn school ben ik terecht gekomen in Spanje. Momenteel woon ik in het centrum van Barcelona. Mijn doel is om elke maand een nieuw land te ontdekken. Hoe meer zon, hoe beter!”

“Dankzij mijn eetstoornis besef ik wat er echt toedoet. Ik waardeer de kleine dingen in het leven. Het is een feit: ik ben veel mensen kwijtgeraakt. Van mijn beste vrienden hoor ik niets meer. Eigenlijk hebben al mijn ‘vrienden’ waar ik vroeger mee omging mij aan de kant geschoven. Toch heb ik door mijn eetstoornis veel bijgeleerd. Ik moet mezelf accepteren en ik hoef me voor niemand te veranderen. Respect voor mijn eigen lichaam en geest staan nu op de eerste plaats.”

TEKST: [Emily Nees](#)