

СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МОЛОДЕЖИ О РАССТРОЙСТВАХ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ (БУЛИМИЯ)

Е.М. Солодовник, старший преподаватель
Л.А. Неповинных, старший преподаватель
Петрозаводский государственный университет
(Россия, г. Петрозаводск)

DOI: 10.24411/2500-1000-2020-10227

Аннотация. Статья посвящена освещению новой «современной» болезни – булимии. Булимия – это расстройство приёма пищи. В работе рассмотрены причины возникновения булимии, ее симптомы. Проведен анонимный социологический опрос с целью определения у девушек удовлетворенности своей фигурой. В результате данной работы определили степень информированности современной молодежи о данной болезни и их желании следить за своей фигурой. Даны рекомендации: использовать различные диеты, только после консультации со специалистом и под врачебным контролем.

Ключевые слова: булимия, питание, обжорство, факторы риска, признаки, последствия.

Булимия – это расстройство приёма пищи, для которого характерны повторные приступы переедания и чрезмерная озабоченность контролированием массы тела, что приводит человека к принятию крайних мер, призванных уменьшить влияние съеденного на массу тела.

Булимия всё больше обгоняет нервную анорексию по частоте, но не по необходимости и обязательности клинического лечения. К сожалению, на данный момент приходится довольствоваться приблизительными данными о распространенности булимии. Наибольшее число больных выявляется при опросах населения. Так, в США 10% женщин в возрасте от 15 до 35 лет отмечают у себя булимические эпизоды, однако, это не отражает реального положения вещей.

На сегодняшний момент известно несколько сценариев протекания булимии: без вызывания рвоты, просто происходит компульсивное переедание в течение нескольких дней или по вечерам, после чего период голодовки, а затем всё начинается заново. Либо приступы обжорства не так часты, чтобы начинать паниковать, в основном, во время обильных праздничных застолий, когда ешь много, потом приходится вызывать рвоту. Всё это начало булимии.

Булимики всегда крайне обеспокоены употреблением пищи и ее последствиями, это выражается в постоянных разговорах о лишнем килограммах, больших калориях и т.д. Булимия, в отличие от анорексии, сложно определяема – как правило, больные не показывают своих пристрастий к еде на людях. Современная наука считает булимию не только результатом отклонений в пищевом поведении, это связь со всеми процессами подсознательного: от обычных человеческих страхов и тревог, скрытой агрессии, выражающейся вот в такой форме. Характер питания у булимиков становится а-витаминно, а-аминокислотно, а-минерально, а-жировым, то есть дефицит всего, на чём основывается жизнь и функционирование организма.

Считается, что вышеуказанная проблема очень мало изучена и, в настоящее время, не известна определенная причина булимии. Исследователи полагают, что это начинается с неудовлетворенности человека своим телом и чрезвычайного беспокойства о весе и стройности. Обычно у людей, страдающих от булимии, снижена самооценка, высокая ранимость, зависимость от мнения окружающих и страх набрать в весе вновь после похудения. А вот уже основы этих причин досконально раскрывает психоанализ [1].

Различают булимию двух типов:

1. Классический (очистительный): больной регулярно провоцирует рвоту или злоупотребляет слабительными.

2. Булимия как вторая стадия анорексии: больной применяет другое компенсирующее поведение, например, голодает или активно занимается спортом, однако не провоцирует рвоту регулярно и не злоупотребляет слабительными.

Больного булимией выдают две вещи: во-первых, неутолимый аппетит и, во-вторых, огромные старания, которые он прилагает, чтобы избавиться от поглощенных калорий. В отличие от больных анорексией, булимиков сложно сразу же узнать в толпе, ориентируясь на чрезмерную худобу и отказ от пищи. Как правило, вес больных булимией приблизительно соответствует норме, хотя и не исключены значительные отклонения веса от нормы.

Жертвы булимии очень следят за своим весом и фигурой, поэтому часто или периодически пытаются соблюдать диету. В их мировосприятии и самоощущении, вес и фигура занимают первые места. Зачастую именно это факторы определяют их отношение к себе.

Симптомы, предшествующие булимии: чувство вины за съеденную пищу; отсутствие самоконтроля; глубокая депрессия. Основными признаками булимии являются – обжорство; ощущение потери контроля над собой в период этого приступа (например, чувство, что невозможно воздержаться или невозможно контролировать количество съедаемой еды); депрессия, чувство вины и ненависти к самому себе; ощущение отсутствия самоконтроля; постоянная потребность одобрения другими совершающих им поступков; искаженные представления о норме собственного веса.

Выделяют 2 вида булимии: «тяжелая» и «нервная».

Тяжелая булимия – это булимия, требующая срочного стационарного лечения.

Нервная булимия – нарушение пищевого поведения, характеризующееся резким усилением аппетита, наступающим обычно в виде приступа и сопровождающееся чувством мучительного голода, общей слабостью, болями в подложечной области. Булимия встречается при некоторых заболеваниях центральной нервной системы, эндокринной системы, психических расстройствах. Часто булимия приводит к ожирению.

Основные симптомы «тяжелой» булимии: сильные колебания массы тела (до 10-15 кг); повышенная болезненность и усталость мышц; воспаление околоушных желез; раздражение в горле; воспаление десен [2].

Последствия булимии. Чрезмерная еда и принудительная очистка желудка в сочетании со слабостью нервной системы или характера, могут привести к серьезным осложнениям: разрушения взаимоотношений с близкими людьми и потеря интереса к жизни; лекарственная или наркотическая зависимости; смерть; острая сердечная недостаточность; развитие нейроэндокринного синдрома (нарушение менструальной функции). Серьезные заболевания, угрожающие жизни: язвенные поражения желудочно-кишечного тракта; внутреннее кровотечение; гипогликемия (состояние, характеризующееся низким уровнем сахара в крови); перфорация желудка; нарушение функции и заболевания почек; аритмия (нарушение сердечного ритма).

Мы провели социологический анонимный опрос с целью определения у девушек удовлетворенности своей фигурой, а задачи – охарактеризовать понятие «булимия»; определить, насколько актуальна тема «похудеть» в современном обществе; выяснить природу появления данного заболевания. В опросе приняла участие группа из 78 девушек, студентки в возрасте 17-20 лет.

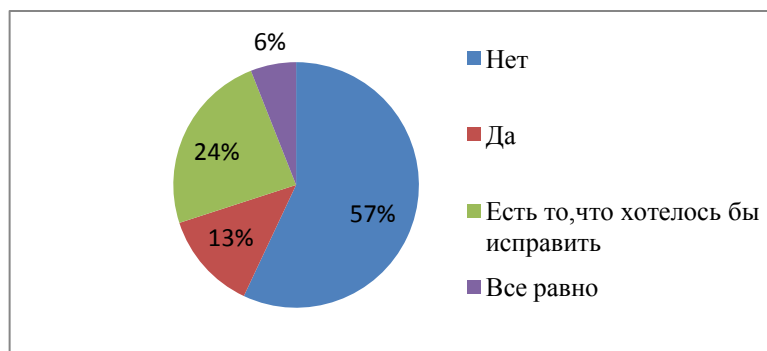


Рис. 1. Вопрос: «Нравится ли вам ваша фигура?»

Большинство девушек недовольны своей фигурой (57%) и некоторые хотели бы исправить что-либо (24%), 13% опрошен-

ных полностью довольны своей фигурой и не отели бы ничего в ней поменять. Для 6% девушек фигура не имеет значения.

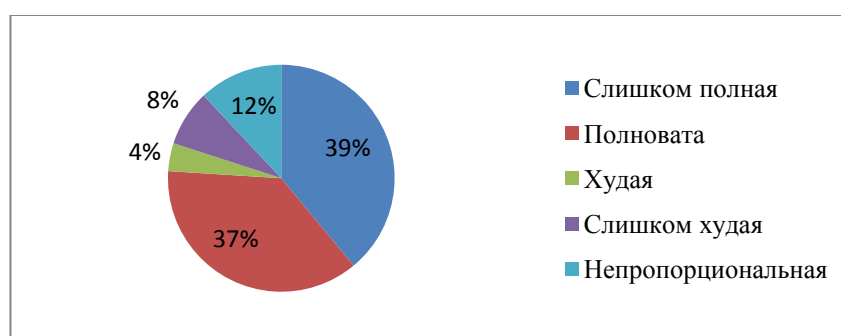


Рис. 2. Вопрос: «Если нет, то почему?»

Примерно одинаковое количество девушек, которые ответили «нет» на предыдущий вопрос считают, что они полноваты (37%) или слишком полноваты (39%), 4% девушек недовольны своей фигурой, по-

скольку они худые, 8% – потому, что излишне худые, 12% девушкам не нравится своя фигура, так как они считают её непропорциональной.

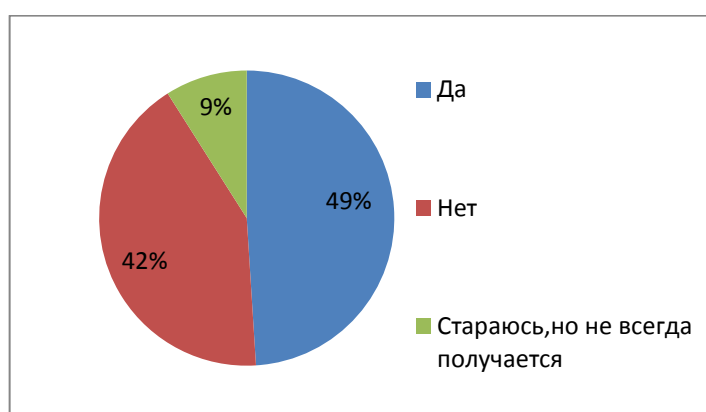


Рис. 3. Вопрос: «Следите ли вы за своим питанием?»

49% опрошенных девушек следят за своим питанием, 42% – нет. 9% удается следить за своим питанием с переменным успехом.

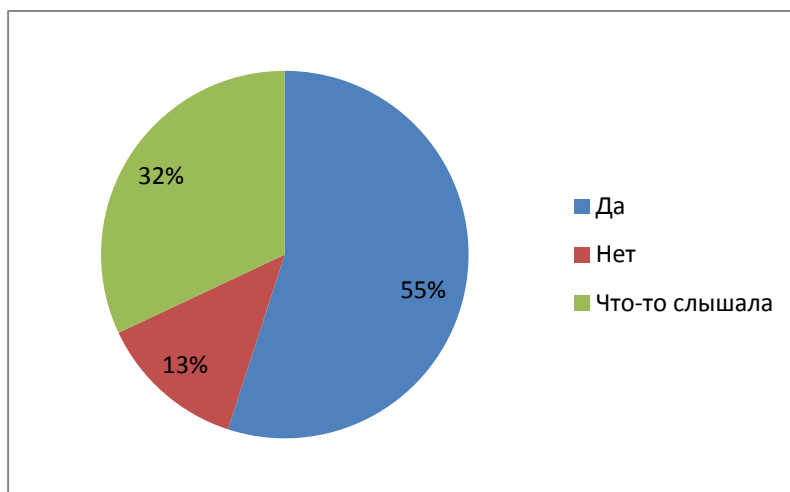


Рис. 4. Вопрос: «Знаете ли Вы, что такое булимия?»

Большее половины (55%) девушек знакомы с понятиями анорексия и булимия, 13% ничего о них не знают. 32% оп-

рошенных что-то слышали о данном понятии.

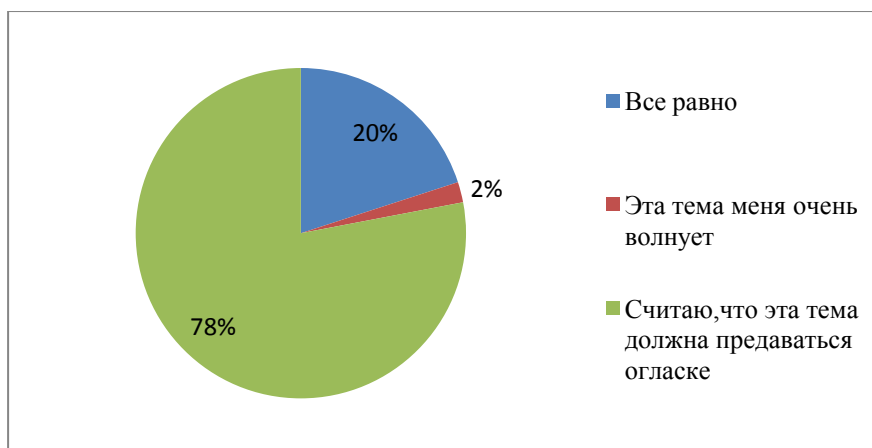


Рис. 5. Вопрос: «Как вы относитесь к такому понятию как булимия?»

78% опрошенных девушек поддерживают мнение о том, что такая болезнь как булимия должна быть освещена в СМИ, 20% никоим образом не заинтересованы в данной теме, и только 2% опрошенных девушек волнуют данные заболевания.

Заключение. Булимия – это психическое расстройство, которое повышает аппетит, вызывает чувство сильного голода и впоследствии заканчивается обжорством, после которого больной старается искусственно вызвать рвоту или каким – либо другим способом очистить желудок.

Прогресс этого заболевания начался в XX веке, при чем, немалую роль в этом сыграли СМИ, пропагандирующие в качестве идеала красоты худую женщину. Женщины, особенно молодые, для соот-

ветствия этим надуманным идеалам шли и идут на большие жертвы, подрывая своё здоровье. Существует список определенных профессий, где пищевые запреты и диеты являются их частью, что неизбежно является угрозой для психического здоровья. Худоба обычно выступает основным признаком таких профессий: модельный бизнес, танцы, гимнастика, балет, спорт на выносливость, бег. Для выявления отношения девушек к вопросу похудения и понятий анорексия и булимия мной был проведён социологический опрос. Его результаты показали, на данный момент вопрос похудения и фигуры в целом стоит ребром у девушек в большей степени. Это говорит о том, что девушки по-прежнему более подвержены такой болезни, как булимия в

виду многих причин: собственные идеалы, общественное мнение. Однако среди опрошенных также есть большой процент тех, кто выбирает прежде всего здоровый образ жизни.

Это вовсе не означает, что девушки перестанут голодать, но хочется надеяться, что их количество явно уменьшится и уйдут в прошлое и знаменитые параметры 90-60-90.

Библиографический список

1. Пономарева Л.Г. Современные представления о расстройствах пищевого поведения // Молодой ученый. – 2010. – №10. – С. 274-276.
2. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения: справочник практического психолога. – М., 2002. – 1041 с.

MODERN REPRESENTATIONS OF YOUTH ABOUT DISORDERS OF FOOD BEHAVIOR (BULIMIA)

EAT. Solodovnik, *Senior Lecturer*

L.A. Innocent, *Senior Lecturer*

Petrozavodsk State University

(Russia, Petrozavodsk)

Annotation. *The article is devoted to coverage of a new "modern" disease - bulimia. Bulimia is an eating disorder. The paper discusses the causes of bulimia, its symptoms. An anonymous opinion poll was conducted to determine girls' satisfaction with their figure. As a result of this work, the degree of awareness of modern youth about this disease and their desire to monitor their figure was determined. Recommendations are given: to use various diets, only after consultation with a specialist and under medical supervision.*

Keywords: *bulimia, nutrition, gluttony, risk factors, signs, consequences.*