|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Zwaarlijvigen kosten jaarlijks 2 miljard euro**  Zwaarlijvigen kosten jaarlijks 2 miljard euro  Obesitaspatiënten kosten ons zo'n 2 miljard euro per jaar. Liefst twee derde van dit bedrag is voor rekening van de werkgevers. "Zwaarlijvige werknemers zijn vaker afwezig en dus minder productief. Ze sterven ook 4,5 jaar vroeger dan niet-obese werknemers", zegt gezondheidseconoom Lieven Annemans van de UGent. Hij raadt bedrijven aan hun werknemers gezonde voeding aan te bieden.  Ook de medische kosten van obesitas lopen op: 7% van de uitgaven van het Riziv gaat naar ziekten door zwaarlijvigheid. Vooral de dure maagoperaties slorpen een groot deel van het budget op.  (KS)   |  | | --- | | © 2010 De Persgroep Publishing | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Publicatie:** | Het Laatste Nieuws / | | **Publicatiedatum:** | 9 november 2010 | | **Auteur:** | Sleurs Karen; | | **Pagina:** | 12 | | **Aantal woorden:** | 100 | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **'Chloë kreeg pas hulp toen anorexia haar al had gedood'**  Ouders richten actiegroep op voor betere aanpak eetstoornis  **De ouders van een 15-jarig meisje dat overleed aan de gevolgen van anorexia, hebben een actiegroep opgericht om een betere aanpak van deze eetstoornis te bepleiten. Chloë stond op negen wachtlijsten ingeschreven, maar was al gestorven toen een plaats vrijkwam. WernerRommers**  Met de actiegroep BAAN Chloë -Betere Aanpak Anorexia Nervosa- willen de ouders, familie en vrienden van Chloë strijden voor meer bedden, kortere wachtlijsten en betere communicatie tussen de hulpverleners.  De 15-jarige Chloë, die aan de Hasseltse Kunsthumaniora studeerde, overleed vorig jaar aan de gevolgen van anorexia. Ze was 18kilo vermagerd en er zo erg aan toe dat ze zelfs haar zicht was kwijtgespeeld. 'Onze dochter stond op een gegeven moment op negen verschillende wachtlijsten ingeschreven', aldus haar ouders Linda en Johnny. 'Onze huisdokter belde rond voor hulp maar overal waren er wachtlijsten van ongeveer zes maanden.'  Hun dochter overleed enkele maanden later in haar slaap aan een hartstilstand, te wijten aan een veel te laag kaliumgehalte in haar bloed. 'Als er voldoende bedden voor jonge meisjes met een eetstoornis waren geweest, had onze dochter nog geleefd', aldus haar ouders.  Pas twee maanden nadat Chloë was gestorven, kregen de ouders telefoon van een hulpverlener. Die liet weten dat er een plaats vrij was. 'We moesten toen zeggen dat het te laat was.'  'De noodkreet van de ouders van Chloë werd niet gehoord, maar dit mag nooit iemand anders overkomen', zegt Ariane Vreys, bestuurslid van BAAN Chloë.  Het is de actiegroep ook niet alleen te doen om meer bedden, ze wil ook dat de overheid tussenbeide komt in de kosten van de opname.  In ons land kampt volgens een recent Europees onderzoek 10procent van de vrouwen tussen 10 en 30jaar met eetstoornissen. 'Bij het merendeel gaat het wel om een lichte eetstoornis die spontaan geneest', zegt hoogleraar psychiatrie Walter Vandereycken van de KU Leuven.  **9.000 patiënten**  Andere cijfers hebben het over 9.000 vrouwen in ons land die aan deze psychische stoornis lijden. Jaarlijks zouden er 150 tot 200 meisjes aan de eetstoornis overlijden, al vindt Vandereycken dat cijfer overtrokken. 'We weten het niet zeker, omdat niet altijd anorexia als doodsoorzaak wordt opgegeven.'  Hij geeft grif toe dat er nog steeds wachtlijsten zijn, 'al zijn die in vergelijking met enkele jaren geleden al een heel stuk korter geworden'.  www.baanchloe.be   |  | | --- | | © 2010 Corelio | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Publicatie:** | Het Nieuwsblad / | | **Publicatiedatum:** | 19 november 2010 | | **Auteur:** | wer; | | **Pagina:** | 17 | | **Aantal woorden:** | 338 | | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Het oordeel van voedingsdeskundige Patrick Mullie**  **Voor vleesloze voeding zijn een aantal stevige argumenten aan te voeren. Voedingsdeskundige Patrick Mullie van de Katholieke Hogeschool in Leuven stilt onze honger naar veggie-kennis.**  De mogelijke kritiek op een vegetarische voeding weegt niet op tegen de nadelen van een vleesrijke voeding  Is een vegetarische burger een volwaardige vleesvervanger?  Patrick Mullie: 'Persoonlijk vind ik van wel, ik denk dat de mogelijke nadelen niet opwegen tegen de enorme voordelen. Bij een vegetarische voeding hebben we het over de kwaliteit van de eiwitten en ijzer, bij een vleesvoeding over kanker en hart- en vaatziekten. De mogelijke kritiek op een vegetarische voeding weegt met andere woorden niet op tegen de nadelen van een vleesrijke voeding. Voeg daarbij de factor milieu en duurzaamheid toe, alsook het dierenleed en mijn antwoord is duidelijk ja.'  Eén keer vegetarisch eten per week wordt gestimuleerd, wat is jouw mening hierover?  'Dit is zeker een minimum, zowel voor de gezondheid als voor het milieu. Minder vlees eten betekent minder energie opnemen alsook minder verzadigde vetzuren die schadelijk zijn voor hart- en bloedvaten. Anderzijds laat het ook toe andere voedingsmiddelen te leren kenen zoals peulvruchten en noten, die gedurende eeuwen de basis van onze voeding vormden en nu bijna verdwenen zijn. Op educatief vlak is het beslist ook interessant om kinderen nieuwe smaken aan te leren. Daarnaast is het filosofisch gezien een goed aanknopingspunt om het eens te hebben over de dierenrechten.'  Waarop moeten vegetariërs letten, willen ze alle voedingsstoffen binnenkrijgen en wat kunnen ze hieraan doen?  'Zoals bij de voeding van een alleseter moet een vegetarische voeding afwisselend zijn. Vegetarisme vraagt uiteraard meer aandacht voor en kennis van de voeding, wat de gezondheid uiteindelijk ten goede komt. Het is niet omdat je vegetarisch eet dat je gezond bent: niet roken, voldoende bewegen en obesitas vermijden blijven essentieel opdat het lichaam maximaal van het vegetarisch voordeel kan genieten. Een dagelijkse portie friet en chips is namelijk eveneens vegetarisch.'  Wat zijn de voor- en nadelen van groenteburgers of burgers uit vleesvervangende middelen, zoals tofu of quorn?  'De kleinere hoeveel verzadigde vetzuren is vast en zeker een enorm voordeel. Hierdoor bestrijden we doodsoorzaak nummer één, namelijk hart- en vaatziekten en maatschappelijk probleem nummer één: overgewicht en obesitas. Uiteraard zijn deze plantaardige varianten ook minder belastend voor het milieu. Dat plantaardige eiwitten een lagere biologische waarde hebben dan dierlijke eiwitten is echter een nadeel, net als het feit dat plantaardig ijzer minder efficiënt door het lichaam verwerkt wordt. Op termijn kan er ook een gebrek aan vitamine B12 optreden. Toch blijf ik erbij dat deze nadelen minder erg zijn dan de nadelen van een vleesrijke voeding, denk maar aan darmkanker, hart- en vaatziekten en overgewicht. Het probleem van de plantaardige eiwitten kan je oplossen door te variëren in je voeding. Dus: afwisseling is essentieel. Het ijzerprobleem is relatief: door de aanwezigheid van plantaardig voedsel rijk aan vitamine C stijgt de opname-efficiëntie.'  Kan je vegetarisme en topsport combineren?  'Vegetarisme en topsport vormen zeker geen probleem, het ene sluit het andere niet uit. Maar het moet hier zeker om doordacht en intelligent vegetarisme gaan, dat veel meer betekent dan vlees weglaten. Denk meer aan vlees vervangen. Dit vraagt een zekere kennis en ervaring, die ze kunnen zoeken bij voedingsspecialisten en/of de vegetarische beweging. Of het nu gaat om alleseters of om vegetariërs, regelmatige controle van de bloedwaarden lijkt aangewezen om optimaal te presteren.'  Voor meer informatie over gezonde vegetarische voeding kan je terecht op deze website: www.vegetarisme.be   |  | | --- | | © 2010 Corelio | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Publicatie:** | Het Nieuwsblad / | | **Publicatiedatum:** | 27 november 2010 | | **Auteur:** | lae; | | **Pagina:** | 5 | | **Aantal woorden:** | 557 | | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Kilootje Minder is beste voedingsproject**  Kilootje Minder werd zaterdag tot beste project uitgeroepen op het Voedings- en Gezondheidscongres. Al 65.800 mensen schreven zich in op de site, een project van de Christelijke Mutualiteit. Een online-voedingscoach zet hen op weg naar meer beweging, evenwichtiger eten en het onder controle houden van de inname van calorieën.  De begeleiding mist zijn effect niet. 'Uit een onderzoek bij 3.158 deelnemers blijkt dat 60 procent van de deelnemers met overgewicht gemiddeld 2 kilo verliest. Bij de deelnemers met obesitas is dat 64 procent en gemiddeld 3kilogram', zegt Rik Dessein, directeur Gezondheidspromotie bij CM. (blg)  www.kilootjeminder.be   |  | | --- | | © 2010 Corelio | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Publicatie:** | Het Nieuwsblad / | | **Publicatiedatum:** | 22 november 2010 | | **Auteur:** | gg; | | **Pagina:** | 12 | | **Aantal woorden:** | 101 | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Hongeren is van alle tijden**  Hongeren is van alle tijden  Anorexia lijkt een moderne, bijna modieuze ziekte.  Bij vrouwen. Je ziet meteen model Kate Moss voor ogen en je hoort haar infamous quotes als "rexy is sexy" of "niks smaakt zo goed als mager zijn". Maar een tentoonstelling over eetstoornissen in het Gentse Dr. Guislainmuseum werpt een heel andere blik op de uitstekende ribben en knoken: anorexia heeft altijd bestaan, ook in de Rubenstijd, bij vrouwen én mannen. Al was er behalve 'hysterie' geen naam en al zeker geen behandeling voor. Een confronterende historische tocht langs mondklemmen en oude sensatieprenten.  Katrien DE MEYEr  de Valse  'wondermeisjes' (1500)  Extreem hongeren was dé snelweg naar een heiligverklaring in de middeleeuwen. Sint-Nicolaas - later de chocolade rondstrooiende Sinterklaas - leed als baby al aan 'heilige anorexia'. Hij weigerde de moederborst op vastendagen en hij kreeg later Sint voor zijn naam.  Het aantal extreme gelovigen dat geen voedsel maar enkel God nodig had, schoot de hoogte in. De Kerk ging strenger controleren om de 'echte' vastenheiligen van de valsspelers te onderscheiden. De Nederlandse Barbara Kremer probeerde het in 1500 toch nog eens als 'wondermeisje'. "13 maanden niks gegeten of gedronken", zei ze, "nul urine of ontlasting." Een winstgevend plannetje, want ze werd overladen met cadeaus. Tot een hofarts ontdekte dat zus Elza heimelijk eten aanvoerde en uitwerpselen naar de tuin afvoerde.  De vreetnar (1720)  Boulimie was vermaak, blijkt uit deze Duitse gravure uit 1720. Ter amusement van de lokale heer schrokten 'vreetnarren' zich vol om nadien opzettelijk over te geven. Je ziet een massa vlees aanrukken en in de achtergrond de overgeef-ton. Vreetnarren spraken ook versjes uit: "Ik denk alleen maar aan mijn buik en mest me vol als een jong zwijn. Vreet ik meer dan ik verdragen kan, dan braak ik alles uit. Daarom krijg ik een loon."  Het eerste  MODERNE Dieet (1864)  Atkins en Montignac, eat your heart out. Het eerste moderne dieet heette Bantingisme, in 1864 gepubliceerd door William Banting, een Londense begrafenisondernemer die met zijn koolhydratenregime 22 kilo in één jaar verloor. Het prille begin van een onophoudelijke stroom aan afslankrecepten in de populaire damesbladen. In de jaren 1930 en 40 nog beperkt, maar het werd een toevloed vanaf de jaren 50.  Vreemd, want tot begin 1900 kregen vrouwen in diezelfde boekjes juist tips "hoe er molliger uit te zien". Je kon letterlijk op "mestkuur". Door voedselschaarste was magerte synoniem voor armoede en molligheid voor welvaart. Maar samen met de vrouwenontvoogding, vormden dames rond 1900 voor het eerst hun eigen schoonheidsideaal. Los van de ronde, vruchtbare moederfiguur. En de opkomst van de fotografie vergrootte die zelfcorrectie alleen maar. Iets vooruit op de zaken was keizerin Elisabeth - Sissi - van Oostenrijk (1837-1898). Met haar 50 kilo voor 1,72 meter de voorloopster van de hedendaagse mannequin.  de Obsessie voor extreme lichamen (19de eeuw)  Niet alleen anorexia en obesitas zijn van alle tijden, ook de fascinatie voor die extreme lijven. Nu passeren ze op Vitaya en Vijftv, in 1880 reed cipier Daniël Lambert als 'de dikste man van Engeland' (zie prent) in een speciaal rijtuig naar Londen om er zich te laten bekijken voor 1 shilling. Nog steeds zijn Britse bars en restaurants naar hem genoemd. Hij werd opgemeten als een dier. 355 kilo, 2m84 taille, 94 cm kuitomtrek. Bij zijn dood moest een muur uitgebroken worden om het lijk met 20 man buiten te krijgen.  Andere rondreizende 'freak' was Fransman Claude Ambroise Seurat. Het "levende skelet" (prent helemaal bovenaan) was in 1825 in heel Europa bekend. Op de Amsterdamse kermis kon je hem voor 50 cent bekijken in een kooi. Hij trad op in een lendendoek om zijn heupbeenderen te accentueren. Een van zijn trucs: dóór zijn lichaam kon je de gloed van een kaars zien. Bij zijn dood op 28 jaar woog hij 36 kilo. Bij de sectie bleek een lintworm van 5 meter in zijn darmen te zitten.  De eerste afslankmachine (1893)  De eerste afslankmachine is dit 'Zandertoestel'. Een rodeo-achtig ding waar je meteen Jean-Luc Dehaene óp denkt. Zweeds gymnastiekleraar Jonas Zander ontwikkelde het laxatieve massage-apparaat om de darmen sneller te doen werken. Dit paard schudt je drie keer per  seconde door  elkaar. Het ding haalde prijzen op de wereldtentoonstelling. "Ziet er nu volstrekt onnozel uit. Het doet je nadenken over al die afslanktoestellen die ze nu op tv verkopen", zegt curator Patrick Allegaert.  hype van de hongerkunst  'Hongerkunstenaars' waren eind de jaren 1800 een Europese hype: bijna exclusief mannen die zich voor entreegeld uithongerden. Dankzij souvenirfoto's draaide de merchandisingmachine volop. De kranten stonden er vol van, Kafka schreef er een boek over. Stelde de ene het in een kooi 40 dagen op hongerstillende siroop, dan probeerde een rivaal het 50 dagen op gefilterd water. John & Yoko-gewijs kon je ze in een hotelbed gaan bewonderen. Als publiek moest je maar geloven dat de hongerkunstenaars van de lucht leefden.  Gentenaar vindt BMI uit (1835)  Alles voor de wetenschap. De Italiaan Santorio Sanctorius (1561-1636) zette zich maandenlang op een hangende weegschaal, om te begrijpen hoe het mensenlijk gewicht schommelt. Hij woog zijn voedsel, zijn uitwerpselen en mat hoe zijn gewicht veranderde als hij sliep.  Vandaag is de Body Mass Index de maatstaf voor over- en ondergewicht. Je deelt je gewicht (in kg) door het kwadraat van de lengte (in meter). Gentenaar Adolphe Quételet (1796-1874), vader van de moderne statistiek, bedacht de formule in 1835. Hij ging zijn eigen kinderen met een meetlint te lijf, om een wiskundige formule te vinden voor 'de gemiddelde mens'.  Pas in 1870 werd anorexia voor het eerst als ziekte beschreven door een Londense en een Parijse dokter, los van elkaar. Het nieuwe ziektebeeld: jonge vrouwen tussen 15 en 20 jaar met een obsessieve bewegingsdrang. Vreemd genoeg legde geen van beide artsen al de link met de psychische obsessie om te vermageren. Willem Nolen, de eerste dokter om in de Lage Landen de diagnose te stellen, zag er zelfs alleen maar een slikprobleem in. Hij publiceerde gruwelijke voor-en-na-foto's (kolom hiernaast).  Zo willen Ana's eruitzien  Anorexiapatiënten krijgen blauwrode vlekken, overal dons en een vale huid. Fotografe Ivonne Thein schetst met haar nep-foto's hoe anorexiameisjes of Ana's zichzelf wíllen zien, zonder die fysieke ongemakken, zonder de uitstekende ribben. De poses zijn zo atletisch, dat patiëntes zelfs niet eens de kracht hebben om ze aan te nemen. De fotografe gebruikt niet-anorectische modellen die ze digitaal bijwerkt. Ze hongert ze virtueel uit als aanklacht tegen de 'proanasites' en de Facebookgroepen waarop meisjes elkaar ophitsen met afvaltips.  Verderop de expositie zie je ook confronterende interviews met anorexia-patiëntes. Ontstellend: bij nieuwe interviews tien jaar later gaat het amper met 1 op de 10 goed. Eentje stierf bijna van ondervoeding, een tweede overleefde een zelfmoordpoging.  'Het Gewichtige Lichaam. Over dik, dun, perfect of gestoord', tot 8 mei 2011,  Museum Dr. Guislain, Jozef Guislainstraat 43, Gent. Tel. 09/216.35.95.  Gesloten op maandag.  tentoonstelling over anorExia en andere eetstoornissen  De Fransman Seurat (boven) woog 36 kilo bij zijn dood. Het levende skelet werd hij genoemd. Hetzelfde kan je zeggen van de Ana's (rechts).   |  | | --- | | © 2010 De Persgroep Publishing | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | **Publicatie:** | Het Laatste Nieuws / | | **Publicatiedatum:** | 10 november 2010 | | **Auteur:** | De Meyer Katrien; | | **Pagina:** | 13 | | **Aantal woorden:** | 1189 | | |