

Gepubliceerd op Smallingerland 14-08-2020 03:40 (<https://samenwijzer.smallingerland.nl>)

[Waar heeft u een vraag over?](#) > [Zorg en gezondheid](#) > [Verslaving](#) > [Eten](#)

Over eetverslaving of eetstoornis is nog niet veel bekend. Er bestaan verschillende eetstoornissen waarvan anorexia en boulimia waarschijnlijk de bekendste zijn. Een eetstoornis gaat meestal niet over eten en gewicht. Vaak ligt de oorzaak in stress, problemen of ongelukkig zijn. Erfelijkheid kan ook een oorzaak zijn.

Wilt u zelf proberen om van uw eetstoornis af te komen?

Kijk op de website Eten de baas. Hier vindt u meer informatie over eetproblemen, voeding en gezondheid. Ook kunt u een online training volgen. Of maak gebruik van het forum.

Eten de baas

www.etendebaas.nl/index.html

Wilt u hulp bij het veranderen van uw eetgewoonten?

Op de website Dieetditdieetdat vindt u informatie over voeding. Wilt u liever persoonlijk advies? Neem contact op met een diëtist. De diëtist onderzoekt wat voor u de juiste voeding is en helpt u uw eetgewoonten te veranderen.

Hulp van een diëtist zit in het basispakket van uw zorgverzekering en bestaat uit maximaal 3 uur dieetadvies per kalenderjaar. Wanneer dit niet voldoende is, kunt u er ook een aanvullende verzekering voor afsluiten.

Denkt u dat u een eetverslaving heeft? Ga naar uw huisarts.

Dieet dit - Dieet dat

www.dieetditdieetdat.nl/

Samenwijzer is ontwikkeld in opdracht van de gemeente Smallingerland.

Drachten | Smallingerland

De gemeente Smallingerland wijst u graag op een aantal specifieke, lokale initiatieven die voor u van toegevoegde waarde kunnen zijn:



huistest.nl



vraagelkaar.nl



cjgsmallingerland.nl

Over Samenwijzer
