

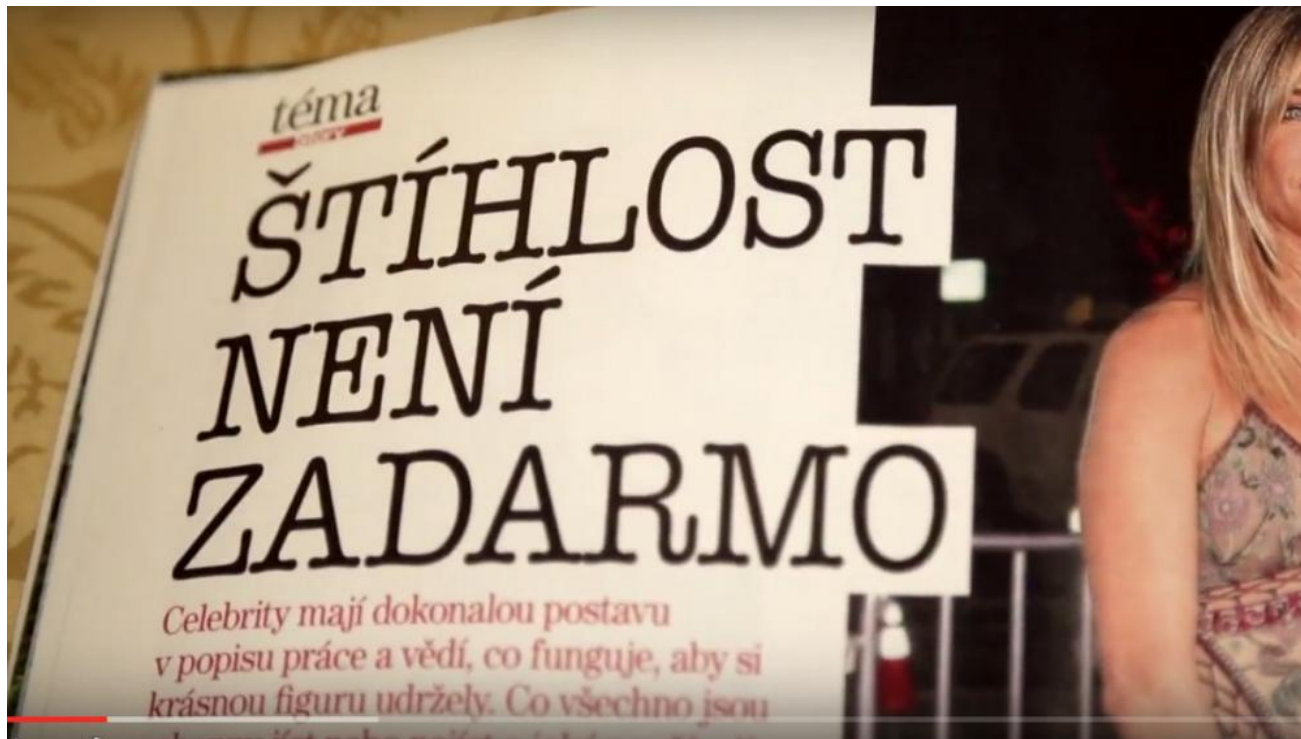


magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
[O zdraví](#) 10. 8. 2017 | vcj

Fandíme zdraví - Poruchy příjmu potravy

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Fandime-zdravi---Poruchy-prijmu-potravy__s10012x10544.html

Anorexie a mentální bulimie jsou zrádné přítelkyně. Štíhlá postava, která se měla stát příslibem šťastnější budoucnosti, se stává noční můrou. Základem je strach a nerealistické vnímání vlastní postavy. Nemocným se často daří hubnutí maskovat. Cesta zpátky bývá obtížná.



Základem je strach a nerealistické vnímání

Poruchy příjmu potravy (PPP) tvoří poměrně rozsáhlou skupinu onemocnění, jejichž **společným základem je strach - strach z tloušťky, nerealistické vnímání vlastní postavy** (vidí se obézní, ačkoli mají podváhu) **a patologické manipulování s jídlem** (vyhazování a skrývání jídla, přesouvání jídla na talíři,

jogurt jedí půl hodiny, apod.). PPP dostávají člověka do začarovaného kruhu hladovění, lhaní, prohlubujících se zdravotních potíží a závažných psychických problémů.

Postupně se vytrácí zájem o školu, přátele, koníčky, **svět se scvrkává na jedinou myšlenku a tou je tělesná hmotnost.** Cesta zpátky bývá dost obtížná, velmi záleží na včasném zachytu prvních příznaků. Nemocným se často dlouho daří hubnutí maskovat nošením volných oděvů, vyhýbáním se odhalování těla před členy rodiny, vyloučováním se na touhu jíst zdravěji, atd. Smutnou realitou je, že některým se nikdy nepodaří vyléčit a vyhladoví doslova ke smrti.

Nejčastější formy poruch příjmu potravy

- mentální anorexie (strach z jídla a odmítání jídla s cílem dosáhnout co největší štíhlosti)
- mentální bulimie (omezování se v jídle se střídá se záchvaty obrovského přejídání s následným zvracením a výčitkami)
- psychogenní přejídání (přejídání bez zvracení, vzestup hmotnosti)

Mentální anorexie se nejčastěji objevuje u dívek (desetkrát častěji než u chlapců) od třináctého roku věku, bulimie pak o něco později (asi od

patnáctého roku věku). Nicméně jsou známy případy u osmiletých dětí. **Až 6 % dospívajících vykazuje známky chování, které směřuje ke vzniku poruch příjmu potravy.** Na základě počtu hlášených případů se udává, že v ČR trpí PPP 1-2 % populace, převážně žen. Vzhledem k tomu, že čísla se týkají pouze hlášených případů, jedná se pravděpodobně pouze o špičku ledovce.

Zdravotní následky

Zdravotní následky hladovění jsou neméně závažné jako rizika nadměrné hmotnosti

- Citlivost na chlad
- Celková únavnost, svalová slabost a spavost
- Poruchy spánku
- Zažloutlá, suchá pleť
- Řídké vlasy bez lesku, lámající se
- Zvýšená kazivost zubů
- Zácpa v důsledky zpomalené činnosti střev
- Nepravidelná nebo chybějící menstruace
- Srdeční potíže, především poruchy srdečního rytmu a zpomalená tepová frekvence
- Odvápňení kostí, hrozí osteoporóza

- Oslabené celkové obranyschopnosti
- V důsledky vyhladovění pocity slabosti, poct na omdlení, dvojité vidění, bolesti hlavy

Copyright © 2023

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