

Mentálna anorexia v ambulantnej starostlivosti

Mgr. Viktória Lukacková, Humenné
Mgr. Jaroslava Lunterová, Revúca



...Už ráno sa však budím s myšlienkou čo budem jesť, predstavujem si čo dobré si spravím alebo kúpim. Ako náhle sa však najem, čo i len jedného celozrnného chleba s tuniakom, mám také výčitky svedomia, že mám pokazenú náladu a hnevám sa na seba. Som stále v začarovanom kruhu- v ktorom jedlo milujem a zároveň nenávidím. Chcela by som byť na tom tak ako pred rokmi, keď som sa dokázala normálne najesť, bez toho aby som neustále premýšľala, čo budem jesť, čo jem, a prečo som to zase jedla....

Prešla som si tiež svojim ťažkým obdobím. Pri výške 160 cm som mala 43,5 kg! Teraz som na tom pomerne lepšie, už mám 47,5 kg. Ale celý môj deň sa točí len okolo jedla. Čo si môžem dať, čo by som nemala....Keď to nevydržím a dám si kúsok sladkého koláčika, tak 2 dni sa nemôžem na seba ani pozrieť do zrkadla, pripadám si že som z neho pribrala a je to na mne vidieť.

Viem že je to blbosť, plne si uvedomujem svoje hlúpe správanie, ved' nie som žiadna školáčka ktorá chce byť štíhla ako modelky v časopisoch. Mám už po 30-ke, mám 2 deti a predsa sa chovám ako pubertiačka. Je to proste silnejšie ako ja! Už by som asi mala mať rozum vo svojom veku, ale fakt mi to nejde...som zo seba nešťastná.

Biochemické ukazovatele stavu výživy:

- Sérový albumín: 35 g/l
- Sérový transferín: 2 - 4 g/l
- Sérový hemoglobín: ženy 115 - 165 g/l.,
muži 130 - 180 g/l



Mentálna anorexia

- vedomé odmietanie potravy zo strachu pred obezitou,
- u pacientov vzniká porucha predstavy o sebe, svoju vychudnutosť vnímajú ako želaný a žiadúci stav a neprijímajú racionálne argumenty okolia.
- telesná hmotnosť sa udržiava najmenej 15 % pod predpokladanou hmotnosťou alebo je BMI 17,5 a menej.



Mentálna anorexia

- prvýkrát diagnostikovaná oficiálne v roku 1873, jej príznaky údajne pozorované už o 300 rokov skôr
- počet chorých na toto ochorenie vzrástol po II. svetovej vojne
- príčinou vzniku sú multifaktoriálne vplyvy - individuálne príčiny spojené s biologickým a psychosociálnym dospelievaním, sociokultúrne vplyvy, hodnotová orientácia, móda, reklama, preferovaný image tela.



Priemerná žena


dnes meria 160 cm a váži 66 kg.

Priemerná modelka

meria 180 cm a váži 50 kg.




Príznaky anorexie:

- obmedzovanie sa v jedle prísnou diétou, alebo hladovaním,
 - extrémne schudnutie, alebo výkyvy na váhe,
 - chová sa čudne pri jedle,
 - je posadnutá strachom z tučnosti aj pri nízkej váhe,
 - stále sa zaoberá jedlom, váhou a rozpráva o tom,
 - často tvrdo cvičí,
 - nedostavuje sa menštruácia,
 - vyhýba sa ostatným, známky tajnostkárstva,
- 

- trpí emocionálnymi zmenami,
- prejedá sa pri hneve, nervozite, vzrušení
- zneužíva diuretiká, tabletky znižujúce chuť do jedla, preháňadlá,
- vypadávajú vlasy, lámu sa nechty, evidentné je hustejšie ochlpenie,
- typická je suchá, šupinatá koža, rednutie kostí,
- zmeny hladiny hormónov v krvi,
- môže byť zvýšený záujem o recepty, varenie pre svojich blízkych,
- učitelia ju posudzujú ako vzornú, disciplinovanú žiačku


Pri posudzovaní zdravotného stavu sestrou v ambulancii praktického lekára pre deti a dorast

- rozhodujúci úbytok hmotnosti o 25 % pôvodného stavu
 - amenorea, hypotermia, bradykardia, metabolické zmeny, opuchy, ochlpenie tela podobné lanugu
 - narušená interakcia v rámci rodinných vzťahov
 - evidentné zvýšené nároky rodičov na dieťa, perfekcionizmus a vysoké ambície a ašpirácie rodičov
- 

Liečba

- Kauzálna liečba neexistuje.
- Nefarmakologická liečba: režimová terapia, realimentácia, dietoterapia, individuálna, skupinová a rodinná psychoterapia, relaxácia, edukácia rodiny a podporných osôb.
- Konzultácia s psychiatrom a následná hospitalizácia.
- Hrozí manipulácia s jedlom aj počas hospitalizácie (pridruženie bulimie), čo výrazne negatívne ovplyvňuje terapeutický proces.

Preventívna starostlivosť

- jest' v príjemnom a nerušenom prostredí,
 - povzbudzovanie k jedeniu dieťaťa samostatne,
 - dieťaťu dávať menšie porcie jedla,
 - ak dieťa prejaví nechut' k určitému jedlu - jedlo odložiť a ponúknuť neskôr, alebo v inej forme
 - nevyjadrovať svoju nechut' k jedlám pred dieťaťom
 - pri kŕmení a jedení postupovať uvoľnene
 - dieťa za jedenie nepodplácať, ani neodmeňovať
 - kontrolovať priberanie (medzi 1.-5. rokom 2,3 každoročne)
- 

Vďaka za pozornosť.

