

## **Poruchy příjmu potravy, jak poznat rizika, počátky onemocnění a jaké jsou první kroky v pomoci**

Hana Papežová

Poruchy příjmu potravy jsou považovány spektrum patologického jídelního chování. Patří sem Anorexia Nervosa (AN) s různým stupněm podvýživy, vymizením menstruace a psychologickými, sociálními a zdravotními následky malnutrice. Dívky (většinou se jedná o dívky) s anorexií hubnou a úbytek hmotnosti se snaží zamaskovat. Navzdory snížené hmotnosti se cítí čilé a často jsou i velmi hyperaktivní, neúměrně cvičí, běhají, často tajně. Mohou používat i různé další způsoby na redukci přijatých kalorií, jako je zvracení, projímadla, dietní preparáty, látky na odvodnění organismu. Takové formy anorexie nazýváme anorexií purgativní a z hlediska zdravotního je rizikovější. Další častou diagnózou je Bulimia Nervosa (BN) s hmotností v normálním váhovém rozmezím. Dívky jsou orientované na svou postavu, jsou s ní nespokojené, chtějí být štíhlejší, drží diety a pak se přejídají potravinami, které si v normálním jídle zakazují a zvrací. Často po jídle odcházejí do koupelny, někdy po nich zůstávají zbytky jídla v různých skrýších. Dokážou sníst velké množství potravy a zůstávají štíhlé. Tyto dvě hlavní skupiny mohou mít i atypické formy (nesplňují všechna diagnostická kritéria), léčí se však stejně. Další diagnózou spektra poruch příjmu potravy je psychogenní přejídání a noční přejídání, které může vést k obezitě. Pacientky často přicházejí až po nárůstu hmotnosti. Jednotlivé diagnostické jednotky mohou do určité míry přecházet jedna v druhou. Dívky často dlouho ze studu onemocnění tají a odmítají pomoc a léčbu. Onemocnění je multifaktoriální, vzniká kombinací biologických i psychosociálních faktorů. Preventivní opatření by měla být založena na kvalitním rozpoznání rizikových faktorů a jejich vzájemném působení. Práce pak vyžaduje spolupráci nejen s odborníky ze zdravotnictví, ale i s těmi (pedagogové, trenéři), kteří pracují s rizikovou populací (adolescenti, studenti baletních a modelingových a sportovních škol). Včasné rozpoznání příznaků a vhodně zvolené následné kroky mohou být pro průběh onemocnění důležité (např. psychoedukace, odkaz na internetové stránky např. [www.idealni.cz](http://www.idealni.cz), doporučení normálního jídelního chování a vysvětlení závažných psychologických zdravotních i sociálních rizik dietního chování a hladovění a touhy po nepřiměřené štíhlosti). Postupy vhodné pro danou pacientku se řídí jejím věkem a zralostí, rodinným zázemím, tak aby co nejpříznivěji ovlivnily nedostatek motivace a náhledu na povahu potíží. Přednáška je zaměřena na faktory, které ovlivňují volbu adekvátního postupu při rozpoznání a prvním kontaktu s jedincem ohroženým poruchou příjmu potravy.