

9 IGAZSÁG AZ EVÉSZAVAROKRÓL

Forrás: AED (Academy for Eating Disorders) -
Nine Truths about Eating Disorders

Az evészavarok megértését megannyi tabu és tévhit nehezíti. Szeretném ezzel a kilenc igazsággal segíteni ennek a komplex kérdéskörnek a megértését.

Sokkal összetettebb probléma áll a háttérben, mintha csak egy tudatos "nem akarok enni" vagy "túl akarom magam enni" vagy "ki akarom hányni az ételt" kérdése lenne, és sokkal gyakoribb - különösen a **szubklinikai esetek** -, mint gondolnánk.

Az evészavarok nem az evésről szólnak. Sokkal mélyebb és komplexebb folyamat áll a háttérben. Pszichoszomatikus állapotról van szó, amelyben az egyél már/ne egyél nemhogy nem segít, kifejezetten árt. Ugyanígy a diétakultúra, amiben élünk.

A megelőzés a kockázati tényezők csökkentésével, így például a **diétakultúra minimalizálásával** elősegíthető.

Az evészavarok halálos kimenetűek is lehetnek, az anorexia nervosa az egyik legmagasabb halálozási rátával rendelkező pszichiátriai betegség. Az evészavarok gyakran ötvöződnek depresszióval, önsebzéssel, és sajnos egyáltalán nem ritka az anorexiával küzdők körében az öngyilkosság sem.

Pszichológiailag többek közt teljesítménykényszer, szorongás, perfekcionizmus jellemzi. A testi tünetek igen változatosak, sokáig akár nem is észlelhetőek.



asiamaevelyn



asiamaevcsi



asiamaevcsi.hu



info@asiamaevcsi.hu

1. SOK EVÉSZAVARRAL KÜZDŐ EMBER EGÉSZSÉGESNEK TÚNIK, MIKÖZBEN SÚLYOS BETEGSÉGBEN SZENVED.



2. A CSALÁD NEM HIBÁZTATHATÓ A BETEGSÉG KIALAKULÁSÁÉRT, DE HATALMAS SEGÍTSÉG LEHET A GYÓGYULÁS FOLYAMATÁBAN.



3. AZ EVÉSZAVAR DIAGNÓZISA EGÉSZSÉGÜGYI KRÍZIS, AMI SZÉTZILÁLHATJA A CSALÁD MINDENNAPI MŰKÖDÉSÉT.



asiamaevelyn



asiamaevcsi



asiamaevcsi.hu



info@asiamaevcsi.hu

4. AZ EVÉSZAVAR NEM DÖNTÉS, HANEM PSZICHOSZOMATIKUS BETEGSÉG.



5. AZ EVÉSZAVAR ÉRJNTHET BÁRMILYEN NEMŰ, KORÚ ÉS SZÁRMAZÁSÚ EMBERT. NEM FÜGG A TESTALKATTÓL, TESTSÚLYTÓL, SZEXUÁLIS BEÁLLÍTOTSÁGTÓL VAGY TÁRSADALMI STÁTUSZTÓL.



6. AZ EVÉSZAVAR MAGÁBAN HORDOZZA AZ ÖNGYILKOSSÁG ÉS AZ EGÉSZSÉGÜGYI SZÖVŐDMÉNYEK NÖVEKVŐ KOCKÁZATÁT.



asiamaevelyn



asiamaevcsi



asiamaevcsi.hu



info@asiamaevcsi.hu

**7. A GÉNEK ÉS A MINKET
KÖRÜLVEVŐ KÖRNYEZET
EGYARÁNT NAGY
SZEREPET JÁTSZIK
AZ EVÉSZAVAROK
KIALAKULÁSÁBAN.**



**8. GÉNJEINK ÖNMAGUKBAN NEM
HATÁROZZÁK MEG AZ EVÉSZAVAROK
KIALAKULÁSÁT.**



**9. A TELJES FELÉPÜLÉS LEHETSÉGES
AZ EVÉSZAVAROKBÓL.
A GYÓGYULÁSBAN
KULCSFONTOSSÁGÚ
A KORAI FELISMERÉS
ÉS KÖZBELÉPÉS.**



asiamaevelyn



asiamaevcsi



asiamaevcsi.hu



info@asiamaevcsi.hu