

Verslaving:

De signalen die je niet mag missen

*lange
wachtlijden?
Niet altijd!*

Wachttijd-
ondersteuning

Het herkennen van een verslaving kan lastig zijn, omdat mensen die met verslavingen worstelen vaak bedreven zijn in het verbergen van hun gedrag. Het signaleren en doorvragen is dan van groot belang. Toch zijn er enkele signalen die kunnen wijzen op een mogelijke verslaving.

Welke symptomen duiden op een mogelijke verslaving?



Fysieke symptomen

Onverklaarbare fysieke symptomen, zoals trillen, zweten of ongecontroleerde bewegingen, kunnen wijzen op ontwenningssymptomen.



Vermoeidheid en slaapproblemen

Tekenen als vermoeidheid, slapeloosheid of juist slaperigheid.



Veranderingen in uiterlijk en hygiëne

Een patiënt kan een verwaarloosd uiterlijk en slechte hygiëne vertonen, waaronder onverzorgde kleding, warrig haar, bloeddorpen ogen, bleke huidskleur of andere fysieke tekenen van verwaarlozing.



Verwaarlozing van verantwoordelijkheden

Verminderde prestaties op het werk of school, verzuim van verantwoordelijkheden en afspraken.



Veranderingen in gewicht

Plotselinge gewichtsveranderingen, zowel gewichtsverlies als gewichtstoename.



Geheimhouding en ontkenning

Het verbergen van activiteiten, geheimzinnig gedrag en ontkenning van problemen.



Veranderingen in gedrag

Onvoorspelbaar gedrag, prikkelbaarheid, stemmingswisselingen, woedeuitbarstingen of isolatie.



Financiële problemen

Onverklaarbare financiële problemen, verzoeken om geld zonder duidelijke reden, of het stelen van geld.



Veranderingen in sociale kringen

Terugtrekken uit sociale activiteiten, zoals het veranderen van vrienden of nieuwe vrienden die betrokken zijn bij hetzelfde gedrag.



Verlies van interesse in hobby's en activiteiten

Het stoppen met activiteiten waar ze eerder van genoten.

Vermoeden van een verslaving of eetstoornis?

Doe de test!



www.changesggz.nl/zelftest

Contact:

T 088 - 242 64 37

E info@changesggz.nl

www.changesggz.nl

ZorgDomein → Changes GGZ



Eetstoornis:

De subtiele tekenen die je niet mag missen

*lange
wachtlijden?
Niet altijd!*

Wachttijd-
ondersteuning

Eetstoornissen blijven vaak onopgemerkt, anders dan het stereotype doet vermoeden. Het is belangrijk om subtiele signalen te herkennen en door te vragen bij een vermoeden. Eetstoornissen kunnen zich op verschillende manieren manifesteren. Bovendien kunnen mensen met eetstoornissen bedreven zijn in het verbergen van hun symptomen.

Welke symptomen duiden op een mogelijke eetstoornis?



Fysieke signalen

Haarverlies, broze nagels, uitdroging, verkleuring van de huid, flauwvallen en andere tekenen van fysieke uitputting.



Veranderingen in lichaamsbeeld en zelfbeeld

Een negatief zelfbeeld en voortdurende ontevredenheid over het eigen lichaam.



Veranderingen in kledingstijl

Het dragen van oversized kleding om het lichaam te verbergen of juist strakke kleding om gewichtsverlies te benadrukken.



Overmatige focus op lichaam en gewicht

Veel bezig zijn met lichaamsgewicht, lichaamsvorm en het uiterlijk (van anderen) kan een teken zijn.



Veranderingen in gewicht

Grote schommelingen in gewicht, zowel gewichtsverlies als gewichtstoename, kunnen wijzen op een mogelijke eetstoornis.



Sociale isolatie

Terugtrekken uit sociale activiteiten die met eten te maken hebben, zoals samen eten met anderen.



Veranderingen in eetgedrag

Obsessief bezig zijn met voedsel, calorieën tellen, strikte diëten volgen, maaltijden overslaan, voedselvermijding of een beperkte keuze in voedsel.



Compulsief bewegen

Overmatige lichaamsbeweging, zelfs bij ziekte of vermoeidheid.



Veranderingen in gedrag

Stemmingsschommelingen, angst, depressie, perfectionisme en obsessieve eigenschappen kunnen samenhangen met eetstoornissen.



Ontkenning of geheimhouding

Iemand met een eetstoornis kan proberen zijn of haar gedrag te verbergen, excuses verzinnen voor niet eten of proberen te minimaliseren wat ze eten.

Vermoeden van een
verslaving of
eetstoornis?

www.changesggz.nl/zelftest

*Doe de
test!*



Contact:

T 088 - 242 64 37

E info@changesggz.nl

www.changesggz.nl

ZorgDomein → Changes GGZ

 **CHANGES GGZ®**
voor een nieuwe koers