

Νευρική Βουλημία



Όταν καταπίνεις αυτά που
αισθάνεσαι και αποβάλεις
αυτά που θες να πεις....



www.keadd.gr



Οι καταστάσεις όπου το άτομο εμφανίζει διαταραγμένη σχέση με το φαγητό ονομάζονται διατροφικές διαταραχές και χαρακτηρίζονται από υπερβολική ενασχόληση με το φαγητό, το βάρος και την εξωτερική εμφάνιση οδηγώντας σε επικίνδυνες και μη λειτουργικές συμπεριφορές.

Μία από αυτές τις διαταραχές είναι η νευρική βουλιμία, όπου το άτομο καταναλώνει αντικειμενικά μεγάλη ποσότητα τροφής, την οποία στη συνέχεια «ξεφορτώνεται» με διάφορους τρόπους, όπως κάνοντας εμετό, λαμβάνοντας καθαρικά χάπια, κάνοντας υπεργυμναστική ή ακολουθώντας αυστηρές δίαιτες.

Νευρική Βουλιμία

Τα άτομα χρησιμοποιούν εκκαθαριστικούς τρόπους (καθαρτικά ή διουρητικά χάπια, εμετό, υπεργυμναστική, αστία και αυστηρές δίαιτες) για να αντισταθμίσουν την πρόσληψη τροφής.

Η μεταβολή στο βάρος του πάσχοντος καθορίζει την συμπεριφορά του αλλά και την αυτοεκτίμησή του.

Οι ασθενείς επιδίδονται σε συνεχείς δίαιτες, εμφανίζουν υπερφαγία, οδηγούνται σε εκκαθαριστικές συμπεριφορές και ξανά σε δίαιτα μπαίνοντας σε έναν φαύλο κύκλο που μπορεί να κρατήσει χρόνια.

Διαγνωστικά Κριτήρια:

- Συχνά επεισόδια υπερφαγίας, όπου το άτομο κάνει τον έλεγχο και τρώει μεγάλες ποσότητες τροφής
- Ακατάλληλες αντισταθμιστικές συμπεριφορές
- Τα επεισόδια υπερφαγίας και οι αντισταθμιστικές συμπεριφορές συμβαίνουν τουλάχιστον 1 φορά την εβδομάδα για 3 μήνες



Σημάδια αναγνώρισης

- Υπερφαγία χωρίς αύξηση ή με διακυμάνσεις στο βάρος
- Κρύψιμο – εξαφάνιση φαγητού
- Επίσκεψη τουαλέτας αμέσως μετά τα γεύματα
- Κατάθλιψη / θυμός / άγχος / ευερεθιστότητα
- Υπολείμματα συσκευασίας τροφίμων ή εμετού
- Συσκευασίες καθαρτικών / διουρητικών
- Το άτομο δεν είναι λειτουργικό αν δεν κάνει υπερφαγικό επεισόδιο και εκκαθάριση

Πρόκειται για μια πολύ κρυφή ασθένεια. Το άτομο μπορεί να πάσχει για χρόνια χωρίς να το γνωρίζει κανένας από το περιβάλλον του.

Πολλοί ασθενείς χρησιμοποιούν την άσκηση για να διαχειριστούν τα υπερφαγικά επεισόδια. Όταν όμως η άσκηση γίνεται υπερβολική και παρεμποδίζει άλλες δραστηριότητες ή πραγματοποιείται ενώ το άτομο είναι τραυματισμένο, αποτελεί επίσης ένα χαρακτηριστικό διατροφικής διαταραχής.

Επιπτώσεις

Η νευρική βουλιμία είναι μια πολύ επικίνδυνη ασθένεια με πολλές και σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία, όπως:

- Καρδιακές αρρυθμίες
- Υπόταση - Υπέρταση
- Έμφραγμα
- Εγκεφαλικό
- Κατακράτηση υγρών
- Οστεοπόρωση
- Διαταραχές θυρεοειδούς
- Διαταραχές εμμηνορρυσίας
- Κατάθλιψη
- Προβλήματα μνήμης
- Αδυναμία συγκέντρωσης
- Οξυθυμία
- Οδοντική διάβρωση
- Οισοφαγίτιδα
- Γαστρορραγία
- Δυσκοιλιότητα - Διάρροια
- Απόφραξη εντέρου

Θεραπεία

Το άτομο με νευρική βουλιμία είναι συχνά περισσότερο πρόθυμο να ακολουθήσει θεραπεία δεδομένου ότι βιώνει πολύ άσχημα συναισθήματα μέσα στον φαύλο κύκλο της ασθένειας.

Η θεραπεία της νευρικής βουλιμίας θα πρέπει να ξεκινήσει με τη διατροφική αποκατάσταση, ώστε να αποκατασταθούν οι πολλαπλές διατροφικές ελλείψεις και να μπορέσει το άτομο να ακολουθήσει στη συνέχεια συστηματική θεραπεία. Η ισορροπημένη διατροφή έχει μεγάλη σημασία για την έκβαση της θεραπείας καθώς ένας υποσιτισμένος εγκέφαλος δεν μπορεί να ανταπεξέλθει στη ψυχοθεραπεία.

Η μείωση των εκκαθαριστικών συμπεριφορών καθώς και οποιασδήποτε προσπάθειας μείωσης του βάρους είναι από τα πρώτα σημεία που πρέπει να διαχειριστούν.

Η συνεργασία εξειδικευμένου διαιτολόγου και εξειδικευμένου ψυχολόγου είναι απαραίτητη ώστε να εξασφαλίζεται η ολιστική προσέγγιση στο πρόβλημα το οποίο έχει τόσο βιολογική/σωματική όσο και ψυχολογική/συναισθηματική διάσταση. Η συνεργασία με ιατρό είναι συχνά απαραίτητη, ιδιαίτερα για τον έλεγχο των ηλεκτρολυτών και της καρδιακής λειτουργίας.

Για περισσότερες πληροφορίες ανατρέξτε στην ιστοσελίδα του Κέντρου Έκπαίδευσης και Αντιμετώπισης Διατροφικών Διαταραχών

www.keadd.gr

Wish
Προϊόντα
Υγιεινής Διατροφής

www.wish-snacks.gr