

Zaburzenia odżywiania

**(anoreksja, bulimia, ortoreksja,
kompulsywne zajadanie)**

podstawy pracy terapeutycznej z pacjentem

Opracowanie: mgr Dariusz Trybuła

Program szkolenia

MODUŁ I. POPULARNE ZABURZENIA ODŻYWIANIA U CZŁOWIEKA

- 1.1. Anoreksja
- 1.2. Manoreksja – anoreksja u mężczyzn
- 1.3. Bulimia
- 1.4. Ortoreksja – obłęd zdrowego odżywiania
- 1.5. Kompulsywne jedzenie – czyli zjadanie problemów

MODUŁ II. METODY WSPARCIA TERAPEUTYCZNEGO W PRZYPADKU ZABURZEŃ ODŻYWIANIA

- 2.1. Leczenie bulimii – psychoterapia
- 2.2. Leczenie anoreksji – psychoterapia
- 2.3. Leczenie ortoreksji – psychoterapia

Cel szkolenia: przybliżenie problematyki zaburzeń odżywiania, podanie przykładów zachowań diagnostycznych, uwrażliwienie na pojawiające się wczesne niepokojące sygnały i reagowanie na nie.

Liczba godzin: 15 godzin

MODUŁ I. POPULARNE ZABURZENIA ODŻYWIANIA U CZŁOWIEKA

1.1. ANOREKSJA

Anoreksja to najlepiej opisane i zbadane schorzenie z kręgu zaburzeń odżywiania. Mimo to istnieje niewiele polskich stron internetowych w sposób wyczerpujący opisujących zagadnienia związane z tą chorobą. Na naszej stronie chcemy zebrać możliwie najwięcej informacji dotyczących anoreksji, i przedstawić je w jak najbardziej przystępnej formie. Tak, aby każdy znalazł tu odpowiedź na dręczące go pytania.

Anoreksja dotyczy przede wszystkim kobiet. Jednak statystyki pokazują, że zaburzenie to dotyka coraz większej ilości mężczyzn. Obniża się także przeciętny wiek osób chorujących – przestają zadziwiać przypadki anoreksji u dziewczynek w wieku poniżej 12 lat.

Zrozumienie anoreksji dla osoby zdrowej jest trudne – ciężko wyobrazić sobie, jak ktokolwiek mógłby dobrowolnie głodzić się. Ciężko zrozumieć także to, że niejedzenie i inne typowe dla anoreksji zachowania to coś więcej niż chęć schudnięcia. Wiele osób nazywa zaburzenia odżywiania, w tym anoreksję, fanaberią. Tymczasem anorektyczne odchudzanie się ma dużo bardziej skomplikowaną naturę.

Anoreksja jest jednym z najbardziej śmiertelnych schorzeń psychicznych. Jej leczenie jest trudne, długie i wymaga ogromnej pracy ze strony osoby chorej i jej najbliższych. Dlatego warto zwracać uwagę na najwcześniejsze oznaki tego zaburzenia odżywiania. Dlatego warto wiedzieć więcej.

Anoreksja, czyli jadłowstręt psychiczny polega na tym, że osoba chora odczuwa silny lęk przed przytyciem i dąży do uzyskania możliwie niskiej wagi. Aby ten cel zrealizować stosuje głodówki, intensywnie ćwiczy, czasem także stosuje środki przeczyszczające. Skutkiem choroby jest znaczna utrata masy ciała, z którą wiążą się dalsze problemy zdrowotne. Anoreksja wyniszcza nie tylko ciało, ale także umysł. Niezależnie od swojej wagi chora osoba