



РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Основные расстройства пищевого поведения - нервная анорексия,
нервная булимия и чрезмерная забота о собственной фигуре.
На сегодняшний день больше половины людей не довольны своей
внешностью.





Стремление следить за своей фигурой вполне естественно, если оно не приобретает навязчивый характер и не подчиняет себе весь образ жизни человека. Однако, в современном обществе рынок переполнен чрезвычайно разнообразными и соблазнительными продуктами

ПИТАНИЯ



Одновременно с этим пропагандируется утрированный идеал стройности, который отдает предпочтение худому, плоскому телу. Девушки и женщины особенно сильно подвергаются давлению этого идеала стройности и пытаются ему соответствовать. В результате некоторые люди связывают свои жизненные неудачи с «плохой» внешностью, они недовольны собой, подавлены и депрессивны.

Нервная анорексия представляет собой стойкий отказ от пищи, чаще с целью коррекции внешности в связи с убежденностью в чрезмерной полноте. При этом расстройстве человек теряет способность адекватно воспринимать и оценивать своё тело.





Признаки нервной анорексии:

- значительное снижение массы тела
- потеря веса вызывается самим человеком;
- навязчивая идея стать худым;
- эндокринные нарушения

НЕРВНАЯ БУЛИМИЯ

Эпизодически повторяющиеся приступы переедания и последующие попытки избавления от лишней массы тела. Люди, страдающие нервной булимией, постоянно колеблются между двумя фазами: с одной стороны, фазой диеты или поста, а с другой стороны, фазой переедания.

Приступ переедания завершается физическим (боль в животе, тошнота) и психическим (депрессия, чувство вины) дискомфортом, а также уходом от социальных контактов.

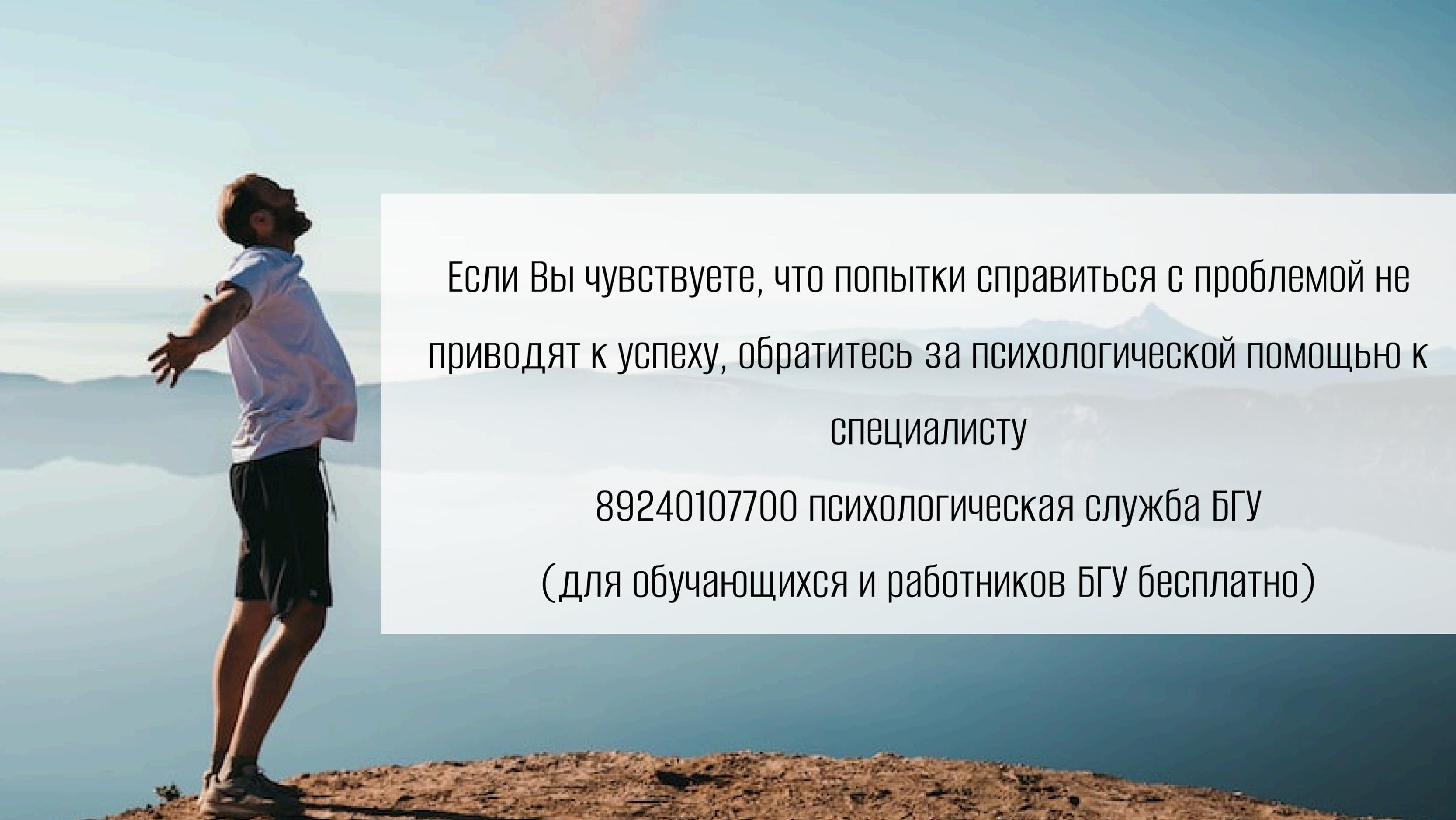


ТИПИЧНЫЕ ПРИЗНАКИ НЕРВНОЙ БУЛИМИИ

- частые приступы переедания;
- постоянная озабоченность едой и непреодолимая тяга к пище;
 - искусственно вызываемая рвота,
 - злоупотребление слабительными,
 - периодическое голодание,
- прием средств, понижающих аппетит;
- недовольство собственной полнотой,
 - болезненный страх ожирения.



Расстройства пищевого поведения могут приводить к серьёзным эндокринным нарушениям, следствиями которых становятся: нарушение обмена веществ, выпадение волос, крошение зубов. Нервная анорексия часто приводит к истощению, а в некоторых случаях возможен даже летальный исход.



Если Вы чувствуете, что попытки справиться с проблемой не приводят к успеху, обратитесь за психологической помощью к специалисту

89240107700 психологическая служба БГУ
(для обучающихся и работников БГУ бесплатно)