

Evészavarok
Dr. Almási Kitti

Napjainkban széleskörűen ismertté vált az evészavarok két fő típusa: az anorexia és a bulimia. Emellett az elhízás is rengeteg fiatalot érint, s az újonnan megjelent orthorexia jelensége is egyre többenet. Ez utóbbi az egészséges táplálkozásra való túlzott beszűkülést jelenti, amikor a táplálkozás el(ő)készítésére, kigondolására fordított idő és energia már eltávolítja az illetőt a környezetétől. A sok megjelent információ ellenére sokszor nem ismeri fel a környezet az evészavarokat, pedig az akár életmentő is lehet. Az anorexiások esetében, mely a fiatal (14-25 éves) lányok körében elterjedt betegség, a legijesztőbb adat, hogy a kezelt betegek közül is 8%-uk tíz éven belül meghal, mert olyan fokú a betegség következtében fellépő testi leépülés, vagy az öngyilkosság előfordulása. A bulimia jóval gyakoribb, mint az anorexia, viszont valamivel későbbi életkorban indul. Bulimia esetében (mely jellemzően falással és önhánytatással jár) a szégyen és büntudat miatt jellemzően számolni kell azzal, hogy az érintett olyan mértékben leplezi a problémáját, hogy azt a legszűkebb környezet sem veszi észre, akár évekig sem. Ebben az esetben a testsúly sem nyújt fogódzót, hiszen a bulimiások lehetnek átlagos testalkatúak, vagy akár súlyfelesleggel is küzdhetnek. Az evészavarok kialakulásának hátterében biológiai, pszichológiai és társadalmi-kulturális (pl. szépségideálok, reklámok, stb.) okok állnak. Kimutatható, hogy az anorexia megjelenésében az öröklődésnek kifejezettebb szerepe van. A pszichológiai okok közül kiemelendő a lázadás, vagy dac, általában az anya kontrolljával szemben. Éppen emiatt is, a terápiás lehetőségek közül kiemelkedik a családterápia. Ebben azt kell felderíteni, hogy a családi rendszer működése melyik ponton csúszott el, és váltotta ki a gyermekből ez a kóros reakciót. Jellemző családterápiás jelenség, hogy maga az evészavaros gyermek csupán tünehordozója a családi rendszer betegségének. Cél, hogy az előtérbe tolt probléma mögött fény derüljön a valós (pl. szülői párkapcsolati) problémákra, és azok helyreállításával az a helyzet is megszűnjön, ami a gyermek tüneteit kitermelte. A szülőknek pedig meg kell tanulni ilyen esetekben, hogy a gyermeket ne vonják bele házassági problémáik enyhítésébe, hiszen az legtöbbször hatalmas teher a gyerekeknek.