

A MODERN CIVILIZÁCIÓS ZAVAROK ISKOLAPÉLDÁI

A táplálékfelvétellel (röviden: evéssel) kapcsolatos zavarok nagy részében alapvetőek a pszichológiai tényezők.

Ha valaki gyomorbetegség miatt fogyni kezd, akkor érthető a testi háttér. Ha viszont szándékosan veszíti sokat a testsúlyából, veszélyeztetve az egészségét, néha az életben maradását is, akkor már pszichoszomatikus zavarról van szó.



A pszichoszomatikus zavarok (azaz lelki tényezőktől erősen függő testi betegségek) a modern civilizáció következményeinek is tarthatók, egyre gyakoribbak. Ezek közé sorolják az evészavarokat is. Közöttük a testi (például hormonális) okokkal nem magyarázható elhízás a leggyakoribb. A jelentős elhízás a magyar felnőtt népesség egyötödét érinti, az ennél enyhébb túlsúlyosság pedig csaknem felét – népegészségügyi problémakörrel van tehát szó.

A spektrum másik felén található az anorexia nervosa, amely csak 1873-



EGÉSZSÉGES ÉTELEK MÉDIAKÉNYSZERE?

A „legfiatalabb” egészségzavarként ismert orthorexia nervosa az evészavarok új fajtáját hozta a XXI. század első évtizedében. Ez a szemléleti változás azt jelenti, hogy immár nem az ételek mennyisége – túlzott fogyasztása vagy éppen kóros megtagadása – áll a személyiségzavarral társuló táplálkozási rendellenességnek a középpontjában, hanem az élelmiszerek minősége.

Médiakutató szakemberek szerint ezen társadalmi jelenség esetében közvetlenül kimutatható a tömegtájékoztatás közvetlen felelőssége az egészséges életmód és az azzal kapcsolatos szemlélet alakításában. Annak eldöntése ugyanis, hogy mi számít egészséges ételnek, milyen összetevők, hatóanyagok kerülnek be ebbe a kategóriába, személyenként változik, s attól függ, ki melyik televízióműsorra, internetes egészségportálra vagy nyomtatott sajtótermékre hagyatkozik e döntése meghozatalában. Vannak, akik szerint ez a különös modern civilizációs jelenség, az orthorexia nervosa nem is elsősorban a táplálkozással összekapcsolódó függőségek közé sorolható, sokkal inkább egyfajta médiafüggésről vagy egy társadalminak vélt elvárás túlhangsúlyozásáról van szó.

Ráadásul – hangzott el az ESOF 2012-es dublini konferenciáján –, mivel a tömegmédiában gyakran változik, hogy éppen melyik táplálkozási szokás számít „sztárnak” az egészséges életmód tekintetében, az ezen zavarral küszködők arra kényszerülnek, hogy gyakran változtassák a nézeteiket, ami egyben a személyiségük elbizonytalanodásához is vezet.

GÓZON ÁROS



tól számít önálló betegségnek. Erre a szándékos testsúlyvesztés, az elhízástól való kóros félelem, a testképzavar jellemző (azaz soványan is kövérnek tartják magukat a személyek). A nők többségének elmarad a menstruációja is. Veszélyes kórkép, a betegek 8%-a tíz éven belül meghal. A két kórkép között helyezhető el a bulimia nervosa, amelyet csupán 1979-ben írtak le új kórképként. Erre a kontrollvesztés érzésével járó túlevési rohamok és a testsúlycsökkentő manipulációk (önhánytatás, hashajtózás) jellemzőek.

Az anorexia és a bulimia jellemzően fiatal nők betegségei, akiket a modern idők karcsúságideálja erőteljesen befolyásol. Fiatal női korosztályokban 2–3%-os gyakorisággal figyelhetők meg. Ma már más, újabb evészavar-típusok is megjelentek, például az egy évtizede ismert orthorexia nervosa, amelyre az egészséges ételek fogyasztásának kényszeres túlhajtása jellemző.

Mindezen zavarok az ellátó rendszer felkészültségének, a pszichoterápiás lehetőségek biztosításának a szükségességét is indokolják.

TÚRY FERENC