



Ätstörningar

Ätstörningar präglas av ihållande svårigheter rörande födo-intag och onormal strävan efter att gå ner i vikt samt av upptagenhet med tankar kring vikt och kroppsform. De vanligaste ätstörningarna är anorexia nervosa och bulimia nervosa.

Den som har anorexia nervosa kan ha så pass låg vikt på grund av självsvält att normala biologiska funktioner inte kan upprätthållas, som exempelvis menstruation. Viktiga psykiska kännetecken är rädsla för att gå upp i vikt eller bli tjock, störd kroppsuppfattning samt att självkänslan är mycket beroende av vikt och kroppsform. Även om man väger alldeles för lite uppfattar man ofta sig själv som överviktig. Orsaker till sjukdomen är både psykologiska och biologiska. Svåra perioder eller händelser som pubertet, dödsfall eller en familjekris kan också utlösa anorexia.

Bulimia nervosa är en ätstörning som präglas av hetsätning och försök att bli av med det man ätit, oftast genom att kräkas eller använda laxermedel. Som vid anorexia nervosa kan det finnas en stark rädsla för att gå upp i vikt och självkänslan kan vara mycket beroende av vikt och kroppsform.

Symptom

Psykiska tecken på ätstörningar kan vara följande:

- Viktfoxi
- Störd kroppsuppfattning
- Bantningsfixering
- Matfixering
- Koncentrationssvårigheter
- Depression
- Sömnsvårigheter, leder till trötthet
- Försämrat omdöme
- Dålig självkänsla
- Självförakt
- Humörsvängningar

Fysiska tecken på ätstörningar kan vara följande:

- Kraftig viktnedgång som leder till undervikt
- Menstruationsbortfall
- Försenad pubertetsutveckling
- Sänkt ämnesomsättning
- Låg puls
- Lågt blodtryck
- Sänkt kroppstemperatur
- Fryser ofta
- Muskelsvaghet
- Tandskador (frätskador p.g.a. upprepade kräkningar)
- Ökad behåring av kroppen

Behandling

Ätstörning är en allvarlig sjukdom som man behöver behandling för att bli frisk ifrån. Diagnosen ställs både utifrån kroppsliga och psykiska symtom. Först måste man bryta svälttillståndet och återskapa den normala näringsbalansen. Psykoterapi kan ske såväl med familjen som med patienten individuellt.

Visste du att

- ätstörning debuterar oftast under de senare tonåren i 16- till 19-årsåldern.
- en tidigare sjukdomsdebut, ibland så tidigt som vid 7 till 8 års ålder är inte helt ovanligt.
- 5–10 procent av de som lider av ätstörningar är pojkar eller män.



Hjärnfonden

PG 90 11 25-5 | BG 901-1255