

Hlad není nejlepší kuchař

Cesta za ideálem krásy může člověku pořádně ublížit – stačí jisté předpoklady a k tomu určitý spouštěcí impuls a ocitne se v náručí anorexie a bulimie, tedy poruch příjmu potravy. Jde o pochmurný módní trend, který bohužel neoslabuje.

Jídlo je někdy nebezpečná zbraň, která může velmi ublížit. Třeba takto: celý den je člověk v jednom kole, lítá z porady na poradu, práce se nekontrolovatelně kupí, a tak se nestihne ani najíst. Schvácen dorazí domů – první cesta vede k lednici. Celodenní půst si pak jednorázově a do sytosti vychutná. Samozřejmě to není nic výjimečného, někdy se to stane každému. Pokud se ale podobné situace opakují stále častěji, může se jednat o počáteční projev vážného onemocnění. Jde o poruchu příjmu potravy.

Může to být bulimie, nekontrolovatelné jednorázové přejídání až k prasknutí (a následné hladovění, zvracení apod.), nebo anorexie, tedy odmítání jídla spojené s panickou hrůzou z nadváhy. V obou případech jde o vážnou psychickou poruchu, která může mít fatální konec.

„Lidský mozek je úžasný mechanismus a chemické procesy, které v něm probíhají, jsou jako špičková alchymie,“ říká doktorka Uhlíková. „I my bychom rádi věděli, co se v mozku děje, ale dosud to nikdo nerozšířoval. Normálně uvažující jedinec nepochopí, proč si pacient trpící bulimií vyvolává po každém jídle zvracení, bere projímadla, i když dobře ví, jak si ubližuje.“

Plíživé nebezpečí

Mnohdy rodina ani okolí nic netuší, protože úbytek váhy není na dotýcném příliš vidět. Tak může dojít k rychlému metabolickému rozvratu a nemocný umírá na zástavu srdce. Bulimici se totiž nepřetržitým zvracením zbavují velkého množství iontů, bez kterých nelze srdce nastartovat. Bohužel strach z obezity a úzkost přebijí pud sebezáchovy.

Jídlo má na žebříčku životních hodnot důležité místo

Statistiky uvádějí, že porucha příjmu potravy je dnes třetím nejčastějším psychiatrickým onemocněním dospívajících. V porovnání s ostatními psychiatrickými chorobami je v tomto případě úmrtnost dvakrát vyšší. A to ještě není vše. Oproti zdravé populaci je úmrtnost u nemocných anorexií a bulimií desetkrát vyšší.

Jak je možné, že nejsme schopni ohlídat si takovou samozřejmou věc, jakou je obyčejné jídlo? „Jídlo je základní životní potřeba, bez které se neobejdeme a která hraje důležitou roli i v systému odměn,“ říká MUDr. Petra Uhlíková z psychiatrické kliniky 1. LF a VFN v Praze. „Má na žebříčku životních hodnot své důležité místo. Je to postoj k životu, který si dítě vytváří do pěti let svého života, vlastně ho tvoří rodina jako celek. Pokud nebude mít dítě pevné stravovací návyky v raném věku, tak na převýchovu ve školním věku je už pozdě.“

Anorexie a bulimie jsou pochmurnými módními trendy, podlehnout jim může každý z nás. Není divu. Den co den média líčí své nenápadné pasti. Z obrazovek i časopisů vyskakují samí mladí, štíhlí a úspěšní lidé, kteří mají být vzorem. Těžko by mohl prodávat nízkokalorický jogurt tlustý, pihatý adolescent s křivým nosem. Jenže my se postupně stáváme zajatci kultu abnormální štíhlosti. Někdo víc, někdo míň.

Horší než
anorexie a bulimie
je jejich kombinace

Problémy s jídlem se stále častěji týkají i mužů



Lidé automaticky spojují s anorexií a bulimií ženy a dívky. Jenže to už tak úplně neplatí. Dnešní doba si žádá krásné, štíhlé a elegantní manažery, a tak problémy s příjmem potravy postihují i značnou část mužské populace. Stále více mužů se soustřeďuje na svůj vlastní vzhled, čas tráví u zrcadla, v posilovně, kde pracují na muskulatuře a neustále přeměřují bicepsy – to už je Adónisův syndrom. Ale pokud k tomu takový krasavec přidá diety, řítí se anorexií do náruče.

Pozor na pubertu

Doktorka Petra Uhlíková říká: „Nejhorší je, když jde anorexie či bulimie ruku v ruce s pubertou. Může dojít k nevratné devastaci organismu, zastaví se vývoj. Děti přestávají růst, dívky ztrácejí menstruaci a dochází k rychlému metabolickému rozvratu. Ráno vidíte dítě zdravé a večer už leží na jednotce in-

tenzivní péče. Někteří dospívající pacienti mají sebevražedné sklony a je zcela běžné, že dochází i k sebepoškozování. Tady můžou udělat velkou chybu nevědomky i rodiče. Dítě sportuje, jí zdravě, nejlépe samou zeleninu, a pečuje o svůj vzhled, a rodiče jsou na ně tedy právem pyšní. Jenže v tom může být zrada: můžou to být průvodní jevy začínající anorexie. A to je nejvyšší čas, kdy by měli vyhledat odborníka.“

Kilo za 50 000 korun

Někdy se nemocní vyléčí během několika měsíců. Jindy to trvá třeba dvacet let. A někdy zemřou už za rok a nikdo není schopen to zvrátit. Málo se ví, že léčba anorexie a bulimie patří mezi nejdražší v oboru psychiatrie. Nejenom že je velmi drahý provoz na jednotce intenzivní péče, ale jeden jediný kilogram váhy, který nemocný přibere, stojí i desítky tisíc korun „Když je pacient v kritickém stavu, leží na JIP třeba tři týdny. Velmi často se ale stává, že těžce a draze nabrané kilogramy za dva týdny shodí. To jsou nemilosrdná pravidla začarovaného kruhu,“ dodává doktorka Uhlíková.

Stále častěji dnes slyšíme a čteme, že největším zabijákem lidstva je právě obezita. Na nemoci způsobené nadváhou umírají lidé dokonce častěji než na rakovinu. Kde je tedy ta tenká neviditelná čára, kterou nesmíme překročit, abychom neuvízli ve spárech obezity – či naopak anorexie? Přesně se to sice říci nedá, ale příroda nás obdařila genetickou výbavou a mozkem, takže by si naše tělo mělo samo říct, co potřebuje. A proto bychom mu měli naslouchat.

Kontakty na léčbu najdou čtenáři na webových stránkách www.pppinfo.cz. Ovšem první kontakt by měl doporučit obvodní lékař a to po důkladném komplexním vyšetření. ■

Poruchy příjmu potravy v číslech

- riziková skupina pro mentální anorexií je 13–15 let
- riziková skupina pro bulimii je 16–25 let
- polovina 13–14letých dívek si přeje zhubnout
- bulimií trpí v ČR 4–6 % dospívajících dívek, což je asi každá dvacátá dívka
- mentální anorexií trpí 1% dívek, tedy každá stá dívka
- na 10 až 20 nemocných dívek připadá 1 nemocný chlapec
- ročně je hospitalizováno 500 anorektiků a 200 bulimiků
- 5% nemocných ročně umírá
- zatímco anorexie postihuje mladou generaci, bulimií trpí zejména ženy v produktivním věku