

Ψυχογενής (ή Νευρογενής) Βουλιμία (ΨΒ)

(Bulimia Nervosa)

Τα βασικά σημεία της διαταραχής αυτής είναι:

α) επαναλαμβανόμενα επεισόδια υπερφαγίας, από πολλά την ημέρα, μέχρι δύο την βδομάδα κατά μέσο όρο.

β) το άτομο στη διάρκεια αυτών των επεισοδίων αισθάνεται ανίκανο να ελέγξει και να σταματήσει την εξέλιξη του επεισοδίου

γ) συχνοί αυτοπροκαλούμενοι έμετοι, χρήση καθαρτικών ή διουρητικών, αυστηρές δίαιτες ή νηστεία, ή εξουθενωτική άσκηση, ώστε να αποτραπεί το ενδεχόμενο το άτομο να βάλει βάρος, και

δ) επίμονη ενασχόληση του ατόμου με το σχήμα και το βάρος του σώματός του.

Έτσι, το βουλιμικό άτομο κάποιες έως πολλές φορές τη βδομάδα θα καθίσει να φάει ή θα νιώσει την ανάγκη να καθίσει να φάει, νιώθοντας ταυτόχρονα πολύ γρήγορα την επιτακτική ανάγκη να καταβροχθίσει μεγάλες ποσότητες φαγητού ή τροφίμων, χωρίς και να αισθάνεται ότι μπορεί να σταματήσει. Τρώει και ξανατρώει συνεχώς, μπορεί στην κυριολεξία μερικές φορές , να αδειάσει το ψυγείο ή τα ράφια της κουζίνας, κι όλο αυτό με μια τέτοια ταχύτητα πολλές φορές, ώστε στην ουσία να κατεβάζει ότι τρώει αμάσητο. Γι'

αυτό και συνήθως προτιμάει εύκολα πεπτόμενες τροφές, αλλά και υψηλής περιεκτικότητας σε υδατάνθρακες, όπως κουλουράκια, παγωτό, μπισκότα, ψωμί ή γλυκά. Συχνά το επεισόδιο συνοδεύεται από συναισθήματα αγωνίας, ανημποριάς και ενοχής, και η μόνη ίσως ανακουφιστική ιδέα είναι ότι μόλις τελειώσει το φαγητό, το άτομο θα πάει στην τουαλέτα να το βγάλει. Τέτοια συναισθήματα ενοχής, αναγκάζουν συνήθως το άτομο με ΨΒ να επιδίδεται σ' αυτή τη δραστηριότητα κρυφά, ο έμετος που μπορεί να ακολουθήσει -και πέρα από το ότι συνήθως δημιουργεί καινούρια αίσθηση πείνας- αφήνει το άτομο σε μια πολύ δυσάρεστη συναισθηματική διάθεση, κάτι που κάνει ακόμη πιο ευάλωτο στο αμέσως επόμενο βουλιμικό επεισόδιο. Ένα βουλιμικό επεισόδιο μπορεί εξ άλλου να τελειώσει είτε όταν τελειώνει το φαγητό, είτε γιατί το άτομο κατάκοπο θα κοιμηθεί, θα πονέσει πολύ το στομάχι του, ή το επεισόδιο θα διακοπεί από την παρουσία κάποιου άλλου ατόμου.

Το βουλιμικό άτομο, όπως και το ανορεκτικό, νοιάζεται πάρα πολύ για το βάρος και το σχήμα του σώματός του, επειδή όμως δεν υπάρχει, σε αντίθεση με την Ψυχογενή Ανορεξία, η διαταραγμένη εικόνα του σώματος, το βάρος του μπορεί να κυμαίνεται, άλλοτε λίγο πάνω κι άλλοτε λίγο κάτω- όχι όμως κι αισθητά- από το φυσιολογικό. Παρόλα αυτά και επειδή οι προσλαμβανόμενες θερμίδες κάποιες μέρες ξεπερνούν τις μερικές χιλιάδες, το άτομο αναγκάζεται, και ανεξάρτητα αν κάνει εμέτους ή όχι, να παίρνει κάποτε καθαρτικά ή διουρητικά, να υποβάλλεται σε αυστηρές δίαιτες ή πολύωρη σωματική άσκηση.

Μερικές φορές ο αυτοπροκαλούμενος έμετος εξελίσσεται σε αυτοσκοπό, έτσι ώστε το βουλιμικό άτομο τρώει ίσα-ίσα για να κάνει εμετό, ακόμη και με μικρή λήψη τροφής.

Οι συνέπειες της Ψυχογενούς Βουλιμίας αφορούν κάποτε προβλήματα τόσο στο επίπεδο της κοινωνικής και ακαδημαϊκής ή επαγγελματικής λειτουργικότητας, αλλά και στο οικονομικό, αν σκεφτεί κανείς πως κάποιες έφηβες ή νεαρές ενήλικες μπορεί να ξοδεύουν όλα τους τα χρήματα στο φαγητό, όσο και σε θέματα σωματικής υγείας. Η κατάχρηση εμέτων και καθαρτικών, ιδιαίτερα στα χρόνια και βαριά περιστατικά, έχει σα συνέπεια, τη διαταραχή των ηλεκτρολυτών και οξεοβασικής ισορροπίας του σώματος, κάτι που μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την καρδιά (αρρυθμίες, αιφνίδιος θάνατος), τα νεφρά, και το αίμα (αναιμία), γαστρίτιδα και έλκος στο στομάχι, οισοφαγίτιδα, διόγκωση των παρωτίδων, καταστροφή των δοντιών. Η ΨΒ δεν είναι τόσο βαριά διαταραχή, όσο η Ψυχογενής Ανορεξία, δεν έχουμε όμως επαρκή στοιχεία για τη θνησιμότητά της, που πάντως υπάρχει.

Σ' ότι αφορά την εξέλιξη της, σε ένα σημαντικό ποσοστό ατόμων η ΨΒ υποχωρεί από μόνη της μετά από κάποιους μήνες. Σε ένα μικρό ποσοστό όμως η κατάσταση χρονίζει και η

διαταραχή διαρκεί χρόνια με εξάρσεις και υφέσεις.

Η ΨΒ είναι πολύ πιο συχνή σε γυναίκες (περίπου 90%), με ηλικία έναρξης συνήθως την εφηβεία και μπορεί να προσβάλλει το 1-2% του γυναικείου πληθυσμού, με υψηλότερα ποσοστά σε κάποιες ηλικιακές ομάδες (5-19% σε σπουδάστριες), αν και σ' αυτές τις νεαρότερες ηλικίες δεν είναι τόσο αυτή καθ' αυτή η ΨΒ που ανεβάζει τα ποσοστά, όσο κάποιες βουλιμικές συμπεριφορές με τις οποίες μια έφηβη μπορεί να πειραματίζεται. Η συχνότητα της ΨΒ, όπως και της Ψυχογενούς Ανορεξίας, φαίνεται πως τα τελευταία χρόνια αυξάνεται σημαντικά.

Η Νευρογενής Βουλιμία θεωρείται ψυχογενής νόσος και υπάρχουν διάφορα θεωρητικά πλαίσια εξήγησής της. Η αντιμετώπισή της κινείται στους ίδιους περίπου άξονες με αυτήν της Ψυχογενούς Ανορεξίας (ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία κυρίως ή και φάρμακο) με καλά σχετικά αποτελέσματα, κάτι στο οποίο συνεισφέρει και το γεγονός ότι τα άτομα που πάσχουν από ΨΒ έχουν συνείδηση της κατάστασής τους και αναζητούν την ανάλογη βοήθεια.

Και στην Ψυχογενή Βουλιμία η έρευνα στρέφεται τελευταία στην ανακάλυψη μεθόδων πρόληψής της, απ' όπου αρχίζει να φαίνεται πως η έγκαιρη πληροφόρηση και ενημέρωση μπορεί να λειτουργήσει αποτελεσματικά.

Προτεινόμενο Βιβλίο

Τίτλος: [Βουλιμία: Ξανακερδίστε τον έλεγχο](#)

Συγγραφέας : Fairburn Christopher

Μεταφραστής : Χήρα Μαρία

Ψυχογενής Βουλιμία

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator

Πέμπτη, 24 Ιούνιος 2010 03:18 - Τελευταία Ενημέρωση Παρασκευή, 09 Ιούλιος 2010 17:28

Εκδότης : ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΠΑΤΑΚΗ

Σειρά: Βιβλιοθεραπεία (Διευθ.: Γρηγ. Σίμος)