

ANOREKSJA I BULIMIA

Anoreksja - jak ją rozpoznać?

Widocznym symptomem anoreksji jest wychudzenie (często maskowane obszernymi ubraniami). Jednak nim do niego dojdzie, osoba chora:

- eliminuje ze swojego jadłospisu coraz to inne produkty,
- przesadnie interesuje się jedzeniem: czyta książki kucharskie, liczy kalorie, planuje skład posiłków,
- dużo mówi o jedzeniu,
- często gotuje dla rodziny, nie jedząc później tych potraw,
- zwykle jada w samotności,
- przymuszona do jedzenia znajdzie sposoby, by je wyrzucić
- na uwagi rodziny, że za mało je, reaguje furją,
- staje się coraz bardziej drażliwa, odsuwa się od innych,
- często jest nadmiernie ruchliwa, intensywnie trenuje w ukryciu,
- odczuwa przewlekłe zmęczenie, zaburzenia koncentracji,
- cierpi na bóle brzucha, wymioty, wzdęcia, zaparcia, zapalenie błony śluzowej żołądka,
- czuje silny lęk przed przybraniem na wadze i otyłością mimo stwierdzonej, utrzymującej się niedowagi.

Anoreksja - skutki

Anoreksja powoduje dramatyczne niedobory niezbędnych do życia substancji odżywczych, a w konsekwencji postępujące zaburzenia czynności wszystkich narządów i układów. Wskutek **chudnięcia** młoda osoba traci prawie całą izolującą warstwę tkanki tłuszczowej i staje się nadwrażliwa na niskie i wysokie temperatury. Ma zwolnione tętno i obniżone ciśnienie tętnicze krwi, wolniejszą perystaltykę jelit, zaparcia.

Głodzenie się prowadzi do anemii (niedobór czerwonych ciałek krwi) oraz hipoglikemii (niski poziom cukru we krwi), która jest skutkiem ubytków glikogenu i zapasów tłuszczu w organizmie.

Anoreksja powoduje też zahamowanie wzrostu i rozwoju płciowego (m.in. nie rozwijają się piersi) oraz zaniki mózgowo (ujawnia je np. tomografia komputerowa).

Na skutek odwodnienia występują zaburzenia pracy nerek. Niedobory potasu mogą z kolei wywołać groźne zaburzenia w rytmie pracy serca.

Bardzo poważne skutki ma zanik miesiączki – jeśli trwa dłużej niż pół roku, niedobór estrogenów powoduje obniżenie gęstości kości, prowadząc do osteoporozy. Jest też przyczyną nadmiernego owłosienia, wiąże się z ryzykiem torbieli jajników i bezpłodnością.

Niedożywienie jest przyczyną znacznego obniżenia odporności, co sprawia, że anorektyczki umierają czasem z powodu błahych infekcji.

http://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/nalogi/Anoreksja-zycie-na-wiecznym-glodzie_36223.html

Przyczyny, konsekwencje, leczenie, fakty i mity, test na anoreksję tu <http://anoreksja.mam-efke.pl/>

Bulimia - jak ją rozpoznać?

Choroba polega na przyjmowaniu dużej, niekiedy olbrzymiej, ilości pokarmu w krótkim czasie - niekiedy wartość kaloryczna takiego posiłku kilkakrotnie przekracza dzienne zapotrzebowanie. Napady obżerania mogą występować raz na kilka dni, mogą też być inicjowane kilka razy dziennie. Cechą znaną bulimii są działania kompensujące wspomniane napady, czyli aktywności przeciwdziałające przytyciu, które mogą przybierać na przykład postać:

- prowokowania wymiotów,
- używania środków przeczyszczających,
- używania środków moczopędnych,
- intensywnych ćwiczeń fizycznych,
- intensywnej diety lub głodówki między napadami.

Na pierwszy rzut oka objawy bulimii mogą być niedostrzegalne, chora osoba:

- utrzymuje początkowo prawidłową wagę lub ma nieco nadwagi,
- czasami ma lekko opuchniętą twarz,
- podobnie jak anorektyczka, jest zafascynowana jedzeniem: wiele czyta na ten temat, zna na pamięć tabelę kalorii różnorodnych produktów,
- nieraz po wspólnym obfitym posiłku chodzi do toalety i wymiotuje, zagłuszając charakterystyczny dźwięk np. włączeniem suszarki,
- z reguły do uczyty zasiada, gdy nikogo nie ma w domu albo w nocy, by uniknąć przyłapania na gorącym uczynku.

Dlatego choroba przez bardzo długi czas może pozostawać niezauważona.

Bulimia – skutki

- poraniona śluzówka jamy ustnej,
- uszkodzone szkliwo zębów od kwasu żołądkowego,
- zaburzenia rytmu serca i cyklu miesięcznego,
- bóle brzucha, wzdęcia, zaparcia, mdłości, zawroty głowy.

http://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/nalogi/bulimia-przyczyny-i-objawy-leczenie-bulimii_36228.html

Przyczyny, konsekwencje, leczenie, fakty i mity tu <http://bulimia.mam-efke.pl/>

- **AL- MED** Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej

Centrum Zdrowia Psychicznego i Terapii Uzależnień

Radlińska 16,
44-300 Wodzisław Śląski

Tel. 32 445 04 06

Godziny otwarcia:

od pn do pt 8.00 - 20.00

Rodzaje świadczeń :

- Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnień
 - Dzienny oddział terapii uzależnień od alkoholu
 - Dzienny oddział psychiatryczny
-
- diagnoza psychiatryczna
 - diagnoza psychologiczna
 - leczenie psychiatryczne
 - psychoterapia indywidualna
 - psychoterapia grupowa
 - leczenie w dziennym oddziale terapii uzależnienia od alkoholu (8 tygodni)
 - leczenie w dziennym oddziale psychiatrii (12 tygodni)

Przyjęcia bez skierowania.

AL- MED- med. Bożena Radzio psychiatra pracujący z młodzieżą

***Materiały zostały opracowane przez zespół pedagogów i psychologów
szkolnych powiatu wodzisławskiego***