



Dr Maria Willemsen
Dermatologie

Tel.02-270.34.80
Broekstraat 28
1860 St.-Brixius-Rode
www.dermatologiewillemsen.be
praktijk@dermatologiewillemsen.be

Ingebeelde lelijkheid of BDD (Body Dysmorphic Disorder)

Dr Ria Willemsen, psychodermatoloog

Mensen met BDD zijn ervan overtuigd dat er iets mis is met (een deel van) hun uiterlijk. Dat deel vinden ze erg onaantrekkelijk.

Mijn rode neus is een reden om me op te sluiten ..

Het deel van het lichaam waar hun aandacht meestal naartoe gaat, is vaak de gelaatshuid, het haar, de neus of de ogen. Men maakt zich zorgen om mee-eters, talguitscheiding, wat acne, een asymmetrie in het gelaat, een indruk van kaalheid of net wat overdreven haargroei, een uitzetting van bloedvaten of een roedere of blekere zone. Soms is de focus gericht op andere lichaamsdelen zoals de heupen, de dijen of de genitaliën. Bij mannen bestaat er recent een bijzondere vorm van ingebeelde lelijkheid; ze hebben de indruk over onvoldoende spiermassa te beschikken.

Uren voor een spiegel ...

Kenmerkend voor BDD is dat mensen uren per dag bezig zijn met hun obsessie. Sommigen zullen intensief camoufleren of korstjes wegpeuteren. Anderen epilieren zich voortdurend of trainen intensief bepaalde spiergroepen. Ingebeelde lelijkheid maakt uiteindelijk elk normaal leven onmogelijk. Veel mensen met deze aandoening worden somber en angstig en raken in een sociaal isolement.

Ingebeelde lelijkheid komt voor bij 1% tot 2,5% van de algemene populatie en bij ongeveer 11 %- 15% van de mensen die een dermatoloog of plastisch chirurg consulteren.

Men weet uit onderzoek dat mensen met ingebeelde lelijkheid visuele informatie anders interpreteren in het brein. Net of ze zichzelf echt anders zien en meer focussen op details dan op het geheel.

Wat kan je beter niet doen ..

Mensen met ingebeelde lelijkheid lopen vaak van de ene arts naar de andere en voelen zich nergens geholpen. Vaak wensen ze bijzondere dermatologische behandelingen. Maar ze zijn zelden tevreden na de ingreep. Sommigen beseffen wel dat ze zich abnormaal veel zorgen maken over dingen die hun goede vrienden of familie nauwelijks opmerken. Anderen hebben daarvan geen enkel besef.

Meer info ..

Boek: **The Broken Mirror. Understanding and Treating Body Dysmorphic Disorder.** Dit is een zelfhelpboek van Katharine Phillips internationale BDD-autoriteit.

Website Body Dysmorphic Disorder <http://bdd-info.nl> (informatie over BDD)

E-book: **Body Dysmorphic disorder**, door Nienke Vulink & Damiaan Denys.

BEHANDELING

BDD is te verbeteren via psychotherapie maar dit vraagt inzet en geduld en een gespecialiseerde aanpak, liefst multidisciplinair. Als er gebrek is aan ziekte-inzicht, is vooral medicatie aangewezen.