



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
[O výživě](#) 1. 7. 2015 | Mgr. Zuzana Douchová

Anorexie - hladová hrozba pro děti i dospělé

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Anorexie---hladova-hrozba-pro-deti-i-dospELE_s10010x9221.html

Mentální anorexie už není duševní poruchou pouze dospívajících dívek, ale touto zákeřnou nemocí začínají stále více trpět i děti a dospělé ženy. Posouvání věkové hranice na obě strany je alarmujícím příznakem dnešní doby, kdy se jídlo stává posedlostí.



Co je to anorexie?

Mentální anorexie **je charakterizována omezováním příjmu potravy až po úplné odmítání jídla a úmyslným snižováním hmotnosti.** Neléčená může končit smrtí (2-8 %) nebo přejít do chronické mentální anorexie (20-25 %), při které nemocní konzumují alespoň život udržující minimum potravy. **Mentální anorexie má závažné následky na fyzické a psychické zdraví a zásadně narušuje sociální život nemocného.** Nemoc je sice spojena s jídlem, tělem a hmotností, ale jde především o duševní poruchu. **Hladovějící tělo tak často může zobrazovat hladovějící duši.**

Tato nemoc je typickou poruchou pro období dospívání. Až 50 % dívek ve věku 13-14 let uvádí, že si přejí zhubnout! Příznaky anorexie však byly zaznamenány už i u dětí mladších 10 let! **Poměrně vysoká část**

dospívajících dívek vlastně ani neví, jaká by měla být jejich normální tělesná hmotnost, přiměřený jídelníček bez strachu z tloušťky a některá dietní omezení považují za samozřejmá. **Toto se však netýká pouze dospívajících dívek a dětí, ale také dospělých žen, které dietní chování, strach z určitých potravin a z nárůstu hmotnosti považují za přirozenou součást svého života.**

Proč k této nemoci dochází?

K nárůstu onemocnění zajisté přispívá **kultura zdůrazňující přílišnou štíhlost a různé diety jako vzor normálního chování**. Na počátku anorexie je v naprosté většině případů dieta! **Většina studií dokázala, že redukční diety zvyšují riziko vzniku MA nebo bulimie téměř až 8 krát!** Rozdíl mezi anorexií a dietním chováním je, že anorektička od určité chvíle nemůže ovládat své chování a sama s hubnutím přestat.



Mentální anorexie má svá diagnostická kritéria, avšak stále vzrůstá počet dívek a žen, které mají narušený vztah k jídlu a sobě samé a přesto nevykazují všechna kritéria pro mentální anorexii. Může jít tedy o

atypickou formu mentální anorexie. Často jejich váha může být v mezích normy, ale podstata, průběh a následky onemocnění zůstávají stejná. Nemusí tedy trpět výraznou podváhou, ale mohou mít silně narušený vztah k jídlu, řešit své emocionální potíže jídlem, dietami či excesivním cvičením. Anorexie je již extrémním vyjádřením patologického zacházení jídla a tělesné hmotnosti. Člověk však nemusí fyzicky dojít na pokraj svých sil, aby se dostal na své duševní dno.

Sebedestruktivní chování, posedlost jídlem a hmotností, nenávist vůči vlastnímu tělu, touha po kontrole jsou jednak projevy anorexie, ale v současné době součástí života stále většího počtu žen jakéhokoli věku a hmotnosti. **Na léčbu však není nikdy pozdě.**

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz