

EETPROBLEMEN BEHANDELEN BIJ KINDEREN MET AUTISME



Ze willen alleen maar groen of oranje eten en geen warme maaltijd, fruit of rauwe groenten. Eetproblemen komen veel voor bij kinderen met autisme. Ouders zitten met de handen in het haar en zijn moe van de strijd over eten. Behandeling van eetproblemen is mogelijk, maar gaat met kleine stapjes. “Kijk vooral naar wat het kind wél eet.”

GZ psycholoog Ester Jakobs gaf een presentatie over eetproblematiek bij kinderen met autisme tijdens de vergadering van de expertisegroep Autisme van Carante Groep. “Aan mijn verhaal over kinderen met autisme ligt geen wetenschappelijk onderzoek ten grondslag. Het is gebaseerd op eigen kennis en ervaring, onder andere opgedaan bij de Eetkliniek van de SeysCentra in Nijmegen,” vertelt Ester. “Daar staat gedragstherapie centraal bij de behandeling van eetproblemen. Orthopedagoog Daniel Seys, oprichter van de eetkliniek, heeft deze behandeling ontwikkeld. Die is wel wetenschappelijk onderbouwd voor kinderen zonder autisme. Desondanks is ook een aantal kinderen (8-10 jaar) met autisme hier behandeld. Daarbij moet gezegd worden dat dit minder succesvol is dan bij kinderen zonder autisme.”

LIEVELINGSKLEUR

Bij het behandelen van eetproblemen, kijk je allereerst of het eetprobleem primair of secundair is. Als een eetprobleem komt door omgevingsfactoren, dan is het secundair. Het kind eet bijvoorbeeld wel thuis, maar niet op

school. Een primair eetprobleem vindt zijn oorsprong in het kind zelf. Vaak is er dan iets misgegaan bij de ontwikkeling en het leren eten. Daarbij zijn verschillende fases van belang, zoals van de tepel naar de fles en van de fles naar de lepel en van dik vloeibaar naar vast. In de eerste anderhalf tot twee jaar zijn er veel momenten waarop het mis kan gaan. Vooral als het bewustzijn een rol gaat spelen. Bij veel kinderen zie je een voorkeur voor een bepaalde kleur voedsel ontstaan waarvan ze absoluut niet meer willen afwijken. Ouders hebben dan geen zin in strijd en geven toe.

Bij veel kinderen zie je een voorkeur voor een bepaalde kleur voedsel

VOEDINGSSHEMA

Een eetprobleem kan kwantitatief zijn: het kind krijgt dan onvoldoende binnen. In het uiterste geval wordt dit aangevuld met sondevoeding. Het kan ook kwalitatief zijn: het kind krijgt wel genoeg binnen, maar te eenzijdig. Zoals alleen maar brood en geen warm eten. Ouders zitten vaak met de handen in het haar. Een deel van de zorgen kun je al wegnemen door het voedingsschema door een diëtist te laten berekenen. Dan kom je vaak tot de ontdekking dat het wel meevalt en kun je zorgen over groei en ontwikkeling al wegnemen. Dit neemt veel stress weg en geeft ruimte voor



experimenteren. Ook slecht eten telt mee, ook als is dat niet de ideale situatie. Een diëtist inschakelen is altijd goed. Als een kind echt te weinig vitamines of vezels binnen krijgt, dan weet je dat je daaraan moet werken

KRAKEN

Doel van een behandeling is nooit om alles te leren eten. Je gaat werken aan de zaken die nodig, wenselijk en haalbaar zijn. Wat is het gemeenschappelijke kenmerk van het voedsel dat het kind wel eet? Koud, warm, hard, zacht, zoet, zout? Welke prikkels in de mond worden wel geaccepteerd? Chips en crackers gaan vaak goed, het kind hoort dan waar het voedsel blijft. Brood ook omdat dit vanaf zeer jonge leeftijd gegeven wordt. En vergeet niet dat kinderen zelf meestal goed kunnen vertellen wat en waarom ze iets wel of niet lekker vinden.

GEMENGDE PRIKKELS

Belangrijk bij het aanleren van nieuw gedrag is te zorgen voor eenduidige prikkels. Dus geen voedsel dat zowel hard als zacht is, zoals yoghurt of soep met stukjes. Dan weten ze niet wanneer ze dat kunnen doorslikken. Bij fruit zijn het vaak appels en peren die ze wel willen. Een sinaasappel geeft ook te veel gemengde prikkels door het vele sap dat loskomt als je erop kauwt. Prakken en mengen van voedsel is ook niet handig. Een kind met autisme wil graag duidelijkheid over het eten. Zo kan een drievakbord al een oplossing zijn.

SUCCESERVARINGEN

Het aanleren van nieuw voedsel, doe je op momenten die volledig gescheiden zijn van andere eetmomenten, zoals ontbijt, lunch en diner. Het niet laten samengaan met eten dat het kind wél eet. Je begint heel klein met nieuwe smaken en structuren. Dat is bijvoorbeeld een reepje appel van 2-3 millimeter. Eerst laten aanraken, tegen de lip houden, eventueel tussen de tanden leggen en daarna weer uit de mond en als allerlaatste kauwen en doorslikken. Beloon en geef het de kind de kans een succeservaring op te doen. Het aanraken van het eten kan dat ook al zijn. Als je in een sessie zit, moet je ook nooit stoppen zonder resultaat. Je moet iets doen, al is het maar lichtjes aanraken van het eten.

VREEMDE OGEN

Het liefst oefen je meerdere keren per dag, en niet te lang. Het is beter om niet met de ouders te oefenen. Vreemde ogen dwingen en bij de ouders moet het 'mogen' eten voorop blijven staan en niet het 'moeten'. Als je gaat oefenen, gebruik dan altijd precies hetzelfde eten. Neem bijvoorbeeld wortels uit blik. Die hebben altijd dezelfde structuur, gaarheid en smaak. Heeft het kind eenmaal geleerd iets te eten, dan draag je het over aan de ouders. Bij eetproblemen speelt angst een grote rol. Dus dwing een kind niet te grote stappen te nemen. Vaak is de vraag: past de wereld zich aan de autist aan of past de autist zich aan de wereld aan. Bij eten geldt altijd: behoed wat goed gaat.

Ester Jakobs werkt voor het bureau Allegro in Angerlo. Ester heeft bij Fatima Zorg gewerkt en was in die tijd ook lid van de expertisegroep Autisme van Carante Groep.

Voor meer informatie: e.jakobs@allegroangerlo.nl, 06 516 285 52