

MOTNJE HRANJENJA

Zadnje čase se predvsem v raznih medijih in revijah veliko govori o motnjah prehranjevanja. Ta problem se pojavi tudi skoraj v vsaki rubriki kjer obravnavajo probleme najstnikov in najstnic. Te motnje prizadanejo predvsem ženske, večinoma v predadolescentni in adolescentni dobi. Tri glavne bolezni so anoreksija, bulimija in kompulzivno prenažedanje. Zdnje čase lahko v revijah celo preberemo kako si najstnice želiyo zboleti za temi boleznimi. Motnje hranjenja lahko razumemo kot:

- mehanizem izogibanja. Z usmerjanjem energije v hrano se bolnice izogibajo soočenju z življenjskimi problemi,
- način reševanja problemov, ki se sicer zdijo nerešljivi
- način kontrole nad lastnim telesom oz. življenjskimi situacijami nasploh, kjer se bolnicam zdi, da jih kontrolirajo drugi
- reakcija na nerazrešene konflikte oz. strese iz ranega otroštva

Leta 1997 je bilo v različne bolnišnice po Sloveniji zaradi motenj prehranjevanja (bulimija, anoreksija, bruhanje, povezano z duševnimi motnjami, prenažedanje v zvezi z drugimi psihološkimi motnjami in druge motnje prehranjevanja) sprejetih 96 pacientov (od tega 62 zaradi anoreksije 17 pa zaradi bulimije), leto kasneje pa že 110 (od tega 80 zaradi anoreksije in 21 zaradi bulimije).

ANOREKSIJA (ANOREXIA NERVOSA)

Dobesedno to pomeni izgubo apetita zaradi dušenih razlogov. Ime samo pa je napačno in zavaja, ker bolnice nikakor ne trpijo zaradi izgube apetita. Kar pa res izgubijo je občutek, da lahko potešijo svoj apetit. Anorexia nervosa je bolezenski sindrom, katerega glavna značilnost je namerno stradanje-zaželeno stanje pa ekstremna suhost.

Anoreksija v glavnem prizadane najstnice v družinah, kjer je (šolska) uspešnost zelo cenjena. Seveda pa lahko zbolijo tudi osebe moškega spola, bolezen pa se pojavi tudi v drugih starostnih obdobjih.

O pogostnosti govorimo zelo težko, ker lahko ostane bolezen prikrita in neprepoznavna. statistične raziskave kažejo, med deklicami starimi 14-18 let, zboli ena izmed 200 -ih. Delež je bistveno večji med baletkami, študentkami mode in stevardesami, skratka pri poklicih, kjer velikega pomena tudi zunanji videz.

Glavni simptom je neustavljiva želja po suhosti s stradanjem in strahom pred debelostjo. Drugi simptomi so še:

- pomembna izguba teže
- izkrivljena predstava o teži in lastnem telesu
- izguba menstruacije
- motnje spanja
- slaba cirkulacija
- pogosto jih zebe
- poraslost z dlakami
- bruhanje, jemanje odvajal
- izolacija

- perfekcionizem in obsesije

KAKO DEKLETA Z ANOREXIO NERVOSO DOŽIVLJAJO SEBE IN SVOJE PROBLEME ?

1. Na zunaj in od daleč so videti učinkovite, samozavestne in odločne, ko pa jih bolje spoznamo so plašne in prestrašene. Mislijo, da vse kar storijo ni dovolj dobro.
2. Veliko se ukvarjajo z uspehom in uspešnostjo. Želijo biti popolne v vsem, vendar v svojih očeh niso dovolj uspešne, lepe in sposobne. Mislijo, da jih take vidijo tudi njihovi starši in prijatelji. Zahteve in cilji, ki si jih predstavljajo so pogosto nedosegljivi in nerealni. Potem jih ne dosežejo in so nesrečne ter doživljajo uničujoč občutek neuspešnosti.
3. Lastno telo ali dele telesa in telesno težo doživljajo izkrivljeno. Počutijo se predebele, čeprav so shirane.
4. Anoreksična dekleta so pogosto dekleta lepega vedenja, ki redko povzročajo težave doma in v šoli.
Šolska uspešnost, perfekcionizem in obsesivne poteze so zanje značilne. Ko se potem srečujejo s stresi in obremenitvami, ki jim niso kos se zatečejo k anoreksiji, ki je nadomestitev za neizpolnjene cilje
5. Z usmerjanjem vse obstoječe energije v doseg suhosti se ne ukvarjajo z pravimi dejanskimi problemi.
6. Pogosto so zelo natančne in izjemno kritične do bratov in sester in jih nenehno opominjajo, še največkrat zaradi prehranjevanja, ki je po mnjihovem mnenju pri katerem izmed njih ni vredu.

Pogosto se bolezen pojavi, najprej z nedoločno željo po izgubi parih kilogramov in s hujšanjem, potem pa vse to preraste v obsedenost s svojo težo in celim zunanjim izgledom.

Bolezen se ponavadi prične s pasivno obliko, to je s preprostim zavračanjem hrane. Pozneje lahko začnejo jemati tudi odvajala, klistirje in podobne zadeve. Potem pa ko je organizem že oslavljen, se začne drastično omejevanje hrane. Najprej je bolj prikrito in varljivo. Dekleta se pritožujejo zaradi pomanjkanja apetita, želodčnih težav in slabosti. Ne upoštevajo normalnih obrokov in se izogibajo hranjenju z drugimi ljudmi. Včasih predvsem, kadar je bolezen že kronična stradanje prekinijo napadi bulimije, med katerimi bolnice izropajo hladilnik in jedo vse nrez izbire. O svojem hranjenju ne govorijo. Nihče ne ve koliko in kdaj so jedle.

Bolezen je lahko življenjsko ogrožujoča, čimprej jo opazimo tem boljše je. Problem, pri tem je, da najstnice to pogosto skrivajo in se sploh ne zavedajo v kakšni nevarnosti so. Okrevanje je ponavadi počasno in dolgo, mogoče je tudi popolno ozdravljenje, če je seveda najstnica zato in če zdravljenje poteka pri za to usposobljenih specialistih. Domače siljenje s hrano, grožnje in podobne zadeve bodo opravile bolj malo.

Neko dekle je takole poskušala razložiti svoje vedenje:

"MORALA SEM ČUTITI BOLEČINO,

DA SEM OBČUTILA,
DA SEM,
DA OBSTAJAM"

Tu pa je še zgodba dekleta, ki je imela anoreksijo: