

Evészavarok

Szakirodalmi áttekintés

Várkonyi Erika

2009

Tanulmányomban az utóbbi évek szakirodalmából válogatva összegzést kívánok adni az evészavarok témakörében kiemelt gondolatokról.

Az evészavarok fogalomkörébe korábban az anorexia nervosa és a bulimia nervosa tartozott. Az utóbbi években ez kiegészült további két fogalommal: ma már az anorexia és a bulimia nervosa mellett a szakemberek az evészavarokhoz sorolják a túlevéses zavart és a máshova nem sorolható táplálkozási zavart (EDNOS) is. A felnőttek ijesztő aránya hozható kapcsolatba a rendellenes táplálkozási szokásokkal (Sigel, 2008).

Tudjuk, hogy a felnőttkor a jelentős fizikai változások kora. Ebben az időszakban sok felnőtt küzd testfelépítését és méretét illetően elégedetlenséggel. A testről alkotott kép a család és a média együttes hatására alakul ki. A növekvő befolyás arra utal, hogy a mindenütt jelenlévő élelmiszer hirdetések és a női szépség és karcsúság hangsúlyozása a reklámokban sok fiatalban zavarhoz és elégedetlenséghez vezet. A szociokulturális faktorok, különös tekintettel a média hatására, jelentős szerepet játszanak a zavart testkép kialakulásában. A reklámok hatását vizsgáló kutatások szignifikáns összefüggést mutattak ki a média hatása és az evészavarok kialakulása között. A szakemberek szerint a gyermekorvosoknak és más felnőtteknek a média egészségesebb hatását kell erősítenie (Hogan és Strasburger, 2008).

A felnőttkori túlsúlyosság és táplálkozási zavarok megelőzését tűzi ki célul az a tanulmány is, amelyik a megelőzés érdekében öt feladatot javasol: az egészségtelen diéta ellenzése, a pozitív testkép támogatása, a mind gyakoribb és élvezetesebb családi étkezések bátorítása, a családok ösztönzése abban a tekintetben, hogy kevesebbet beszéljenek a súlyról és minél többet tegyenek meg az otthoni egészséges étkezés és fizikai aktivitás elősegítésére és végül feltételezi, hogy a túlsúlyos fiatalok tapasztalatokkal bírnak a nem megfelelő testsúlyt illetően. Ezek a javaslatok kihangsúlyozzák a családoknak nyújtandó segítség jelentőségét abban a tekintetben, hogy a testsúly helyett a hosszú távú szokásváltoztatásokra fektessék a hangsúlyt (Neumark-Sztainer, 2009).

A témával foglalkozó szakemberek külön figyelmet szentelnek annak a kérdésnek, hogy a fiatalokra milyen hatást gyakorol a családi környezet. Az elérhető adatok alapján megállapítható, hogy a szülők erős szociokulturális nyomást gyakorolnak. A szülői verbális és aktív viselkedésbeli befolyás jelentős hatást gyakorol leszármazottaik testképéről alkotott elképzeléseire. A tanulmányba foglalt vélemény szerint a szülői szerep figyelembevétele segíthet a közegészségügy fejlesztésében (Rodgers és Chabrol, 2009).

Hasonló véleményre jutott az a vizsgálat is, amely szerint a táplálkozási zavarokat kezelő klinikáktól származó információkra alapozva megállapítható, hogy az anorexia nervosa növekvő problémát jelent a gyermekek és a fiatal felnőttek körében is. Több arra utaló jelet

találhatunk, hogy a gyermekkori zavarok kiemelkedő kockázatot jelentenek az anorexia nervosa kialakulásában. A korai felismerés és a rendellenességek családi kezelése a krónikus zavarok megelőzésének fontos mozzanata (Halmi, 2009).

A kutatások specifikusabb területét képezi az a tanulmány, amelyben a terhesség alatti evészavarokat vizsgálták. Az esettanulmány öt, különböző evészavarokkal küzdő nő helyzetét írja le, a terhesség és az azt követő hónapok tüneteinek ismertetésével. Az öt klinikai eset bemutatásakor kihangsúlyozták, hogy a terhesség alatti evészavar az anya és a gyermek számára is potenciális veszélyt jelent (Madsen, Horder és Stoving, 2009).

Az utóbbi években a szakemberek felülbírálták a genetikai okok részvételéről alkotott véleményt a táplálkozási szokásokban és az azzal összefüggő kialakult zavarokban. A kutatók egy csoportja szerint a táplálkozási szokásokkal összefüggő endofenotípus tanulmányozása segíthet a genetikailag meghatározott fő jellegzetességek megragadásában (de Krom, Bauer, Collier, Adan és la Fleur, 2009).

Az anorexia és a bulimia nervosa mindeddig elkülönült klinikai zavarnak számított. Újabban azonban az evészavarok diagnosztikájában felmerült az igénye annak, hogy a két zavart egynek tekintsék. A kutatás célja az volt, hogy megállapítsa, az anorexia és a bulimia egy zavarnak tekinthető-e, amelyet egy kiváltó ok idéz elő, vagy elkülönült rendellenesség különböző okokkal. Az eredmények nem erősítették meg azt a hipotézist, hogy az anorexia és bulimia egy zavar lenne ugyanazon kiváltó okkal. Ez az evészavarok diagnosztikájának átszervezése ellen szól (Birmingham, Touyz és Harbottle, 2009).

Felhasznált irodalom

Birmingham, CL., Touyz, S., Harbottle, J. (2009 Jan). Are anorexia nervosa and bulimia nervosa separate disorders? Challenging the „transdiagnostic” theory of eating disorders. (online) Eur Eat Disord Rev, 17(1):2-13. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 18781580

Halmi, KA. (2009). Anorexia nervosa: an increasing problem in children and adolescents. (online) Dialogues Clin Neurosci, 11(1):100-3. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19432392

Hogan, MJ., Strasburger, VC. (2008 Dec). Body image, eating disorders, and the media. (online) *Adolesc Med State Art Rev*, 19(3):521-46. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19227390

De Krom, M., Bauer, F., Collier, D., Adan, RA., la Fleur, SE. (2009). Genetic variation and effects on human eating behavior. (online) *Annu rev Nutr*, 29:283-304. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19400703

Madsen, IR., Horder, K., Stoving, RK. (2009 Jun). Remission of eating disorder during pregnancy: five cases and brief clinical review. (online) *J Psychosom Obstet Gynaecol*, 30(2):122-6. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19533492

Neumark-Sztainer, D. (2009 Mar). Preventing obesity and eating disorders in adolescents: what can health care providers do? (online) *J Adolesc Health*, 44(3):206-13. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19237105

Rodgers, R., Chabrol, H. (2009 Mar). Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: a review. (online) *Eur Eat Disord Rev*, 17(2):137-51. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19130467

Sigel, E. (2008 Dec). Eating disorders. (online) *Adolesc Med State Art Rev*, 19(3):547-72. Absztrakt forrása: PubMed PMID: 19227391