

# Анорексия

**-это отказ от приема пищи при сохранении аппетита под влиянием психопатологических расстройств.**



**Анорексия – это не игра, не клуб, к членам которого можно присоединиться. Только тогда, когда ею заболеваешь, осознаешь, какие несчастья, страдания и опасности несет с собой эта болезнь.**

**Анорексия – это страшная болезнь века.**

**" Этим утром я решила перестать есть»  
Жюстин**



# Признаки анорексии



- Вес тела сохраняется на уровне как минимум на 15 %;
- Вызывание у себя рвоты, прием слабительных средств, чрезмерные гимнастические упражнения, использование средств, подавляющих аппетит;
- Искажение образа своего тела принимает специфическую психопатологическую форму, при которой страх перед ожирением сохраняется в качестве навязчивой идеи;
- Общее эндокринное расстройство;
- При пубертатного периоде задерживаются рост.
- Постоянное ощущение полноты.
- Нарушения сна.
- Панический страх поправиться.
- Депрессивность.
- Необоснованный гнев, чувство обиды.
- Увлечение темами, связанными с едой: внезапно появившийся интерес к приготовлению пищи, коллекционирование рецептов
- Изменения в социальной и семейной жизни: нежелание присутствовать на встречах и общих трапезах, прекращение общения с близкими
- Изменения в поведении: раздражительность и грусть, сменяющие эйфорию; пониженная активность.
- Проблемы с менструальным циклом
- Сердечная аритмия
- Постоянная слабость
- Мышечные спазмы



DON'T LET EATING BECOMES A TORTURE.

GENERALITAT  
VALENCIANA  
CONSSELLERIA DE SANYDAD  
AGANST ANOREXIA

- **Изменение пищевого поведения:**
- Диета
- Строго ограниченное питание
- Питание только некоторыми низкокалорийными продуктами
- Запрет на «плохие» продукты, такие как углеводы и жиры
- Одержимость калориями, граммами жира
- Чтение этикетки, взвешивание порций
- Ведение пищевого дневника
- Выбрасывание пищи, чтобы ее не употреблять
- Отговорки, чтобы не есть («Я уже плотно пообедала»)
- Озабоченность питанием, постоянные мысли о еде.
- Странные ритуалы или скрытые приемы пищи
- Использование таблеток для похудения
- Злоупотребление препаратами для подавления аппетита
- Частое исчезновение после приема пищи или посещения туалета
- Пускание воды, чтобы скрыть звуки рвоты
- Компulsive действия, направленные на сжигание калорий

# Зачем же нужна анорексия?

- Анорексия является необходимой в вашей жизни. Например, сказав «нет» питанию, вы получаете преимущества от голода, контроль размера одежды помогает вам чувствовать себя сильной и успешной. Вы можете даже наслаждаться муками голода, как напоминанием об «особом таланте», что большинству людей не по силам.
- Анорексия также может быть способом отвлечь себя от негативных эмоций. Когда вы проводите большую часть своего времени, думая о еде, диетах и потере веса.
- К сожалению, любое удовлетворение, которое вы получаете от голода или потери килограммов крайне недолговечно. Диеты и потеря веса не могут исправить негативную самооценку лежащую в основе а



# Последствия анорексии



Может быть **опухоль мозга**, нарушающая баланс гормонов гипоталамуса или гипофиза

В результате снижения веса перестраиваются обменные процессы, возникает **аменорея**.

**Нарушения работы сердечно-сосудистой системы.**

**Нарушения кожи:** выпадение волос; сухая кожа; появление мелких волос на лице; нарушение структуры ногтей.

**Нарушения работы пищеварительной системы:** судорожные боли желудка; тошнота; отеки брюшной полости;

**Нарушения работы эндокринной системы, например:** замедление обмена веществ, аменорея и неспособность зачать.

- **Прочие последствия:** остеопороз и частые, болезненные переломы костей, позвонков, уменьшение массы мозга.
- **Психические последствия:** неспособность сосредоточиться; депрессия; обсессивно-компульсивное расстройство; самоубийство.

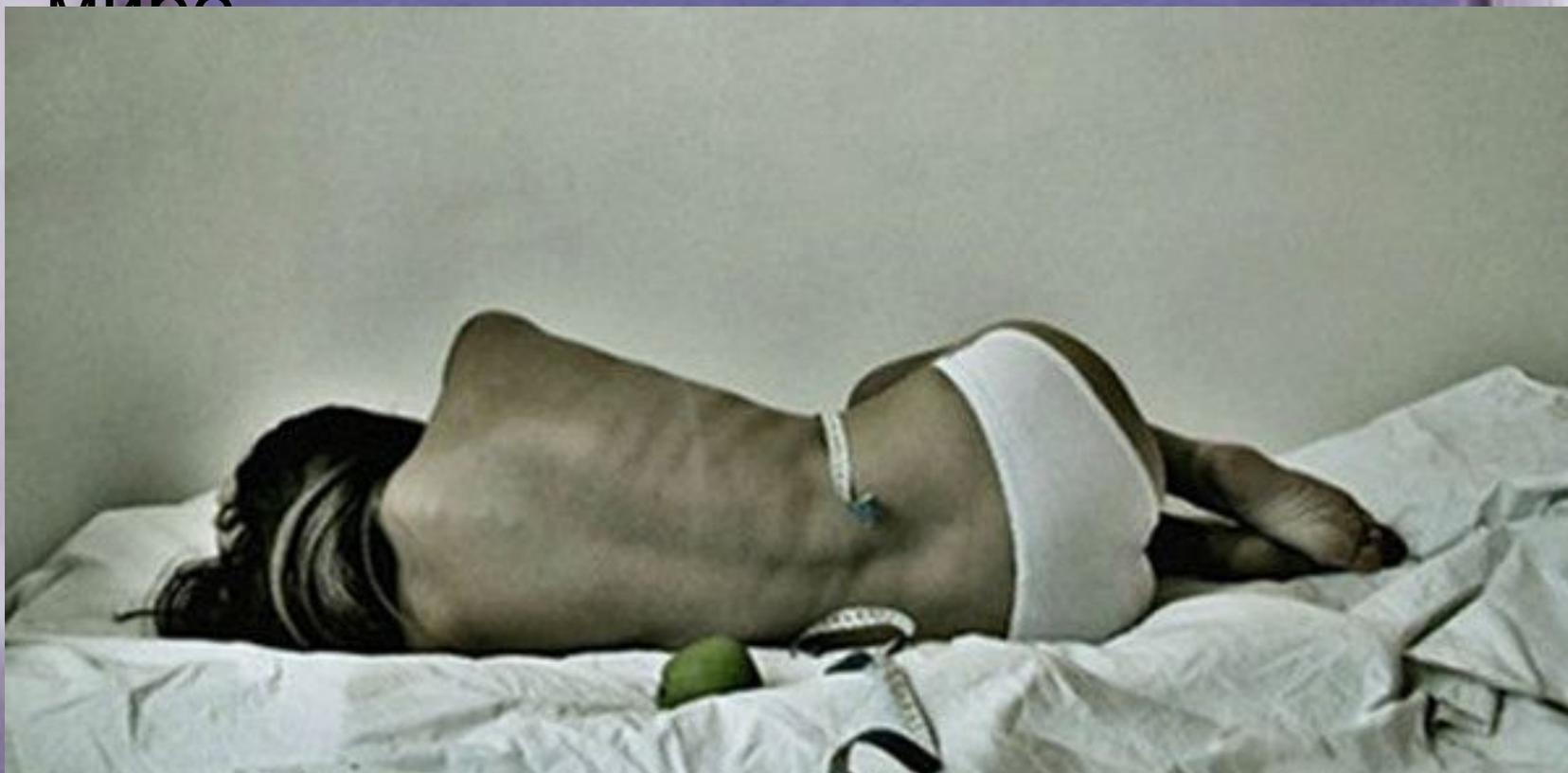
# Стадии заболевания

- *Дисморфоманически  
й*
- *Аноректический*
- *Кахектический*



# Лечение анорексии

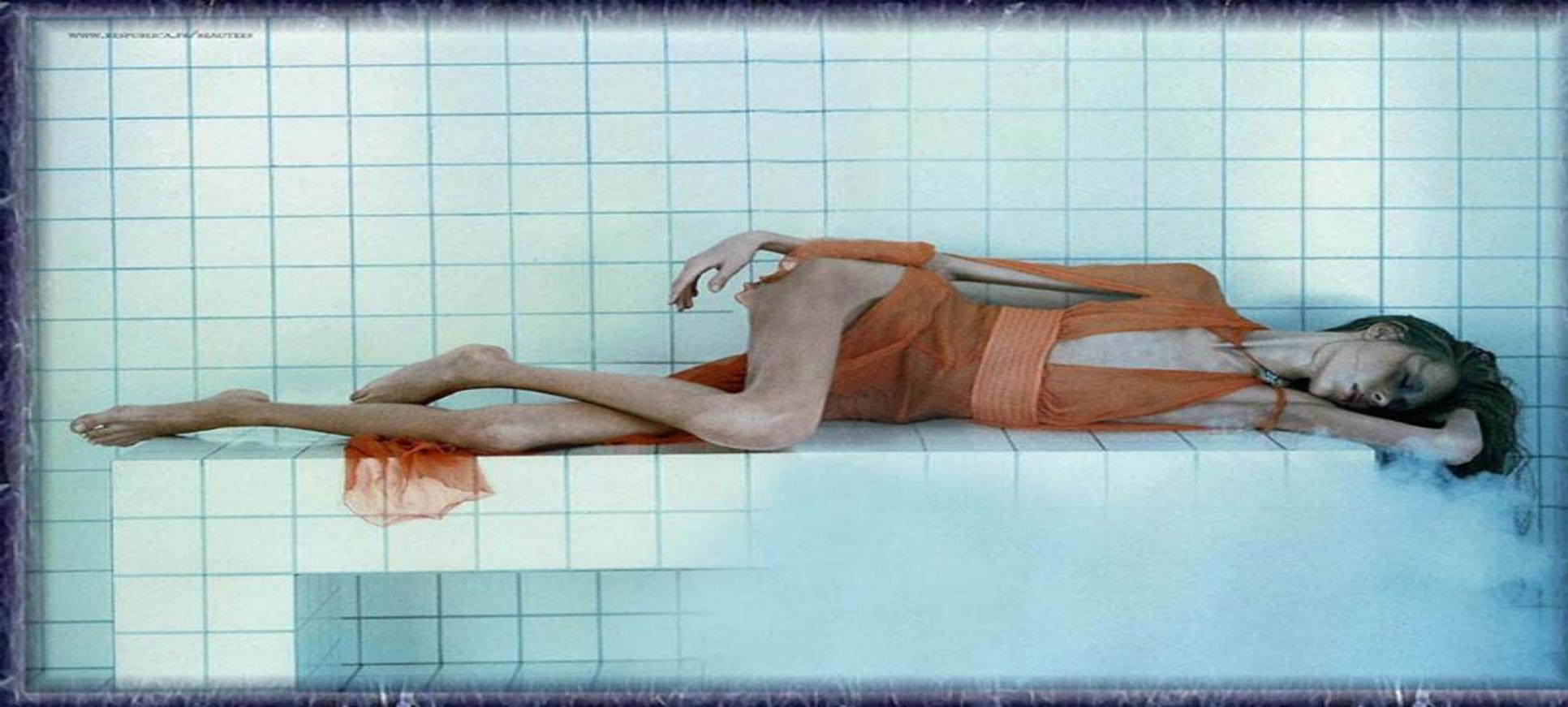
- 1) Возвращение к здоровому весу
- 2) Возвращение к полноценному питанию
- 3) Изменение представления о себе и мире



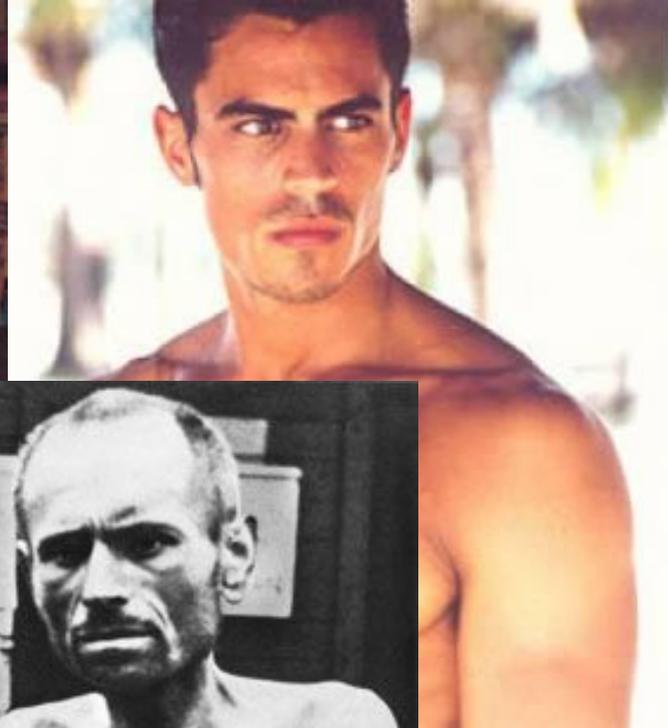
# Исход болезни

- Выздоровление.
- Рецидивирующее (возобновляющееся) течение.
- Смерть в результате необратимых изменений внутренних органов. По статистике летальность больных анорексией составляет 5—10 %.





- Многие подростки пытаются заболеть анорексией, думая что это модно, красиво, круто. Но это не грипп, это психическая болезнь, которая может постигнуть человека неожиданно, он даже не заметит этого, и вылечиться будет очень сложно.
- Какова бы ни была причина данной болезни, человек, страдающий ею, нуждается в помощи – и близких, и врачей. Не каждый способен осознать, что кривое зеркало – это только иллюзия, и примета, согласно которой разбитое зеркало приносит несчастье, в подобном случае не работает. «Кривое зеркало» надо разбить, иначе последствия будут очень печальными.



**Многие подростки пытаются заболеть анорексией, думая что это модно, красиво, считая что это круто. Но это не грипп, это психическая болезнь, которая может постигнуть человека неожиданно, он даже не заметит этого, и вылечиться будет очень сложно.**

**Мучительные ежедневные мысли о еде, о том как бы не съесть чего лишнего, как бы не наткнуться на этого «врага» ужасно мучает анорексиков. Они помешаны на продуктах, калориях, весе. Каждый килограмм, это большой стресс, нервный срыв для больного.**

**Прежде чем ограничивать себя в еде, подумайте о последствиях ваших действий, о результатах того чего вы можете достигнуть.**

**Анорексия – это страшная болезнь века.**

**Какова бы ни была причина данной болезни, человек, страдающий ею, нуждается в помощи – и близких, и врачей. Не каждый способен осознать, что кривое зеркало – это только иллюзия, и примета, согласно которой разбитое зеркало приносит несчастье, в подобном случае не работает. «Кривое зеркало» надо разбить, иначе последствия будут очень печальными.**

КОНЕЦ.

