

## **Bulimia i Anoreksja – przyczyny, objawy leczenie**

Podstawowe mechanizmy zaburzeń odżywiania takich jak bulimia i anoreksja to;

- nieadekwatne, ujemne postrzeganie własnego ciała
- lansowana powszechnie moda na szczupłą sylwetkę (modelka ma przeciętnie 178 cm wzrostu i waży 56 kg)
- nadmierna koncentracja na wyglądzie zewnętrznym jako podstawie poczucia własnej wartości
- chęć „odegrania” się na innych, forma buntu typowego dla okresu dojrzewania, występująca u dziewcząt, które nie potrafią inaczej go rozładować
- zaburzenia osobowości (np. osobowość histeryczna) lub zaburzenia psychiczne (np. depresja)
- problemy dotyczące identyfikacji z rolą seksualną, wiążące się często z nadużyciami seksualnymi.

### **Charakterystyczne objawy anoreksji to:**

- nadmierna utrata wagi i wyniszczenie organizmu
- natręctwa (obsesyjna potrzeba odchudzania się)
- depresja lub stany obniżonego nastroju,
- wypadanie włosów
- zanik miesiączki,

### **Charakterystyczne objawy bulimii:**

- napadowe, wzmożone łaknienie i objadanie się, po którym następuje wzrost poczucia winy i wymuszone wymioty
- stosowanie diety, środków moczopędnych i przeczyszczających
- zmiany w wyglądzie (anemia, bladość, obrzęk twarzy, przekrwienie spojówek, uszkodzenie szkliwa zębów przez kwas żołądkowy)

Nie każda osoba, która się odchudza- zwłaszcza, gdy ma nadwagę – cierpi na anoreksję lub bulimię. Zaburzenia, o których wyżej wspomniano, muszą się utrzymywać przez dłuższy czas. Osoba cierpiąca na anoreksję lub bulimie potrzebuje specjalistycznej pomocy. Sama nie da sobie rady.

### **Charakterystyka zaburzenia**

**Anoreksja** lub jadłowstręt psychiczny jest zaburzeniem łaknienia występującym na tle psychicznym, któremu zazwyczaj towarzyszy wychudzenie organizmu, zatrzymanie miesiączek, zaburzenia procesu trawienia (ból brzucha, biegunki, odwodnienie). Prowadzi do wycieńczenia organizmu, a często nawet do śmierci spowodowanej wygłodzeniem. Występuje zwykle u kobiet w wieku 15-20 lat. U mężczyzn pojawia się bardzo rzadko. (20-30 razy rzadziej). Zaliczana jest do grupy silnych zaburzeń odżywiania się. Przyczyny zapadania na nią nie są znane, jednak istotne znaczenie w etiologii

zaburzenia przypisuj się czynnikom psychogennym (osobowość, samoocena, identyfikacja z rolą seksualną) oraz społecznym (otoczenie społeczne, rodzina). Podczas leczenia stosuje się psychoterapie i farmakoterapie oraz ewentualnie odseparowanie od środowiska społecznego, jeśli w nim upatruje się przyczyn zaburzeń. Niektórzy specjaliści sugerują, iż znaczący wpływ na powstawanie zaburzenia ma społeczny normatyw szczupłości („szczupłość to mądrość i zdrowie”), nadmiernie lansowany przez środki masowego przekazu. Anoreksji towarzyszy silnie zdeformowany obraz własnego ciała – osoby zdecydowanie chude oceniają siebie jako otyłe i dlatego kontrolują ilość spożywanego pokarmu.

**Bulimia** – znana także pod nazwą „wilczego głodu”, objawia się napadami wzmożonego głodu i obżarstwa. Podobnie jak anoreksja należy do grupy silnych zaburzeń odżywiania się. Występuje zarówno jako samoistne zaburzenie, jak i objaw innych zaburzeń psychicznych (depresji lub schizofrenii). Gwałtowne uczucie głodu zmusza osoby cierpiące na bulimię do nadmiernego obżarstwa- podczas posiłku potrafią one spożyć ponad dwadzieścia tysięcy kalorii. Wstyd, poczucie winy, i strach przed utyciem powoduje chęć pozbycia się treści pokarmowej natychmiast po posiłku. Chorzy prowokują wymioty lub nadużywają środków przeczyszczających. W efekcie dochodzi do zaburzeń układu trawiennego, uszkodzenia przetyku i zaburzeń metabolizmu. Osobom z bulimią – w przeciwieństwie do cierpiących na anoreksję- często udaje się utrzymać wagę ciała. W sferze psychicznej napady obżarstwa prowadzą do depresji i poczucia winy, a nawet do skłonności samobójczych. Czasami bulimia towarzyszy anoreksji – szacuje się, że około 50% chorych z anoreksją ma objawy bulimii, co może być dramatycznym przejawem walki z własnym ciałem.