

A KÓROS SOVÁNYSÁG

Minden emberben ott van a megfelelni vágyás, a tökéletességre való törekvés. A megfelelni vágyásnak viszont vannak „mellékhatásai”, nem várt következményei. Ilyenek például az evészavarok. Ezek egyik klasszikusnak tekinthető példája az anorexia, ami egyre gyakrabban és egyre korábbi életkorban jelentkező pszichoszomatikus betegség.

2. rész

Az anorexia nervosa elnevezés valójában megtévesztő, mert szó szerint idegi eredetű étvágytalanságot jelent, noha a betegek kórosan soványak – valójában nem vesztik el az étvágyukat. Az anorexia nervosa egyre korábban és gyakrabban jelentkező pszichoszomatikus betegség. Kialakulásában nagy szerepet játszik a betegségre való hajlam, és biológiai, pszichológiai és szociális tényezők.

Tünetei a nagymértékű fogyás; testkép-zavar, a rendes testtömegnek az énképre gyakorolt indokolatlanul előnytelen hatása; az alacsony testsúly ellenére kövérségtől való kifejezett undorodás és félelem; a rendes testtömegnek az énképre gyakorolt indokolatlanul előnytelen hatása; jellemző a havi vérzés zavara (legalább három egymást követő menstruációs ciklus hiánya); gyomor-bélrendszeri zavarok; gyakori az evés utáni teltség- és puffadság érzés, székrekedés, hasi fájdalom. Ha hirtelen nagymennyiségű étel kerül a gyomorba, az akár meg is repedhet! A hashajtás megöli a bélbolyhokat, a



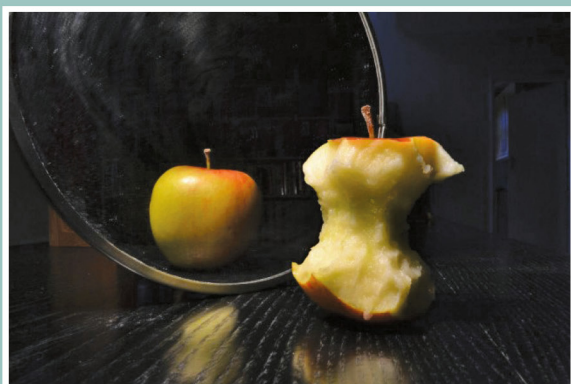
hánytatás pedig szájjüregi problémákat okoz. Előfordulnak szív- és érrendszeri szövődmények, a hányás, hashajtás, vízhajtás, koplalás és a csökkent folyadékfelvétel következtében kiszáradás, mellkasi fájdalom, szívritmuszavar alakulhat ki. Akár meg is állhat a szív! Nőgyógyászati szövődmények is lehetségesek, elmaradhat a menstruáció, valamint meddőség is kialakulhat, és ortopédiai szövődményekkel is számolni kell. Az ásványi anyagok és a vitaminok hiánya miatt csonttritkulás és csonttörések is előfordulhatnak. Bőrgyógyászati szövődmények tekintetében a vízhiány miatt a bőr száraz, berepedezett, fertőzésekre hajlamosabb. Ezeken kívül fogászati problémák, veseműködési zavarok, pajzsmirigy-működési zavarok, vérszegénység is kialakulhatnak a hatalmas hiányállapottól.

A betegségnek két típusa van: restriktív típus: ehhez a típushoz tartozó anorexiás bete-

geknek nincsenek visszatérő falásrohamai, se purgáló viselkedésformái, mint például az önhánytatás és hashajtók szedése, illetve a purgáló típus: ebben a típusban szenvedő betegeknek pedig ismétlődő falásrohamai vannak, ezen kívül a purgáló viselkedésforma is jellemző rájuk.

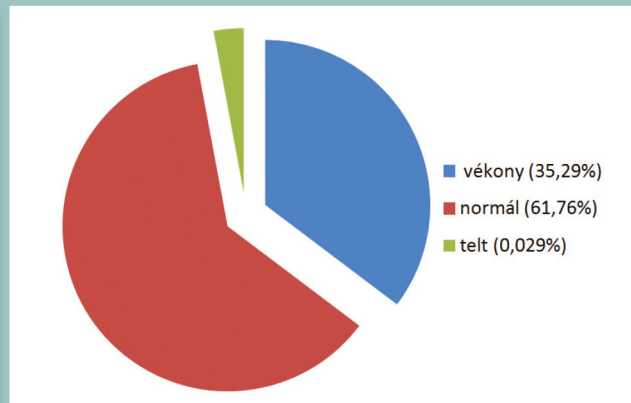
Az elmúlt időszakban két téma került a társadalmi érdeklődés fókuszába: a test és az evés. A test alakjára, az ételfogyasztás mértékére vonatkozó szociokulturális „elvárások” tömegesen áramlanak felénk, és így nem tekinthető a véletlen művének, hogy az ehhez kapcsolódó problémák is egyre gyakoribbak.

A szakemberek többsége egyetért azzal, hogy a médiumok a modern, divatos életmód közvetítésével, a mesterséges szépségideál kialakításával, valamint a karcsúság fontosságának túlhangsúlyozásával hamis képet keltenek az ideális női alakról, ezáltal jelentős szerepet játszanak a testkép-zavar, és így közvetve az evészavarok kialakulásában és fennmaradásában. Továbbá a biológiai, pszichológiai és szociális tényezők többszörös együtt já-





A közvélemény-kutatásokban használt kép...



...és a kapott válaszok megoszlása

rásából is fakadhatnak, melyben a karcsúságot érintő társadalmi normák mellett ugyanolyan jelentős szerepe van például a családi kapcsolatoknak, a szülők testsúlyhoz viszonyulásának és viselkedésének, a testképre vonatkozó észrevételeknek.

Az érzelmileg „üres” gyerekkor, a rossz szülői példa, a teljesítménykényszer és a versenyhelyzet, is testképzavart, majd később anorexia kialakulását okozhatja. Súlyos önértékelési zavart okozhat, ha valakit sok bántás ér, vagy kiközösítik a többiek gyerekkorában. Az öngyűlölet egyik tünete az anorexia, az étel elutasítása, az önbüntetés.

pedig ma is elsősorban a divat az egyik fő ellenség, hiszen a kifutókra állított modellek egy része bizony inkább elrettentő példának felelne meg, nem pedig követendőnek. Éppen ezért a törvényhozók is tesznek lépéseket: egy 2015-ben elfogadott törvényjavaslat szerint Franciaországban törvényt sért majd az, aki dicsóít, vagyis kiemelkedően jónak, követendőnek mutatja az anorexiát vagy a kóros soványságot.

A pszichoterápiák alkalmazása rendkívül fontos az evészavarok kezelésében. Ez az esetek többségében kiegészül gyógyszerek használatával is. A betegek kezelésének a kezdete viszont gyakran nehéz, mivel az evészavarral küzdőknek nincs betegségtudatuk és nem érzik szükségesnek a terapeuta segítségét. Ezért fontos hogy a terapeuta türelmes, megbízható, következetes és rugalmas is legyen.

A pszichodinamikus terápiák hosszú távúak, céljuk a személyiség átalakítása, a módszer lényege: egyéni vagy csoportos beszélgetésekből áll. A viselkedésterápiák a tanuláson alapulnak, legegyszerűbb formája a jutalmazás-büntetés, az anorexia kezelésében nagy szerepet játszanak: a rendszeresség kialakítása a táplálkozásban és néhány szigorú szabály betartása (például az anorexiás betegek esetében általában heti egy kg-os súlynövekedést írnak elő az orvosok). A kognitív terápiák célja az ítéletalkotás megváltoztatása kommunikációfejlesztő módszerekkel (csoportterápiákkal).

Hogy jobban tudjuk szemléltetni a társadalom megítélését az egyes testalkatokról, készítettünk egy közvélemény kutatást a 17 és 18 év közötti középiskolás fiúk és lányok körében. A szavazásban 17 lány és 17 fiú vett részt. A kutatáshoz a balra fent látható képet használtuk fel, melyen egy sovány, egy normális és egy túlsúlyos testalkatú nőt láthatunk. A szavazó fiatalok többsége a normál testalkatú nőt tartotta a legideálisabbnak. Ez azért volt számunkra meglepő, mert arra számítottunk, hogy a fiatalok többsége azt a testalkatot fogja a legideálisabbnak tartani, amelyet manapság a médián és a kifutókon keresztül sulykolnak belénk. Viszont a második legtöbb szavazatot így is a vékony testalkatú hölgy kapta, ami azt mutatja, hogy továbbra sem divat, ha valakin súlyfelesleg található.

Ebből a közvéleménykutatásból azt szűrhetjük le, hogy az általunk megkérdezett fiatalok többsége már a normál testalkatot tartja a legideálisabbnak, ettől függetlenül még mindig sok az olyan fiatal, aki a vékonyabbakat részesíti előnyben. Emiatt a fogyókúrázók száma napjainkban elég magas, és ez szélsőséges esetekben komoly egészségügyi problémákhoz vezethet.

A dolgozat (amelynek e cikk a rövidített verziója) a Semmelweis Egészségbiológiai Középiskolai Tanulmányi Verseny keretében született 2015-ben, a szerzők a Pápai Református Kollégium Gimnáziuma és Művészeti Szakközépiskolája tanulói.

**BOHÁK ANITA
TÁBORI LILLA
BÉNYI REBEKA**



Ugyan a nemzetközi divatmagazinok egyre gyakrabban alkalmaznak a divatfotózásokhoz teltebb modelleket, és igyekeznek a pozitív példákat is megmutatni, azért az általános közvélekedés szerint a divat továbbra sem áll túl jól ezen a téren. A divatházak egy része még manapság sem hajlandó komolyan venni, hogy bármi közük lenne az egészségtelen testkép „népszerűsítéséhez”. Az anorexia terjedésében