

## Poruchy příjmu potravy

Patří sem **mentální anorexie** (odmítání jídla), **bulimie** (záchvaty přejídání a zvracení) a **prejídání** spojené s psychickými poruchami, např. se stresem. U poruch příjmu potravy jsou typické obavy z tloušťky, projevují se manipulace s jídlem, sloužící ke snížení hmotnosti a zkreslené vnímání vlastního těla.

Jde o psychické onemocnění, které od určitého stádia nemocný nezvládá a sám bez pomoci druhých se ho nezbaví. Přináší s sebou řadu vážných tělesných i duševních problémů. Nemoc je doprovázena ztrátou kontaktu s vrstevníky (anorexie), nesoustředěností a náladovostí. Středem zájmu se stává jídlo a vlastní postava.

### Mentální anorexie

Nemoc nastupuje nejčastěji v pubertě a adolescenci, postihuje v 95% dívky. Vyznačuje se:

- tělesnou hmotností pod minimální váhou, nemocný si ji způsobuje odmítáním jídla, cvičením, zvracením, užíváním projímadel
- intenzivní strach z přírůstku hmotnosti navzdory podvážce
- popírání tělesné podvážky, nemocný si připadá normální nebo dokonce tlustý
- u žen a dívek se projeví ztráta nejméně tří po sobě jdoucích menstruačních cyklů



### Bulimie

Nemoc postihuje především dívky a ženy ve věku dospívání. Vyznačuje se:

- neustálým zabýváním se jídlem, neodolatelnými touhami po jídle a epizodami přejídání
- snahou zmírnit vliv jídla na váhu zvracením, přechodnými hladovkami či projímadly
- chorobným strachem z tloušťky, nízkým sebevědomím, přehnaně závislé na vzhledu a hmotnosti

### Záchvatové přejídání

Nemoc postihuje obě pohlaví a může se rozvinout v jakémkoliv věku.

Častou příčinou bývá nevyvážené stravování (různé redukční diety).

Důsledkem pak bývá přibývání na váze, deprese, nespokojenost se sebou.

Porucha se vyznačuje:

- značné omezování se v jídle (i hladovění) a jednostranný jídelníček se střídá s nutkavou touhou se přejíst, tyto stavy se pravidelně opakují
- po "záchvatu" konzumace potravy přichází fyzicky nepříjemné pocity z přejedení, obvykle ale nedochází ke zvracení
- s nárůstem hmotnosti roste i nespokojenost se sebou
- porucha se často rozvíjí jako reakce na stres, citové strádání či depresivní nálady



Poruchy příjmu potravy jsou zdraví velmi nebezpečné. Nejsou-li léčeny, mohou nakonec způsobit



metabolický rozvrat a smrt. Při podezření na anorexii či bulimii je vhodná konzultace s lékařem, u dětí a dospívajících bývá první volbou obvodní lékař.

Dívka s mentální anorexií na obrázku si velmi pravděpodobně vyhublá nepřipadá a dost možná se jí pohled na takovou postavu líbí.