

# Body Dysmorphic Disorder (BDD)

Body Dysmorphic Disorder (BDD) is een stoornis in de lichaamsbeleving. Wie eraan lijdt meent dat één of meer lichaamsdelen afstotelijk zijn, terwijl buitenstaanders meestal niets opvalt. Opvallend is dat iemand met BDD vaak volledig overtuigd is van de lelijkheid.

## Obsessie met het uiterlijk

Mensen met BDD houden zich overmatig (uren per dag) bezig met hun uiterlijk zonder dat er een duidelijk aantoonbare afwijking is. De eigen verschijning leidt tot zowel walging van zichzelf als tot extreme schaamte.

Een buitenstaander ziet gewoonlijk niets bijzonders aan iemand met BDD. In sommige gevallen kan er wel sprake zijn van een betrekkelijk kleine onvolmaaktheid (bijvoorbeeld littekenvorming of nauwelijks waarneembare asymmetrie), maar de extreme negatieve zelfkritiek van iemand met BDD staat in geen verhouding tot een objectieve beoordeling.

Dagelijks worden de eigen lichaamsdelen aan een ongelooflijke hoeveelheid aandacht en strenge zelfkritiek onderworpen. Zo veroorzaakt deze obsessie vaak problemen in sociale omgang met mensen, op het werk of op andere belangrijke terreinen.

## Rituelen

Iemand met BDD heeft vaak rituelen, zoals het 'toonbaar' maken van het defect of de afwijking door bijvoorbeeld make-up of het dragen van een pet. Ook kijken ze veelvuldig in de spiegel (of vermijden zij spiegels), vergelijken zichzelf overmatig met anderen of vragen geruststelling aan mensen in de omgeving.

## Het vermijden van situaties

Mensen met BDD vermijden veel situaties. Men gaat niet naar werk of school en vermijdt andere sociale situaties vanwege de angst voor schut te staan. In extreme situaties raken mensen totaal geïsoleerd en vervreemd van de samenleving. Iemand met BDD denkt vaak dat anderen naar zijn vermeende misvorming staren en erover praten of lachen.

## Links

Klik [hier](#) voor de aflevering van het programma 'Je zal het maar hebben' over BDD.

Patientenfolder [Behandeling Body Dysmorphic stoornis \(BDD\)](#)

Websitepagina wachttijden [www.amsterdamumc.nl/nl/psychiatrie/wachttijden](http://www.amsterdamumc.nl/nl/psychiatrie/wachttijden)