

Нервная анорексия - психическое заболевание, которое выражается в отказе от пищи. Больные анорексией практически перестают есть, чтобы достичь совершенства - то есть, похудеть до «идеального» состояния. Человек, больной анорексией, не может воспринимать себя адекватно и в зеркале видит свое тело толстым и некрасивым. Если не оказать такому человеку помощь, то дело может окончиться смертью пациента от истощения.



Причин для анорексии может быть очень много, и в каждом конкретном случае решающую роль для старта болезни может сыграть один из неблагоприятных факторов:

- **Физиологические особенности** - полнота, раннее физическое развитие, недостатки во внешности.
- **Черты характера** - низкая самооценка, отсутствие уверенности в себе, стремление быть лучше, чувство неполноценности, склонность к идеализации.
- **Психологические травмы.**
- **Социально-культурные факторы.** Такие побуждения обусловлены желанием соответствовать нормам и трендам, которые диктует современная мода.
- **Наследственность.** Исследования показали, что существует определённый ген, который может формировать склонность к этой патологии, т. е. при наличии других неблагоприятных факторов у лиц, предрасположенных к болезни, может развиваться анорексия. Огромное значение играет наличие в семье больного родственников, которые страдали психическими расстройствами и алкоголизмом.

Все проявления заболевания можно условно поделить на несколько групп.

К внешним симптомам нервной анорексии относятся:

- резкое снижение веса;
- измождённый вид;
- бледность, синюшность и сухость кожи;
- одутловатое лицо;
- запавшие глаза;
- ломкие ногти;
- редкие тусклые волосы;
- вялый и уставший вид;
- замедленный рост (в подростковом возрасте);
- опухшие суставы;
- очень часто отмечается выпадение зубов.

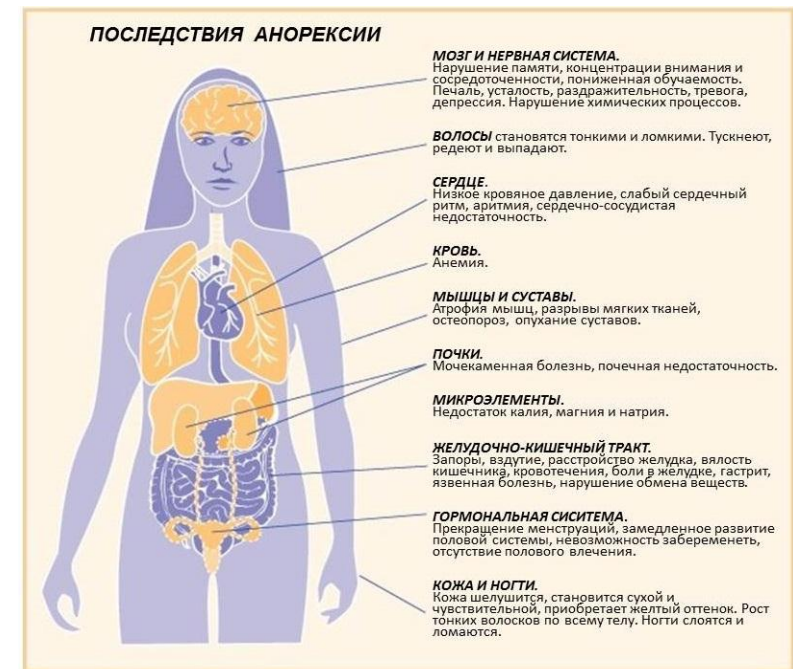
Психологические признаки:

- раздражительность и угнетённость;
- эмоциональная нестабильность;
- ухудшение памяти;
- неспособность надолго сконцентрироваться;
- подавление аппетита;
- постоянный страх набрать вес;
- низкая самооценка, явное недовольство собой;
- одержимость спортивными занятиями; стремление быть идеальным; чувство вины и тревоги.

Поведенческие признаки:

- уменьшение порции пищи;
- постоянный подсчёт калорий и отказ от определённых продуктов;
- вызывание рвоты с целью освободиться от съеденного;
- изменение в предпочтениях одежды, человек старается носить вещи, которые будут максимально скрывать его «недостатки»;
- постоянный контроль своего веса;
- регулярные потери сознания;
- высокий уровень самокритичности;
- отказ от общения с близкими людьми, уход в себя.

Физиологические изменения при нервной анорексии.



ИМТ (индекс массы тела) представляет собой отношение массы тела к росту, благодаря которому определяют у человека недостаточный, нормальный или избыточный вес тела.

Как рассчитать индекс массы тела

$$I = \frac{m}{h^2}$$

(индекс массы тела) (вес в кг) (рост в метрах)

Вес в килограммах нужно разделить на рост (в метрах), возведенный в квадрат.

Индекс массы	Соответствие между массой человека и его ростом
16 и менее	Выраженный дефицит массы тела
16—18,5	Недостаточная (дефицит) масса тела
18,5—25	Норма
25—30	Избыточная масса тела (предожирение)
30—35	Ожирение первой степени
35—40	Ожирение второй степени
40 и более	Ожирение третьей степени (морбидное)

Например, масса человека = 60 кг, рост = 170 см. Следовательно, индекс массы тела в этом случае равен: $ИМТ = 60 : (1,70 \times 1,70) = 20,7$

Помните!

ИМТ следует применять с осторожностью, исключительно для ориентировочной оценки - например, попытка оценить с его помощью телосложение профессиональных спортсменов может дать неверный результат (высокое значение индекса в этом случае объясняется развитой мускулатурой). Кроме того, не рекомендуется использовать ИМТ для определения лишнего веса для детей до 14 лет (хотя для них существуют отдельные диаграммы, а формула расчета самого показателя применяется та же), а также для беременных женщин.

Наш адрес:
г. Цимлянск, ул. Ленина, 15
Тел.: 8 (86391) 2-17-52
Эл. почта: ziml_bib@mail.ru
Сайт библиотеки: www.cimlabibl.ru
Составитель: Кубышкина Н. Н.

МБУК Цимлянского района
«Центральная межпоселенческая библиотека»



НЕРВНАЯ АНОРЕКСИЯ



« БОЛЕЗНЬ ВЕНА

Цимлянск
2018 г.