



Når ergoterapeut Ulla Lebahn hjælper børn med spiseproblemer, så får børnene lov til at give en masse madvarer karakterer efter en smileyordning. På den måde bliver Ulla Lebahn blandt andet klogere på, hvilken slags mad barnet kan lide.

Foto: Søren Gylling

Kolding-terapeut har travlt med at hjælpe kræsne børn

Mad: Børn i alle aldre kan have spiseproblemer, og dem forsøger ergoterapeut Ulla Lebahn fra Kolding at hjælpe. Hun får flere og flere patienter med alvorlige spiseproblemer.

Mange forældre har sikkert prøvet, at lille Ole ikke vil spise sine kogte gulerødder, eller at lille Lise kun vil have spegepøsemadder i madpakken. Kræsne børn er et velkendt fænomen, men for flere og flere børnefamilier bliver mad og måltider et stort problem, at de ikke selv kan få barnet tilbage på rette spor. Ulla Lebahn, privatpraktiserende ergoterapeut i Kolding, har i mange år arbejdet med problematikken, først i offentligt regi og de seneste år som selvstændig. Hun får flere og flere henvendelser fra frustrerede forældre, og hun mener ikke, at problemet behandles alvorligt nok af samfundet og efter hendes mening er der slet ikke det nødvendige og rigtige behandlingstilbud.

Problemerne er meget større, end man tror, og der er ingen, der har øje for det, lyder kritikken fra Ulla Lebahn.

Hun mener ikke, at tilbuddene i det offentlige system er gode nok, og ofte er det de forkerte metoder, der bliver taget i brug.

I det offentlige er behandlingen opbygget i to tårne, et for fysik-

ske og et for psykiske sygdomme, og der derfor lidt samarbejde. Man symptombehandler i stedet for at kigge på årsagerne, det er et meget stort problem, fastslår Ulla Lebahn.

Kan ende med sondemad

Hun møder familier, som gennem måneder og år har kæmpet for at få hjælp til deres børn, og det er meget alvorlige spiseproblemer, som familierne står med. Nogle så alvorlige, at nogle børn ender med at få sondemad.

Hvis barnet er kommet i dårlig travl pga. spiseproblemer, bliver familien sendt til diætist. Men det løser ikke problemet at undervise om den rette ernæring, eller vejlede i energiberigelse, hvis barnet ikke spiser maden, fastslår Ulla Lebahn.

Hun har haft fire sager med tvangs fjernelser, som er sat i gang fordi barnet har været i mistrivsel på grund af spiseproblemer. Ulla Lebahn har i alle tilfælde kunnet finde væsentlige mangler i begrundelserne for tvangs fjernelserne, og børnene er blevet hos forældrene.

FAKTA

Ulla Lebahn

Ulla Lebahn er 55 år og uddannet ergoterapeut. Hun var med til at starte spiseteamet på Kolding Sygehus og her var hun ansat indtil hun i 2013 blev selvstændig. Hun uddanner sig løbende indenfor området, blandt andet hos førende eksperter i Østrig og USA.

BØRN OG MAD



Foto: André Thorup, ath@jv.dk



Af Sigrild Hald Kristensen, sik@jv.dk



Når Ulla Lebahn er på hjemmebesøg hos familierne, har hun altid masser af

Når mad bliver

Spis: Ofte ligger der andre ting bag, når et barn udvikler et problematisk forhold til mad. Forældre spiller en stor rolle, når det drejer sig om at give barnet et godt forhold til mad.

Ulla Lebahn har gennem flere år specialiseret sig i at hjælpe børn med alvorlige spiseproblemer, og hun har set mange ekstreme sager. Nogle gange er frustrerede og magtesløse forældre med til at gøre problemet værre. Hun har for eksempel oplevet forældre, der kun kan give deres barn flaskeske, når det sover, et barn der kun spiser chokolade og et andet, som kun kan spise mad med huller i. Alvorlige spiseproblemer, som kan bunde i mange forskellige problematikker, men som sjældent kun handler om kræsenhed.

Jeg har en pige i behandling, som kaster op, bare hun får mad i hånden. Det var et stort skridt, da hun første gang holdt et stykke mad i hånden uden at det skete, konstaterer Ulla Lebahn.

Hun forklarer, at spiseproblemerne ofte bunder i alvorlige sansemotoriske vanskeligheder, og har et barn først haft en eller flere dårlige oplevelser med mad, så kan det tage lang tid at rette op på.

Du tænker ikke over, om du flytter maden til tænderne og holder det fast, tygger, lægger til på tungen og synker. Hvis du



fødevarer med. Mange af dem er usunde, men det er fordi, det ofte er den slags mad, de spiseforstyrrede børn kan lide og er vant til at spise.

Foto: Søren Gylling

barnets værste fjende

ikke gør det rigtigt og ikke har evnen til at spytte ud, så kommer du til at synke maden uden den der tryk, og det kan være rigtig ubehageligt og så risikerer du at blive bange for maden.

Spår flere med problemer

En for tidlig fødsel, en hård start på livet med masser af behandling, smerte og traumer kan være årsager, men også refluks, problemer med sure opstød og halsbrand, er en lidelse som mange børn lider af i det skjulte, og som kan udløse spiseproblemer.

Ifølge Ulla Lebahn er hun den eneste i Danmark, der arbejder med spiseproblemer som hun gør, og hun har da også kunder i hele landet. Senest har specialinstitutionerne i Københavns Kommune bedt om hjælp, og der er mange andre private og offent-

lige, der søger hendes ekspertise og vejledning. Hun bruger en del af sin tid på at uddanne andre ergoterapeuter og andet sundhedspersonale, så kommunerne selv kan behandle børnene.

Ulla Lebahn spår, at der i fremtiden kommer endnu flere børn med spiseproblemer, og at de voksne, forældrene, i flere tilfælde vil være indirekte skyld i problemet.

Når det bliver projektbarn, og curling forældrene fjerner små og store sten på vejen, og børnene ikke lærer at tilbageholde egne behov for eksempel. Vil du ikke spise det her, så får du bare noget andet. Vi er selv med til at skabe nogle af de her spiseproblemer, siger Ulla Lebahn, som mener, at når flere og flere for tidligt fødte børn overlever, så kan det give flere børn med spiseproblemer.

Ifølge ergoterapeuten har det danske sundhedsvæsen svært ved at tackle problemerne, og hun tror det i fremtiden vil være forbundet med store sundhedsudgifter.

Tre faser

Men hvis børnene blev spottet og behandlet tidligt, så ville vi samlet set kunne spare penge- og børnene ville samtidig få et bedre liv med mad, en bedre trivsel og familierne ville have nogle rarere måltider.

Hun behandler børn i alle aldre, hendes hidtil yngste patient var en pige på tre dage.

Alle, der henvender sig, får tilbudt en halv times gratis rådgivning, og er der behov for behandling, sker det i tæt samarbejde med forældrene.

Der er tre faser i at lære at

spise. For det første skal forældrene lære at slippe kontrollen, for det andet er det okay i begyndelsen at spise sig mæt i kendt mad, også hvis det er chokolade, og som det tredje skal barnet lære at spise noget nyt mad, men det er barnet, der bestemmer hvad og hvornår, mener Ulla Lebahn.

De kommunale og regionale behandlingsmuligheder skal være opbrugt før en familie kan søge om en henvisning til Ulla Lebahn, og uden en henvisning er hele behandlingen for egen regning, en pris som mange ikke kan betale. Derfor ser Ulla Lebahn også gerne, at flere bliver i stand til at udføre det samme arbejde som hun gør, så flere familier får hjælp, og flere børn dermed kommer deres spiseproblem til livs.

Sådan får dit barn gode spisevaner

Råd: Ulla Lebahn giver her en række gode råd, som kan være med til at sikre, at ens barn får et godt og sundt forhold til mad.

1. Spisning foregår siddende ved spisebordet.
2. Spisning foregår uden TV, tablet, osv.
3. Lad barnet selv øse op.
4. På bordet skal der sammen med den øvrige mad stå to-tre madvarer, som barnet er trygt ved at spise.
5. Giv barnet mad, som det mestrer.
6. Lad barnet klare mest muligt selv, også selv om det ikke helt kan endnu.
7. Lad barnet selv bestemme, hvor meget det spiser og drikker.
8. Hjælp kun, når det er absolut nødvendigt.
9. Lad barnet selv prøve sig frem med ny mad. Lad det undersøge maden – på den måde lærer det maden at kende.
10. Børn har behov for fem-seks måltider hver dag – også i weekenden.
11. Server mælk til morgenmad og vand til andre måltider.

I starten spiser og drikker barnet sjældent nok, men er nødt til at mærke på egen krop, at det ikke er nok, for at kunne ændre på sin adfærd.

Ved at følge ovenstående gode råd vil man over tid se øget egenomsorg (barnet sørger selv for at få mere mad i maven) og i nogle tilfælde større interesse for ny mad. MEN – det hele afhænger af, om I formår at slippe ansvaret/kontrollen.

Der vil være børn, der ikke spiser mere eller spiser ny mad ved at følge de gode råd. Her er det en god ide at søge professionel hjælp.