Болезнь 21 века: анорексия

День борьбы с анорексией отмечается ежегодно во всем мире 16 ноября. Этот день призван напомнить людям о важности признания себя, своих форм и фигуры такими, какие они есть, несмотря на навязываемые глянцевыми журналами и миром моды стандарты красоты.

Давайте попробуем разобраться в этой напасти 21 века, которой страдают тысячи девочек (а иногда и мальчиков) по всему миру. Оказывается, слово «анорексия» буквально означает «отсутствие аппетита». С 1990 года врачи стали предпринимать неудачные попытки «вылечить» звезд шоу-индустрии от необоснованного и опасного для жизни желания терять вес, соответствуя модным стандартам, пока не перестали относиться к этому явлению как к физическому заболеванию.

Тогда и возникло понятие нервной анорексии. Это психическое расстройство, при котором у человека искажается восприятие своего тела и возникает патологический, необоснованный страх ожирения. Люди с данной патологией не просто стремятся к стройности, они отказываются поддерживать нормальный вес тела, стремясь похудеть как можно сильнее любыми методами. Это заболевание с высоким – до 20% случаев – уровнем смертности.

С 2005 года к проблеме обращено пристальное внимание общественности во всем мире. В индустрии красоты и моды стали уходить от привычных худощавых моделей. Однако, проблема успела распространиться на все общество, прежде всего (в 95% случаев) на женщин. По статистике, около 15% активно худеющих девушек и женщин доводят себя до анорексии.

Часто страх ожирения возникает в подростковом возрасте на фоне чувства неуверенности в себе. Предпосылками для развития анорексии также являются эндокринные расстройства и дисфункции нейромедиаторов, регулирующих пищевое поведение, – дофамина, серотонина и норадреналина. Учёные отмечают наличие генетической предрасположенности к данной патологии. К факторам риска относятся и среда, например, если члены семьи страдают ожирением, алкоголизмом или наркотической зависимостью.

День борьбы с анорексией напоминает людям о важности обратиться к врачу при нарушениях пищевого поведения и индексе массе тела 17,5 и ниже. Но важно быть внимательным не только к себе, но и близким. Обратите внимание на свое окружение. О наличии проблемы могут сказать излишнее внимание человека к внешности и весу, сравнения с другими людьми (моделями и публичными личностями), отказ от еды, угнетенное состояние и перепады настроения. Самому пациенту бывает сложно увидеть и признать проблему, зачастую он отрицает ухудшение своего психического и физического здоровья.

Лечение нервной анорексии требует комплексного подхода.

Это всегда:
– сбалансированное питание для возвращения нормальной массы тела;
– медикаментозная терапия для восстановления работы внутренних органов;
– курс психотерапии для поиска внутренней гармонии.

Ключевым факторами на пути к выздоровлению больного анорексией является поддержка близких людей и помощь в признании пациентом особенностей своего тела и стимулирование к здоровому образу жизни.

Источник: МЕДИНФО72.