Автор: admin
16.10.2013 12:56 -

Что такое анорексия, или Есть или не есть?

В последнее время всё чаще можно услышать о такой «модной» болезни, как анорексия. И скандалы, возникающие в связи с отстранением от показов излишне худых манекенщиц, только подтверждают, что проблема назревала давно. Многолетние эталоны красоты, установленные для отбора манекенщиц и звёзд экрана, явно требуют пересмотра в пользу здоровой, естественной красоты.

Движение против чрезмерно худых форм моделей возникло в результате смерти двух латиноамериканских моделей, после чего такие столицы высокой моды, как Нью-Йорк, Лондон, Париж и Милан стали пересматривать свою программу отбора манекенщиц. Ведь их вид вносит огромный вклад в развитие у подростков, в первую очередь, неправильного представления о красоте собственного тела и расстройств пищевого поведения.

Одна моя знакомая просто помешана на диетах. Не знаю, сколько она весит, но выглядит она при своих 170 см роста весьма худенькой, если не сказать тощей. Казалось бы, вот он – идеал мужчины. Но все наши общие знакомые при встрече обязательно шутят, что она «опять расползлась, как корова». И девушка воспринимает это за чистую правду, обещая завтра же сесть на диету (хотя она и так обычно на ней сидит), абсолютно не замечая, что мало кто в городе может с ней поспорить за звание «самой худой девушки».

Налицо все признаки анорексии. В Википедии говорится, что анорексия – отказ от приёма пищи в связи с отсутствием аппетита или под влиянием психопатологических расстройств. Нервная анорексия – психическое расстройство, отмеченное стремлением к максимальной худобе и потере веса. Приблизительно 90-95 % всех случаев анорексии – у женщин. Хотя проблема может возникать в любом возрасте, наиболее часто это происходит между 14 и 19 годами.

Современное общество навязывает «неокрепшим умам» идеал красоты женщины с худощавой фигурой. Похудеть – главная цель для людей с нервной анорексией, но в основе всегда лежит страх. Они боятся поддаться желанию есть и стать тучными и теряют контроль над своим весом. У страдающих анорексией возникают различные психологические проблемы. Люди с подобным расстройством часто впадают в депрессию и имеют низкую самооценку; у кого-то появляются проблемы со сном; других

одолевают навязчивые идеи. Такие люди могут устанавливать жесткие правила приготовления пищи и во всем стремятся к совершенству.

Привычка голодать при анорексии служит причиной возникновения различных проблем со здоровьем. Страх ожирения и искаженное представление о своем теле заставляют больных изнурять себя голодом. Голодание, в свою очередь, приводит к предубежденному отношению к пище, к усиливающимся тревогам и депрессии, к проблемам со здоровьем. Люди чувствуют еще больший страх – такой, что полностью теряют контроль над своим весом, приемом пищи и над собой. И тогда они вообще отказываются от пищи.

Лечение нервной анорексии ставит первоочередной задачей восстановление потерянного веса и правильного питания, затем больному помогают произвести изменения в своей психике и, возможно в семье, чтобы закрепить достигнутое. Первый шаг – убедить больного и родственников в необходимости лечения и подробно рассказать о нём. Это может потребовать много времени и сил, поскольку больные обычно недооценивают опасность своего состояния. Тем не менее, данный этап необходим, поскольку принудительное лечение затруднено, а нередко и невозможно.

Многие люди, соблюдающие изнурительные диеты, опрометчиво заявляют, что мечтают заболеть анорексией. Но в этой болезни нет ничего приятного. Надеюсь, я смогла вас убедить. Будьте здоровы и… любите себя!

Автор - **Юлия Молёнова**
Источник