

PORUCHY  
PRÍJMU  
POTRAVY

# MENTÁLNA ANOREXIA

- vedomé obmedzovanie potravy
- skreslené vnímanie seba, svojho tela
- pridružené rôzne fyzické ochorenia
- nízka hmotnosť

# MENTÁLNA BULÍMIA

- fázy prejedania sa
- pocity viny, následne vyvolávanie zvracania, užívanie prehánadiel
- chorobný strach z príbratia
- hmotnosť zvyčajne priemerná, občasne podpriemerná

# SLEDUJTE VĀROVNÉ SIGNÁLY!

## MENTÁLNA ANOREXIA

- nadmerné cvičenie
- neprirodzený záujem o svoju postavu a hmotnosť
- perfekcionizmus
- podráždenosť, precitlivenosť,  
popieranie problému
- depresívne pocity
- vyhýbanie sa spoločnému stolovaniu

# SLEDUJTE VAROVNÉ SIGNÁLY!

## MENTÁLNA BULÍMIA

- nadmerné jedenie
- manipulácia s jedlom - skrývanie, vyhadzovanie
- známky častého zvracania - opuchnutá časť tváre, poškodené zuby
- pocit únavy
- emočná nestabilita

# PORUCHY PRÍJMU POTRAVY

- môžu sa prelietať jedna k druhej
- začiatok zväčša medzi 14. - 18. rokom života
- najčastejšie postihujú ženy, ale nie len ženy - asi 10% všetkých pacientov tvoria muži
- veľmi nebezpečné, môžu mať fatálne následky - podvýživa, dehydratácia, zlyhanie srdca
- počas liečby sa snažíme zastabilizovať hmotnosť, ale liečime aj pridružené psychické problémy

Ak máte podozrenie, že vy alebo niekto z vášho okolia trpí na jednu z porúch príjmu potravy, neváhajte o tom niekomu povedať. Môžete vyhľadať pomoc školskej psychologičky či iných odborníkov, obrátiť sa na Ipčko, Linku detskej istoty. V neposlednom rade je tu aj projekt Chuť žiť. Hlavne v tom neostávajúte sami!