ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΤΜΗΜΑ Α΄Τ2

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ

ΜΟΥΚΑ ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΕ18.10

Νευρική ανορεξία

AM I PRETTY
ENOUGH NOW?
THE SAD TRUTH...

Τι είναι η νευρική ανορεξία

- Η **νευρική ανορεξία** (*Anorexia nervosa*) πιο γνωστή ως ανορεξία είναι
- 1. **μια διατροφική διαταραχή** που χαρακτηρίζεται κυρίως από <u>άρνηση για διατήρηση ενός υγιούς φυσιολογικού βάρους</u>
- 2. μια **σοβαρή ψυχική αρρώστια** με υψηλό ποσοστό παρενεργειών και το <u>υψηλότερο ποσοστό θνησιμότητας από όλες τις ψυχικές ασθένειες</u>

- Ο όρος νευρική (ανορεξία) καθιερώθηκε το 1873 από τον Σερ Γουίλλιαμ Γκαλ *Sir William Gull* έναν από τους προσωπικούς γιατρούς της Βασίλισσα Βικτωρίας.
- Ο όρος έχει ελληνική προέλευση
- από το ἀν -(πρόθεμα που δηλώνει άρνηση) και το ὄρεξις (όρεξη) άρα σημαίνει **έλλειψη της επιθυμίας του ατόμου να τραφεί.**

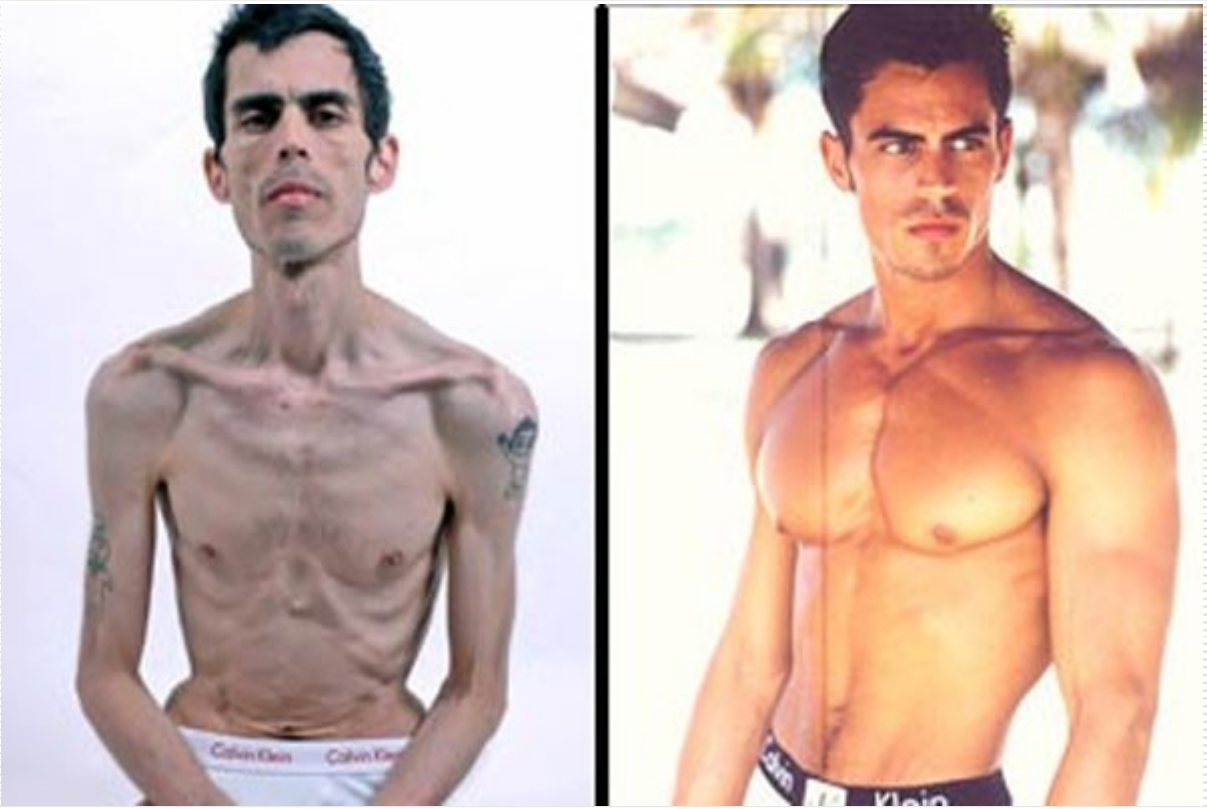
- Η μέση ημερήσια πρόσληψη θερμίδων για άτομα με ανορεξία είναι **600-800 θερμίδες** αλλά υπάρχουν και ακραίες περιπτώσεις **ολικής αθρεψίας**.

- Η νευρική ανορεξία **εκδηλώνεται συνήθως στην εφηβεία και είναι πιο συχνή στους έφηβους.** Παρόλο που μπορεί να επηρεάσει ανθρώπους κάθε ηλικίας, φύλου και κοινωνικοοικονομικής κατάστασης η νευρική ανορεξία επηρεάζει τις γυναίκες 10 φορές περισσότερο από τους άντρες

ΑΙΤΙΕΣ

- **Βιολογικές**

μητρική αναιμία,
σακχαρώδης *διαβήτης*,
έμφραγμα στον πλακούντα,
καρδιακές ανωμαλίες στο νεογέννητο.


Calvin Klein
Calvin Klein
Klein

Το μεγαλύτερο πρόβλημα αντιμετωπίζεται στις δυτικές κοινωνίες λόγω της προβολής του αδύνατου σώματος όχι μόνο σαν μέσο ομορφιάς αλλά και ως προϋπόθεση επιτυχίας!

Δυστυχώς οι έρευνες δείχνουν ότι πολλοί έφηβοι παρασύρονται από αυτό το δυτικό πρότυπο και έχουμε μεγάλο ποσοστό νεκρογενούς ανορεξίας

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

- Τα άτομα με ψυχογενή ανορεξία, κάθε φορά που αισθάνονται αρνητικά συναισθήματα, χρησιμοποιούν το φαγητό ως μέσο ανακούφισης από το άγχος και την ανησυχία. Αυτό σε συνδυασμό με την αίσθηση, ότι χάνουν τον έλεγχο της ζωής τους σε διάφορα ζητήματα, τους οδηγεί να ασχολούνται με το σωματικό τους βάρος υπερβολικά και εμμονικά, για να αναπληρώσουν την προηγούμενη έλλειψη ελέγχου. Επειδή, δεν μπορούν να πάρουν χαρά και ικανοποίηση από άλλα κομμάτια της καθημερινότητας τους, προσπαθούν να πάρουν χαρά με το να πετύχουν τον έλεγχο του βάρους τους και την διαμόρφωση μίας αδύνατης σιλουέτας. Με αυτόν τον τρόπο η δίαιτα γίνεται αυτοσκοπός.

ΠΡΩΣΟΠΙΚΟΤΗΤΑ-ΙΔΙΟΣΥΓΚΡΑΣΙΑ

- Το άτομο, που οδηγείται στο να πάσχει από την συγκεκριμένη ψυχική νόσο, έχει χαμηλή αυτοπεποίθηση, εκδηλώνει διάχυτο άγχος, εκφράζει ανασφάλειες και τρέφει μη ρεαλιστικές προσδοκίες για τον εαυτό του. Χαρακτηρίζεται από άσκοπη ***τελειοθηρία*** και μία συνεχόμενη ανάγκη για διακρίσεις και επιτυχίες. Ο τρόπος σκέψης τους μπορεί να συνοψιστεί και στις ακόλουθες φράσεις: "Αν πάρω ένα κιλό, δεν θα αρέσω στους άλλους", "Είμαι χοντρός/ή", "Δεν θα καταφέρω τίποτα στη ζωή μου", "Όταν τρώω φαγητό που παχαίνει, πρέπει να μην φάω για αρκετό καιρό", "Οι άλλοι μου λένε να τρώω, γιατί με ζηλεύουν και με θέλουν παχιά", κ.ο.κ.

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

- Υπάρχουν σοβαρές ενδείξεις, ότι οι γονείς των ατόμων που εμφανίζουν αυτή την ψυχογενή νόσο είναι υπερβολικά ελεγκτικοί και δεν επιτρέπουν την αυτονόμηση και ανεξαρτησία των παιδιών τους. Τα άτομα αυτά συχνά πυκνά περιγράφουν μία μητέρα που δεν επιτρέπει τις πρωτοβουλίες, είναι άκαμπτη, αυστηρή και παρεμβατική και έναν πατέρα "απόντα", που δεν παίρνει καμία θέση και ευθύνη από τον ρόλο του μέσα στην οικογένεια και ταυτόχρονα δεν εκδηλώνει συναίσθημα. Αυτός, λοιπόν, είναι ο εγκλωβισμός: το παιδί δεν αφήνετε να πάρει πρωτοβουλία, να αυτονομηθεί, δεν έχει καταφέρει να βγάλει και να λάβει συναίσθημα και παράλληλα οι γονείς του έχουν την προσδοκία να εκπληρώσει όλες τους τις επιθυμίες και ανάγκες. Όταν το άτομο δεν δύναται να ελέγξει αυτά τα κομμάτια του προχωρήματος του, εστιάζει την προσοχή του στον έλεγχο του σώματος/εικόνας.

- **Σωματικά συμπτώματα**
  - κρύα άκρα
  - επανεμφάνιση παιδικού χνουδιού
  - βραδυκαρδία, μείωση της αρτηριακής πίεσης, υποθερμία (vita minima)
  - οίδημα στα κάτω άκρα
- Τακτικές λιποθυμικές κρίσεις

- -Σημαντική απώλεια βάρους, υπερβολική άσκηση και ενασχόληση με τις θερμίδες των τροφών που προσλαμβάνονται.

- -Αμηνόρροια (διακοπή περιόδου), αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα, διαταραχές στον ύπνο
- -Υπόταση, ατονία, αρρυθμία, ταχυκαρδία, υπερκόπωση, οστεοπόρωση, αλλά και γαστρεντερολογικά και αναπαραγωγικά προβλήματα.

- Θαμπό δέρμα εξαιτίας της αφυδάτωσης, τριχόπτωση, ατροφία νυχιών και δοντιών.

- -Κοινωνική απομόνωση, κακοκεφιά ή και κατάθλιψη, αποφυγή κάθε κοινωνικής δραστηριότητας

ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Η θεραπεία της νευρογενούς ανορεξίας είναι δύσκολη και σε αρκετες περιπτωσεις ακατόρθωτη.
- Πέρα από τον/την ασθενή,που πρέπει να αποδεχτεί το πρόβλημά του,πρέπει να υπάρχει και αγαστή συνεργασία μεταξύ παθολόγου ιατρού,ψυχιάτρου και κλινικού διαιτολόγου

- Οι περισσότεροι θεραπευτές προσπαθούν να ενθαρρύνουν υγιείς διατροφικές συνήθειες, να ενισχύσουν την επανάκτηση βάρους και κάποιες συνεδρίες περιστρέφονται σχεδόν αποκλειστικά σε θέματα αυτοεικόνας και εικόνας σώματος. Ωστόσο, σε πολλές περιπτώσεις, η θεραπεία εστιάζεται σε άλλα θέματα και ο θεραπευόμενος ενθαρρύνεται να διερευνήσει και να εκφράσει τα συναισθήματά του γύρω από μια ευρεία γκάμα θεμάτων όπως είναι η επιτυχία και η αποτυχία, τα σεξουαλικά ζητήματα και ο αυτοέλεγχος.

- **Επικίνδυνες διαστάσεις λαμβάνει και στη χώρα μας η νευρική ανορεξία καθώς όλο και περισσότερα παιδιά νοσηλεύονται με προβλήματα σίτισης.**

Μπορεί από τη μία κάποια παιδιά στην Ελλάδα να μην έχουν πια στη διάθεσή τους όλα εκείνα τα τρόφιμα που θεωρούνται απαραίτητα, κάποια άλλα ανήλικα όμως αρνούνται να φάνε με αποτέλεσμα να καταλήγουν στη νευρική ανορεξία.

- Ήδη άλλωστε δεκάδες έφηβοι έχουν νοσηλευθεί στην ειδική κλινική που υπάρχει στο νοσοκομείο Παίδων Αγλαΐα Κυριακού γι αυτό και οι ειδικοί εφιστούν την προσοχή των γονέων ώστε να αντιληφθούν το πρόβλημα από τα πρώτα συμπτώματα.
- Ανησυχητικά είναι και τα στοιχεία του ΠΟΥ που αναφέρουν ότι το 5% των παιδιών μέχρι 12 ετών μπορεί να βρίσκονται πολύ κοντά στη νευρική ανορεξία αφού έχουν κάνει ή θέλουν να κάνουν δίαιτα αλλά και γυμναστική για να φτιάξουν το σώμα τους.
- Όσο για τα ακριβή αίτια της νευρικής ανορεξίας των παιδιών, αυτά δεν έχουν ακόμη αποσαφηνιστεί πλήρως καθώς μπορεί να συμβάλουν πολλοί παράγοντες όπως τα πρότυπα της τηλεόρασης, η πίεση από το σπίτι, τα οικογενειακά προβλήματα ενδεχομένως και η χαμηλή αυτοεκτίμηση.
- Το πλέον θλιβερό πάντως είναι ότι τελικά το 5% των ανηλίκων στο δυτικό κόσμο θα χάσει τελικά τη ζωή του από τις διατροφικές διαταραχές ενώ το 70 με 80% θα κατορθώσει να αποθεραπευθεί μετά από περιπέτεια ετών.

Μέσα από την έρευνά μας προτείνουμε

Στους έφηβους να συνηθίσουν:

Α. την σωστή και υγιεινή διατροφή

Β. την άθληση

Γ. την συζητηση

Η ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΜΑΣ

- ΜΗΝ ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΤΑΙ ΤΑ «ΠΛΑΣΤΙΚΑ» ΚΑΙ ΨΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΤΥΠΑ «ΟΜΟΡΦΙΑΣ» ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ!!!!!!!!!

- ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ 'ΟΤΙ

- Ο ΚΆΘΕ ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΕΊΝΑΙ ΟΜΟΡΦΟΣ ΚΑΙ ΞΕΧΩΡΙΣΤΟΣ

ΝΑ ΧΑΜΟΓΕΛΑΤΕ!!!

Ευχαριστούμε για την προσοχή σας!

- ΤΜΗΜΑ Α’Τ2
- ✓ ΜΙΧΟΣ Η.-ΜΟΥΤΣΑΙ Ρ.-ΜΠΡΙΛΗΣ Κ.
- ✓ ΜΥΤΤΑΣ Κ.-ΠΑΠΑ Α.-ΠΑΠΑΔΑΣ Κ.
- ✓ ΠΑΠΟΥΤΣΗΣ Κ-ΡΟΥΤΣΑΙ Λ.
- ✓ ΣΚΑΖΑΣ Ν.-ΤΖΑΜΠΛΗ Α.
- ✓ ΤΖΙΤΖΙΚΟΣ Ν.-ΤΣΟΥΠΗ Τ.