

# Тема “Растройства пищевого поведения”

# Актуальность

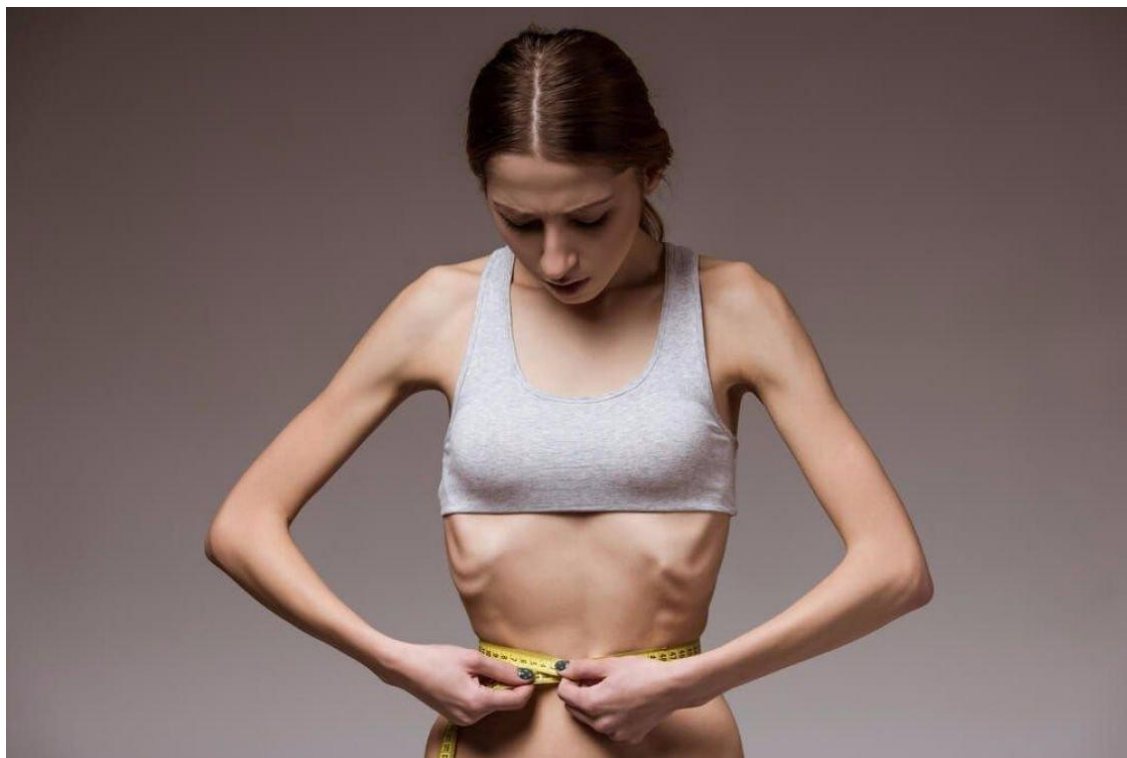
- Тема расстройство пищевого поведения (РПП) актуальна у подростков из-за возникновения новых источников пропаганды, целью которых является идеализация РПП

# Виды РПП

1. Нервная анорексия
2. Нервная булимия
3. Компulsive переедание
4. Нервная орторексия
5. Пикацизм. Парарексия
6. Руминации
7. Расстройство избегающего или ограничительного пищевого поведения



# Анорексия



**Нервная анорексия** (НА) - ограничение объема употребляемой пищи из-за страха набрать вес.

Приводит к опасной для здоровья потере веса изменению состава крови и эндокринным патологиям.

## **Симптомы НА:**

- беспричинная усталость
- нездоровый интерес к диетам
- увлеченность подсчетов калорий
- несвойственная тяга к физическим упражнениям
- отказ есть со всеми вместе
- критика собственного тела

# Булимия

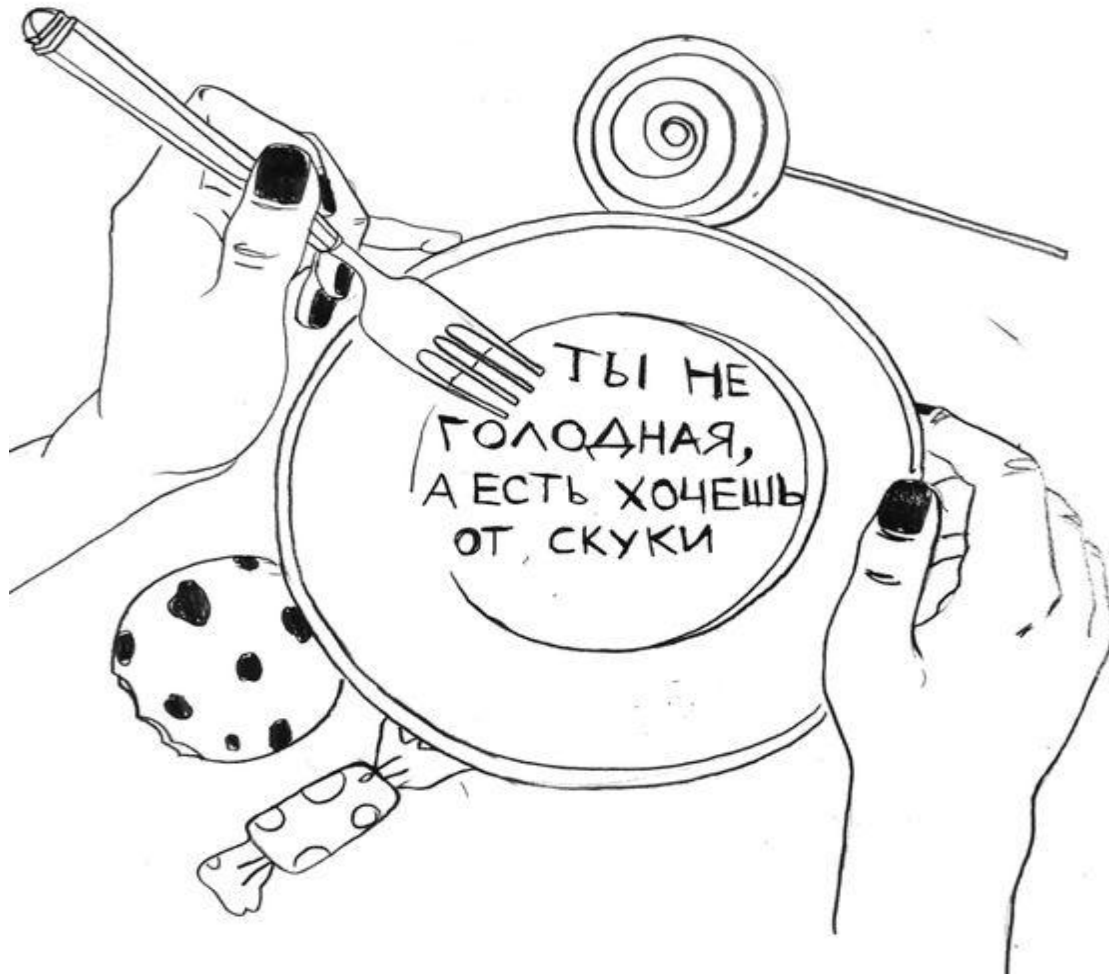
**Нервная булимия** (НБ) - переедание, чередующееся с искусственным очищением желудка и физическими нагрузками. Чревато нарушением работы ЖКТ и метаболических процессов

## **Симптомы НБ:**

- частые и длительные посещения ванной комнаты после еды
- стремительная потеря веса, несмотря на отсутствие ограничений в питании
- необъяснимые смены настроения (от депрессии до эйфории)
  - выпадение волос
- участившиеся простудные заболевания



# Компульсивное переедание



**Компульсивное переедание** (КП) - эпизодическое бесконтрольное поглощение

пищи в объеме выше нормы.

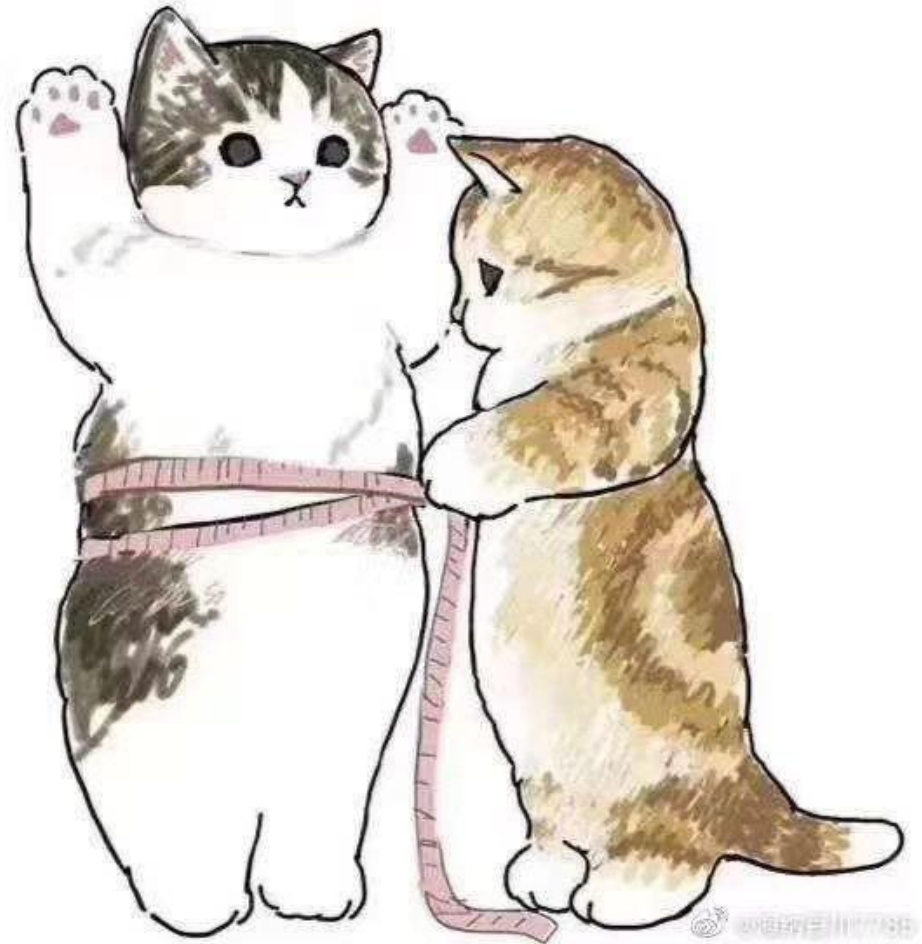
Опасно развитием гипертонии, сахарного диабета и метаболического синдрома

## **Симптомы КП:**

- ребенок, объедается несколько раз в неделю
- тянется за едой, даже если не голоден
  - поглощает пищу очень быстро
  - не может остановиться

# Виды лечения РПП

- Основные методы психотерапии:
- КПТ (когнитивно-поведенческие тактики направлены на выявление ошибок в мышлении и формирование новых реакций на раздражители, смену своего поведения);
- семейная терапия (помогает пациенту и его родным выбрать верную линию поведения, учит взаимной поддержке и способствует улучшению психологического климата в семье);
- групповой метод (даст возможность обсудить проблему с другими людьми, находящимися в такой же сложной ситуации, и всем вместе найти силы бороться с недугом);



- психоанализ (применяя этот метод, можно найти причину проблемы и скорректировать ее);
- телесно-ориентированная терапия (способ устранить психоэмоциональные проблемы через телесный контакт);
- арт-терапия (лечение искусством – рисование, лепка, поделки – помогает в осознании, принятии и выражении чувств, способствует избавлению от негатива и получению стойких

