

Lenka Říhová
z09920



Poruchy příjmu potravy

mentální anorexie, mentální bulimie,
záchvatovité přejídání

Poruchy příjmu potravy

- Psychická porucha
- Touha po štíhlosti, strach z tloušťky a nadměrná pozornost věnovaná vlastnímu vzhledu, tělesným proporcím a tělesné hmotnosti
- Značná část dospívajících dívek a mladých žen v ekonomicky vyspělých zemích – v ČR asi každá 20 dívek
- Porucha základní lidské potřeby – obživného pudu

Mentální anorexie

Mentální anorexie – příznaky psychické

- Duševní choroba charakterizovaná nadměrným strachem z tloušťky spojeným s úmyslným a nevhodným snižováním tělesné hmotnosti vedoucím k výrazné vyhublosti.

- Nesoustředěnost
- Podrážděnost
- Deprese
- Neurózy
- Plačtivost
- Výbušnost

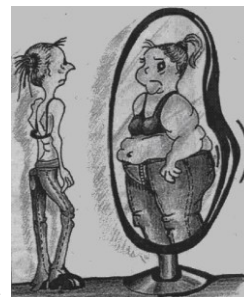


Mentální anorexie – příznaky somatické

Mentální anorexie - projevy

- Tělesná váha je pod normálem
- U dívek ztráta menstruace
- Nízký tlak
- Závratě
- Zimomřivost
- Snadný vznik modřin
- Denní kalorický příjem nižší než 1 000 kcal

- Používání menších talířů, malé porce jídel
- Odmitání některých potravin
- Neustálé vážení
- Zkreslené představy o vlastním těle
- Držení drastických diet
- Neustálé cvičení, tělesný pohyb
- Používání projímadel
- Odmitání potravy



Mentální anorexie - následky

Mentální anorexie – riziková skupina

- Nehojící se infekce
- Osteoporóza
- Padání vlasů, špatná pleť
- Lámavost nehtů
- Selhávání ledvin
- Poruchy spánku
- Kazivost zubů
- Vysoká pravděpodobnost neplodnosti
- Oslabená imunita
- Špatná termoregulace
- Sebevražedné sklony
- Sebepoškozující chování

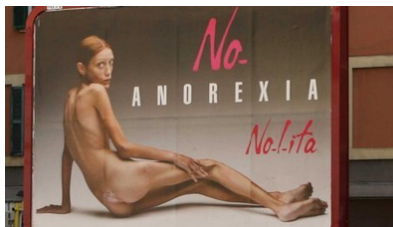
- 95 % lidí trpících MA jsou ženy
- Věk 12 – 18 let
- Velký vliv rodiny a sociálního prostředí – orientace na úspěch, výkon, sebeovládání
- Média - zdůrazňování ideálů krásy a kultu štíhlosti

Mentální anorexie – osobnost člověka

- Vysoké nároky na sebe i své okolí
- Ctižádostivost
- Soutěživost
- Nadměrná schopnost seberegulace (sebeovládání, sebekontrola)
- Úspěšnost
- Sklon k závislostem

Mentální anorexie a internet

- Pro-ana stránky
- Životní styl?



Jídelníček anorektičky

Snídaně: káva
Svačina: cola light
Oběd: bílý nízkotučný jogurt
Svačina: káva
Večeře: cola light
Tekutiny: 3 l vody, 2 l neslazeného čaje

Mentální bulimie

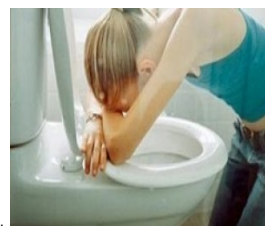
Porucha charakterizovaná především opakujícími se záchvaty přejídání, spojenými s přehnanou a nevhodnou kontrolou tělesné hmotnosti (opakující se hladovky, vyvolávané zvracení, zneužívání projímadel nebo nadměrné cvičení).

Mentální bulimie - příznaky

- Záchvaty přejídání následované přísnou dietou, zvracením, užíváním projímadel, diuretik nebo intenzivním cvičením
- Neustálý strach z tloušťky
- Strach jíst bez následujícího pročišťování nebo jiné kompenzace
- Strach ze ztráty sebeovládání, pokud jde o jídlo
- Deprese
- Pocity viny
- Odsuzování sebe sama po záchvatu přejídání
- Neobvyklé výkyvy tělesné hmotnosti
- Oteklé slinné žlázy /tvář vypadá odule/

Mentální bulimie - následky

- Únava
- Srdeční arytmie
- Perforace žaludku
- Průjmy, zácpy
- Špatná pleť
- Dehydratace
- Psychická labilita
- Bolesti v krku
- Nepravidelná menstruace
- Zvýšená kazivost zubu
- Závratě



Mentální bulimie – osobnost nemocného

- Stydí se za sebe, své tělo
- Pociťují k sobě odpor a nenávisť
- Svůj problém bere jako osobní selhání
- Podrážděnost, egocentričnost
- Sklony k depresím
- Stálé myšlenky na jídlo
- Nemocný si myslí, že zvracení jednoduše zruší účinek jídla, které snědl, aniž by po něm zůstala sebemenší stopa.

Záchvatovité přejídání

Neexistuje žádný jednoduchý test, pomocí kterého bychom mohli s určitostí zjistit, zda někdo trpí záchvatovitým přejídáním. Jedna z definic záchvatovitého přejídání uvádí, že celý den postižené osoby se točí kolem jídla. Téměř všechny její nejintenzivnější pocity - strach, pocit viny, očekávání, potěšení - souvisejí s jídlem.

Záchvatové přejídání - příznaky

- Nakupování a konzumování obrovského množství jídla
- Jedení i přes pocit plnosti
- Jídlo je odměnou za dobré pocity a konejší při negativním prožívání
- Zahánění frustrace, nervozity a nudy pomocí jídla

Záchvatové přejídání - příčiny

- Špatný denní režim
- Jídlo není reakcí na hlad (riziko reklam vzbuzujících chutí)
- Stres
- Psychické problémy



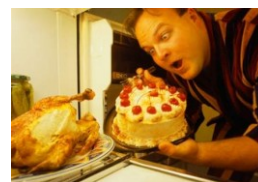
6.

Záchvatové přejídání - následky

- obezita
- diabetes mellitus (cukrovka)
- problémy se srdcem, s krevním oběhem, s tlakem
- náchylnost k infarktu myokardu
- náchylnost k mozkové mrtvici
- problémy s pohyblivostí
- nebezpečí vyústění choroby v další poruchy příjmu potravy - v anorexii či v bulimii

Záchvatové přejídání - osobnost nemocného

- **Problém není dán tělesnou hmotností, ale vztahem k jídlu**
- Převážně ženy – 85 % všech postižených
- Nervozita, strach, deprese
- Neustálé myšlenky na jídlo, shánění jídla
- Pocity nenávisťi k sobě i svému tělu



7.

Léčba poruch příjmu potravy

V terapii poruch příjmu potravy je hlavním cílem oslabit základní příznaky nemoci - změnit stávající stravovací návyky, snížit strach z tloušťky zmenšit obavy z jídla, zvýšit tělesnou hmotnost u život ohrožující vyhublosti, zmírnit zaujatost štíhlostí a jídlem.

Léčebné postupy

- **Hospitalizace a částečná hospitalizace** - tento způsob je žádoucí v případech, kdy je potřeba stabilizovat tělesný stav nemocných. Délka hospitalizace je v průměru dva až tři měsíce.
- **Ambulantní péče** - dělí se na ambulantní lékařskou péči a ambulantní psychoterapeutickou péči.

Terapeutické přístupy

- Kognitivně-behaviorální terapie (vedení záznamů o jídle, záchvatech přejídání, zvracení, změny schématu jídelního chování, sebezpozorování apod.)
- Interpersonální terapie (zjištění problémů, které vedly k rozvoji potíží s jídlem)
- Rodinná terapie (je vhodná pro velmi mladé pacienty a pacienty, kteří žijí v primární rodině)
- Psychodynamická a psychoanalytická terapie (zdůrazňuje význam nevědomých obsahů a fantazií, které ovlivňují prožívání, myšlení a chování pacienta)
- Skupinová terapie
- Jídelní skupiny (zaměřeny na zvládnutí postojů a chování spojených s jídlem)
- Skupiny pro rodinné příslušníky

Děkuji za pozornost!



8.

Zdroje:

- COHEN, R. M.: *Nejčastější psychické poruchy v klinické praxi*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-497-4.
- KRCH, F. D.: *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9.
- Anabell. ANABELL O.Š. *Občanské sdružení anabell* [online]. 2002 [cit. 2012-03-11]. Dostupné z: <http://www.anabell.cz/index.php>
- Poruchy příjmu potravy: Charakteristika. ICM NIDM MSMT. NICM: NÁRODNÍ INFORMAČNÍ CENTRUM PRO MLÁDEŽ [online]. 2005, 2009 [cit. 2012-04-04]. Dostupné z: <http://www.nicm.cz/poruchy-prijmu-potravy-charakteristika>
- Záchvatovitě přejídání. ICM NIDM MSMT. *Viscojis.cz/teens: Výživa a nemoci* [online]. 2005, 2009 [cit. 2012-04-04]. Dostupné z: http://www.viscojis.cz/teens/index.php?option=com_content&view=article&id=118:122&catid=68:poruchy-prijmu-otravny&Itemid=118
- Mentální anorexie a mentální bulimie: Psychické poruchy příjmu potravy. In: DRNKOVA, Ladislava. *RVP: Metodický portál* [online]. 2010 [cit. 2012-04-04]. Dostupné z: <http://dum.rvp.cz/materialy/mentalni-anorexie-a-mentalni-bulimie-4.html>

Zdroje obrázků

1. <http://absolventi.gymcheb.cz/2010/ngthanh/jablka.jpg>
2. http://indo5.jks.cz/899/808/5182e9bc9f_83919887_o2.jpg
3. <http://simonedebeauvoire.s.i.pic.centerblog.net/8qof124d.jpg>
4. http://media.novinky.cz/809/108098-top_foto2-gopiy.jpg
5. http://www.klinikazdravi.cz/repository/articles/big/_antialias_of380e7c-e200-102d-9c40-002048b979c8_e19741aa5a937e22a8d5270d192fff87.jpg
6. <http://static.prozeny.cz/images/stories/3-brezen/23/HLFcc-1520830826.jpg>
7. <http://i.idnes.cz/o8/051/gal/FRO22e5fc-AX040951.jpg>
8. http://s3.she.be/fr/imgpath/assets_img_she/2011/08/04/1939106/des-enfants-soignes-pour-anorexie-au-royaume-uni_1000x667.JPG