

Tussen de regels door lees ik bij Terluin toch ook dat oplossingsgericht werken kan worden belemmerd door cognitieve problemen, maar dat dit de probleeminventarisatie niet hoeft te verhinderen. Dat laatste is juist, doch in mijn optiek is de doelstelling van deze inventarisatie niet dat de *patiënt* alles op een rijtje krijgt, maar de *hulpverlener*. Het is zijn taak om

uit een meestal warrig verhaal een helder beeld te destilleren. Mijn patiënt hoeft daar dan nog even niets mee.

Anton Schmidt

1 Schmidt A. Uitgangspunten bij de behandeling van overspanning. Huisarts Wet 2002;45:119-23.

2 Terluin B. Overspanning: rusten of juist aan

de slag? Huisarts Wet 2002;45:112-3.

3 Schmidt A. Overspannen, burnout, depressief of chronisch vermoeid: een diagnostische grabbelton? Huisarts Wet 2001;44:283-7.

Boeken

Voeding en chronische ziekten

Van Binsbergen JJ, Kalmijn S, Ocké MC. *Voeding en chronische ziekten*. Utrecht: Van der Wees, 2001. 250 pagina's, prijs € 34,-. ISBN 90-58050459

Dit boek beschrijft voor werkers in de gezondheidszorg de wetenschappelijke stand van zaken op het gebied van (onderzoek naar) voeding en de preventie van chronische ziekten, en formuleert op basis daarvan praktische voedingsrichtlijnen.

Deel 1 omvat vijf hoofdstukken over voedingsadviezen in de huisartspraktijk, voedingsstoffen, gezonde voeding, functionele voedingsmiddelen en ondervoeding. De zes hoofdstukken van deel 2 gaan over voeding en kanker, hart- en vaatziekten, diabetes mellitus type 2, chronische longziekten, neurodegeneratieve aandoeningen en osteoporose.

De hoofdstukken over chronische ziekten zijn informatief. Ze worden ingeleid met een illustratieve casus, waarna kort de pathofysiologie en het beschikbare onderzoek over voeding en de betreffende ziekte worden samengevat. In alle hoofdstukken is een belangrijke plaats ingeruimd voor de invloed van alcoholgebruik. Dan volgen enkele pagina's over primaire en secundaire preventie van de betreffende chronische ziekte om te besluiten met adviezen voor de praktijk van alledag.

Het boek is evidence based met duidelijke referenties die verwijzen naar uitgebreide literatuurlijsten in deel 2. Deel 1 bevat een beknopte lijst aanbevolen lite-

ratuur. Het boek geeft een goed overzicht van de macro-voedingsstoffen en ook – in tabelvorm – van de mineralen, vitamines en spooelementen. Tevens worden *functional foods* (vertaald als functionele voedingsmiddelen) besproken waarbij het gaat om producten waaraan bepaalde voedingsstoffen zijn toegevoegd en/of waarbij een deel van het vet of de koolhydraten is vervangen zoals in de 'light' producten. Achtereenvolgens worden als voorbeelden vetvervangers, antioxidanten, voedingsvezels, probiotica en synbiotica, suikervervangers en plantensteroiden besproken.

Van de huisarts wordt nogal wat verwacht. Zo moet hij patiënten bewustmaken van het voordelig of nadelig effect van bepaalde voeding bij voedinggerelateerde ziekten, en hen adviseren en voorlichten aan de hand van het *state-of-changemodel*. Ik mis een hoofdstuk over verwijzing naar en samenwerking met de diëtiste en een beschouwing over de taken van de praktijkverpleegkundige en over situaties waarbij zij kan worden ingeschakeld.

Ik vind het een informatief boek dat op een prettig leesbare wijze de belangrijkste aspecten van voeding en chronische ziekten behandelt.

Omdat er weinig aandacht aan voeding in opleiding en nascholing werd en nog steeds wordt besteed, beveel ik dit boek met name aan bij huisartsen in opleiding en huisartsopleiders. Maar ook praktiserende huisartsen zonder onderwijsverplichtingen kunnen er hun voordeel mee doen.

B. Meyboom-de Jong

Eetstoornissen

Tenwolde AAM. *Van dun tot dik. Een vraagbaak. Psychosociale en biologische aspecten van anorexia nervosa, boulimia nervosa en obesitas*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum, 2000. 341 pagina's, € 46,-. ISBN 90-313-34391.

Dit boek is het resultaat van zes jaar ervaring met enkele honderden patiënten met anorexia, boulimia nervosa en obesitas en hun behandeling. Daarnaast is een enorme hoeveelheid recente literatuur gelezen en op zodanige wijze geordend dat de lezer een overzichtelijk beeld krijgt van de belangrijkste kenmerken, oorzaken, gevolgen en mogelijkheden van behandeling.

Het eerste deel gaat over de kenmerken, epidemiologie, oorzaken, diagnostiek en behandeling van eetstoornissen. Daarbij wordt ook ingegaan op de kenmerken van eetstoornissen niet anders omschreven (NAO) en het *binge-eating-disorder* (BED).

Als mogelijke verklaringen voor het ontstaan van eetstoornissen worden allerlei factoren beschreven: biologische, psychoanalytische, sociologische, systeemtheoretische en leertheoretische factoren. Tevens wordt de vraag gesteld of trauma's en excessief sporten kunnen bijdragen aan het ontstaan van eetstoornissen. Apart wordt ingegaan op de oorzaak van obesitas.

Het tweede deel gaat over de biologie van voeding, neuroactieve stoffen en hormonen en over de lichamelijke gevolgen en de medische aspecten van eetstoornissen. Daarbij wordt aandacht geschonken aan de hoeveelheid voeding, water