

**ZABURZENIA
ODŻYWIANIA**

Zaburzenie odżywiania to poważna choroba psychiczna, dotycząca ludzi bez względu na wiek, płeć, rasę, orientację seksualną czy wagę ciała. Zaburzenie odżywiania można w uproszczeniu zdefiniować jako jakikolwiek długotrwały nienaturalny problem z jedzeniem. Wbrew społecznej tendencji do bagatelizowania zaburzeń odżywiania należy podkreślić, że są to poważne choroby, które mogą prowadzić nawet do śmierci pacjenta.

- Śmiertelność chorych: ponad 10%
- Średni wiek umierającego chorego: 25 lat
- Ryzyko samobójstwa: 200 razy większe niż w populacji ogólnej
- Średni czas trwania choroby: 6 lat
- Jedna trzecia pacjentów choruje na przewlekłą postać choroby, która trwa 20-30 lat i kończy się przedwczesną śmiercią



ANOREKSJA (JADŁOWSTRĘT PSYCHICZNY)

Osoba dotknięta chorobą ma obsesję na punkcie smukłej sylwetki, więc celowo głodzi się, żeby osiągnąć wymarzoną wagę. Boi się przybrać na wadze nawet wtedy, kiedy cierpi na poważne niedożywienie. Może łączyć głodówkę z nadmiernymi ćwiczeniami fizycznymi oraz stosowaniem środków przeczyszczających, leków odwadniających itp.



BULIMIA (ŻARŁOCZNOŚĆ PSYCHICZNA)

Pacjent cierpi na niekontrolowane napady objadania się. Po takim ataku próbuje pozbyć się nabytych kalorii, próbując wydestakować pożywienie z organizmu na jeden lub kilka sposobów. Dlatego powoduje wymioty, stosuje środki przeczyszczające, leki odwadniające i hamujące apetyt lub rozpoczyna głodówkę.



ZABURZENIE Z NAPADAMI OBJADANIA SIĘ

Epizod napadowego objadania się jest zwykle wywoływany przez stresującą sytuację. Chory zjada naraz dużą ilość pokarmu i zwykle nie może przestać, dopóki nie zje „swojej” dawki. Po ataku nie próbuje pozbyć się pożywienia (np. wymiotując), ale ma poczucie winy, wstydu i zażenowania.



ORTOREKSJA

Jest to zaburzenie charakteryzujące się obsesją na punkcie zdrowego żywienia. Osoba nią dotknięta z niepokojem unika wszystkiego, co uważa za niezdrowe. Jeśli zdarzy się jej spożyć „niezdrowe” jedzenie, cierpi na nadmierne wyrzuty sumienia i ma tendencję do oczyszczania organizmu, na przykład poprzez dietę lub post.



BIGOREKSJA (DYSMORFIA MIĘŚNIOWA)

Bigorektyk jest uzależnionych od ćwiczeń fizycznych, wymagającej diety czy suplementów diety. W trudniejszych przypadkach stosuje sterydy anaboliczne. Jego celem jest posiadanie jak najbardziej umięśnionej sylwetki i podporządkowuje tym wysiłkiem całe swoje życie.

NIEKTÓRE PRZYCZYNY ZABURZEŃ ODŻYWIANIA

- Społeczeństwo, które ma obsesję na punkcie wyglądu i szczupłej sylwetki
- Problemowe zaplecze rodzinne
 - Rodzina dysfunkcyjna
 - Rodzina, w której kładzie się przesadny nacisk na zdrowy styl życia i wygląd
- Stres
 - Stres związany ze zmianami zachodzącymi w organizmie w okresie dojrzewania
 - Chwiejność emocjonalna, niska samoocena, cierpienie emocjonalne
 - Perfekcjonizm, dążenie do doskonałości i samokontroli
- Czynniki biologiczne i genetyczne

SKUTKI ZABURZEŃ ODŻYWIANIA

- Problemy z sercem i układem krążenia
- Uszkodzenie nerek
- Próchnica zębów
- Zły stan skóry, włosów i paznokci
- Uszkodzenie przewodu pokarmowego
- Spowolnienie lub zatrzymanie wzrostu kości, zmniejszenie się mineralnej gęstości kości
- Zaburzenia hormonalne, zatrzymanie miesiączki, spadek libido
- Niedokrwistość
- Osłabienie i skurcze mięśni
- Śmierć

