



5. Az anorexia és bulímia

Az anorexia nervosa

Az *anorexia szennvedélybetegség* a napi szóhasználatban az *étel megtagadását, visszautasítását jelenti*, és főként a *serdülő lányoknál* fordul elő. Igen korai életkorban történő kialakulásában jelentős szerepe van a „*soványság divathóbortjának*”, a *családi és iskolai stresszhatásoknak*, az *önbizalom hiányának*.



Főként azok a fiatal lányok a legveszélyeztetettebbek, akiknek a sportolási tevékenységük, és a foglalkozásuk összefügg a modellalkat megőrzésével. (*Táncosok, sportolók, színészek, modellek...stb.*) Egyes orvosi vélemények szerint a betegség szorosan összefügg a mai életmóddal is, hiszen a siker, a sok pénz és a boldogság elérése összefügg a *karcsúság megőrzésével*.

Hogyan ismerhetjük fel az *anorexia tüneteit*? A betegségben szenvedők feltűnően kevés önbecsüléssel rendelkeznek, melynek kialakulásában a családi környezet is jelentős szerepet játszik. A szülők sok esetben negatív tartalmú, elmarasztaló szavai és mimikáival nyomatékosított üzenettartalmi, komoly személyiségkárosító hatással bírnak. Komoly figyelmeztető jel ezért, ha a fiatal állandóan attól retteg, hogy *elhízik, és legtöbb idejét az étkezések által bevitt kalóriák számolgotásával tölti*. Szinte irtózik az ételtől, s arról sem vesz tudomást, ha éhes.



A fogyás elősegítése érdekében vagy a számukra ideálisnak tartott testsúly megőrzése érdekében állandóan *hashajtót és vízhajtót szednek*, sőt bizonyos esetekben *hánytatják magukat*, hiszen lelkiismeretük támad, ha több kalóriát vittek be a megengedettnél. Ezt a tevékenységet még kiegészítik erős testgyakorlatokkal is. Szembetűnő, hogy főzési kényszerben szenvednek, sőt recepteket tanulnak.

Az *anorexiások torz testképpel rendelkeznek*, mert azt hiszik magukról, hogy kövérek, sőt úgy gondolják, hogy a szépség és a karcsúság érdekében mindig fogyózniuk kell, már csontsoványra lefogyasztják magukat. Ennek következtében igen súlyos tünetek jelennek meg, mint pl.: *koncentrációs képesség zavarai, szorongás és depresszió, a hormonháztartás felbomlása, a*

vérkép romlása, alacsony vérnyomás, székrekedés, a szexuális vágy elvesztése. A betegség súlyos fokában megjelenik az alultápláltság és a kiszáradás veszélye, amely azonnali orvosi beavatkozást és kezelést igényel.

Gyógyítása elsősorban pszichoterápiás eszközökkel, a természetgyógyászat segítségével, akupunktúrás kezelésekkal történhet. A legújabb gyógymódoknak tekintjük a *művészetterápiát* (alkotások elemzése), a *táncterápiát* (a felgyülemlett érzések felszabadítása), a *hipnoterápiát* (*hipnózis alkalmazása*), *naturopátiát* (*multivitamin készítmények adása*) segítségével történő kezeléseket.



A bulimia nervosa

A *bulimia* betegséget úgy is jellemezhetnénk, hogy szinte ellenkezője az *anorexiának*, mégis nagyon sok köztük a közös vonás. A *bulimiások* is sokszor éheztenek magukat, melyet azonban hirtelen és rohamszerű *evéskezvényszerek váltanak fel*. A sokszor „fulladásszerű” evést egy büntudati állapot követi.

A betegség kiváltó okai között a *stresszhatásokat*, a problémák megoldását a beteg a nagy evészetek során próbálja kompenzálni. Ennek során sokkal többet esznek, mint amire a szervezetnek szüksége van, ezért sokan közülük nagyon kövérek. Bizonyos esetekben attól félnek, hogy nagyon elhízhatnak, ezért hashajtókat szednek és hánytatják magukat. A bulimiás betegség sokkal gyakoribb, mint az anorexia és főként a huszonéves lányoknál fordul elő.

A fiúk esetében a betegség előfordulása valamivel magasabb, mint az anorexiában szenvedőknél. A betegség következtében kialakul a szorongás és a depresszió, az alacsony vérnyomás. A folyamatos hánytatás következtében nagymértékben megnő a kiszáradás veszélye és veseelégtelenség, keringési zavarok fordulhatnak elő.

Gyógyítása hasonló az anorexiás betegekével, főként azonban az alternatív gyógymódokat (természetgyógyászat területei), ajánlják elsősorban a szakemberek.



Földi pokol... a drog, avagy Cháron a lelkek révésze...
