

## **НЕРВНАЯ АНОРЕКСИЯ**

**Красильникова Ангелина Олеговна**

студент, Ресурсный центр “Сеченовский Медицинский Предуниверсарий”, РФ, г. Москва

**Дегтяревская Татьяна Юрьевна**

канд. биол. наук, доцент, первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова, РФ, г. Москва

**Аннотация.** В современном мире большую популярность имеет худоба как среди женщин, так и мужчин. Таковы нынешние стандарты красоты. Однако похудение может сопровождаться не только стремлением обладать стройной фигурой, но и сбоями в организме. Это, в свою очередь, способно привести к нервной анорексии и ее последствиям. В статье рассматривается данное заболевание и отношение людей к своей фигуре.

**Ключевые слова:** анорексия; виды анорексии; история возникновения нервной анорексии; последствия анорексии; нервная анорексия.

### **Оглавление:**

#### 1. Введение

- Актуальность темы
- Цель исследования
- Задачи исследования
- Новизна темы

#### 2. Понятие «Нервная анорексия»

- Определение
- Классификация

#### 3. История

#### 4. Причины возникновения нервной анорексии

#### 5. Последствия данного заболевания

#### 6. Статистические данные об анорексии, основанные на научных исследованиях

#### 7. Результаты социологического опроса

#### 8. Заключение

#### 9. Литература

## 1. Введение

Актуальность темы:

Каждый человек стремится к идеалу. А если он не может по каким-либо причинам достичь его в определенной сфере, то будет стараться прийти к нему в другой. Таким образом, в большинстве случаев, чаще у женщин, выбор падает на желание обладать стройной фигурой, так как образы худых моделей навязывают женщинам ошибочное равенство худоба=красота. С учетом того, что в наше время стандарты красоты, а в частности физического состояния тела, сильно поменяли свои параметры, такое увлечение может привести к необратимым последствиям.

Цель исследования: изучить данное заболевание и отношение людей к своей фигуре.

Задачи исследования:

- Изучить литературу, материалы которой направлены на изучение и раскрытие нервной анорексии.
- Охарактеризовать понятие “анорексия”.
- Выявить отношение социума к стандартам модельной внешности.
- Провести социологический опрос определенных возрастных групп.
- Сделать определенные выводы на основании теории и практики.

Новизна темы: объясняется малоизученностью темы и результатами социологического опроса, проведенного мной.

## 2. Понятие «Нервная анорексия»

Нервная анорексия (an- отрицание, orexis- стремление, позыв к еде)- это патологическое пищевое поведение, выражающееся сознательным отказом от еды с целью коррекции внешности, приводящее к выраженным эндокринным и соматическим нарушениям. Нервная анорексия отмечается чаще у молодых девушек в пубертатном и постпубертатном периодах.

Классификация:

(3 стадии развития патологического процесса)

Преданорексическая — появляются комплексы и замечания по поводу своего “полного тела”, а также начинаются поиски различных способов похудения

Анорексическая — жесткое ограничение в рационе питания, которое приводит к большому снижению веса, и после которого человек не останавливается, а еще больше начинает ужесточать диету.

Кахексическая — общее истощение организма, практически полное отсутствие жировой ткани, наступает необратимый процесс дистрофии внутренних органов. Эта стадия может наступить через 1,5-2 года после начала болезни, защитные функции практически полностью перестают работать, появляются различные заболевания, осложнения. На фоне этого появляется большой риск летального исхода.

## 3. История возникновения нервной анорексии

Культ чрезмерной худобы зародился в VIII – X вв. н.э., когда люди придавали большое значение религии, и постоянно постящиеся верующие становились примером для подражания.

В XIX столетии анорексия не только значительно укрепила свои позиции, но приобрела сугубо светский характер. Только юная девушка с осиной талией и мертвенно-бледным оттенком

кожи могла претендовать в будущем на звание жены, матери и настоящей леди. Те же самые убеждения лежали в основе питания воспитанниц женских пансионатов: порция ученицы по размеру напоминала «маковое зернышко» Дюймовочки. И, надо сказать, последствием такой моды нередко становилось длительное лечение у психиатра либо - летальный исход.

XX век не сумел подавить резкий всплеск анорексии - по крайней мере, его довоенные годы. Пышные формы здесь также были не в чести, мода на «воздушность» плавно перетекла в актуальность нового взгляда на женскую красоту: хрупкость, маленькая грудь, ноги «от ушей». В этой вариации девушка больше походила на дистрофичного юношу, вызывая восхищение у окружающих отсутствием малейшего намека на женственность.

#### 4. Причины возникновения нервной анорексии

Факторы риска, вызывающие нервную анорексию:

Воздействие окружающих на человеческую психику (оскорбления и высказывания по поводу фигуры и веса)

Различные психологические заболевания

Дисгармонический кризис в подростковом возрасте

Большой страх набрать лишний вес

Генетический фактор- спровоцировать развитие данного заболевания может определенный ген, который включается при сильных стрессах и частых нервных перенапряжениях

Семейный фактор- если есть родственники с таким заболеванием, то велик риск, что оно проявится у человека

Личностный фактор- высокая восприимчивость к неадекватной критике, давлению и низкая самооценка личности

Социальный фактор-чрезмерное следование моде и подражание кумирам

Антропологический фактор- страх перед нормальным питанием и подавление желания есть

#### 5. Последствия данного заболевания

Признаки нервной анорексии проявляются у человека по-разному. Это зависит от стадии данного заболевания.

На начальной стадии (преданорексической) начинают развиваться такие симптомы, как дисморфомания-болезненное переоценивание недостатков, и дисморфофобия-обостренное переживание своего реального или мнимого телесного изъяна, недовольство своей фигурой и депрессивный фон настроения; происходит потеря веса на 15-20% от исходной массы тела.

Следующая стадия (аноректическая) характеризуется следующими признаками:

1. продолжение снижения веса на 25-50% от первоначальных показателей
2. аменорея (нарушение менструального цикла)
3. возможны вегетативные расстройства в виде приступов удушья, головокружения, усиленной потливости, сердцебиения, которые проявляются после приема пищи по истечении нескольких часов
4. бледность, сухость и шелушение кожи
5. плохое кровообращение
6. гиповитаминоз
7. сердечные тоны приглушены
8. брадикардия (работа сердца в замедленном ритме)
9. Артериальная гипотензия (снижение артериального давления более, чем на 20 % от

физиологической нормы)

10. усиление роста волос на теле
11. у юношей гипоплазия половых органов(недоразвитие)
12. феминизация (развитие соматических и психических признаков у женского пола)
13. возможно выявление рассеянной микросимптоматики с помощью неврологического обследования

На третьей стадии (кахектической) присущи следующие признаки:

1. Потеря веса более, чем на 50 %, т. к. после наступления аменореи похудание происходит гораздо быстрее
2. Соматоэндокринные нарушения
3. Отсутствует подкожная жировая клетчатка
4. Нарастание дистрофических изменений кожи
5. Брадикардия
6. Миокардиодистрофия
7. Гипотония
8. Акроцианоз
9. Снижение температуры тела
10. Снижение эластичности кожи
11. Снижение уровня в крови сахара
12. Анемия
13. Разрушение зубов, сильная ломкость ногтей, выпадение волос
14. Гастрит
15. Снижение температуры тела
16. Снижение эластичности кожи
17. Снижение уровня в крови сахара
18. Анемия
19. Разрушение зубов, сильная ломкость ногтей, усилен рост волос на лице и теле
20. Энтероколит (сильные запоры)
21. Депрессия с астеническим синдромом, с повышенной истощаемостью и с преобладанием адинамии
22. Явные сдвиги водно-электролитные, которые могут привести к развитию болезненных мышечных судорог
23. Возможны полиневриты и летальный исход

#### 6. Статистические данные об анорексии, основанные на научных исследованиях

В настоящее время анорексия стала популярным заболеванием из-за новых эталонов красоты. Следует отметить, что она распространена в странах с нормальным и высоким уровнем жизни, в то время как в странах, имеющих нехватку пищи, о такой болезни даже и не слышали. По статистике анорексией страдают молодые люди в возрасте от 12 до 35 лет, причём 90% из них девушки и женщины. В модельной сфере это особенно актуальная проблема, этому расстройству подвержены около 40% моделей, 15% заболевших умирают так и не осознав, что они были больны. Также по результатам некоторых исследований медицинских учреждений, каждая пятидесятая женщина страдает от расстройства пищевого поведения, и эти цифры вычислены только при опросе обратившихся за помощью, а часть так и не замечает недуга, живя с анорексией.

#### 7. Результаты социологического опроса

Проведен социологический опрос на тему “Нервная анорексия”. В нем приняло участие достаточно большое количество человек, а именно- 78. Большую часть составляют студенты в возрасте 17-18 лет. Еще была опрошена группа людей среднего возраста 40-50 лет, их 18 человек. Респондентам предлагалось ответить на ряд вопросов. Всех участников опроса разделили по возрастным категориям:1)17-18 лет; 2) 40-50 лет. Таким же образом первая группа разделилась на женский и мужской пол, чтобы узнать мнение и ознакомленность с понятием “анорексия” как мужчин, так и женщин. Первую возрастную категорию представляет молодежь 17-18 лет. В ней приняли участие 60 человек. Большинство девушек, а именно 41 человек и 19 юношей.

Рассмотрим результаты анкетирования на примере нескольких вопросов.

1. Для большинства респондентов-юношей тема похудения не актуальна -63% опрошенных; 21% респондентов оказались безразличны к данной теме; и только для 16% тема похудения оказалась интересна. Для тех, кто ответил "да" в вопросе "Тема похудения для вас актуальна?", предлагалось выбрать для чего хотят похудеть. 21% выбрали пункт "для здоровья"; 16% опрошенных выбрали "для красоты" и лишь 5% респондентов выбрали "чтобы лучше чувствовать себя", то есть самооценка, самооощение.

2. Большинство опрошенных юношей не придерживаются мнения, что параметры 90-60-90 идеальны. Возможно, такие худые девушки уже не популярны. Многие западные модельные агентства отказываются от моделей типичной комплекции. Кроме этого, красота - понятие ёмкое, включающее в себя, прежде всего, духовную составляющую. 26% респондентов ответили, что им всё равно. 32% считают 90-60-90 идеальными параметрами.

3. Так же как и парни, девушки выбирали в основном ответ "активные занятия спортом" на вопрос "Что вы готовы сделать, чтобы добиться идеальной фигуры?". Поскольку спорт является одним из самых эффективных способов похудения, то полный отказ от еды - самый неправильный способ худеть, так как вес имеет способность возвращаться в наибольшем количестве, и поэтому этот пункт выбрали всего лишь 2%. Значит, наши респонденты не готовы жертвовать всем для достижения идеальных форм. Они выбирают здоровье.

4. Большинство девушек, ответившие на вопрос "довольны ли вы своей фигурой?" довольны своей фигурой, даже невзирая на то, что в вопросе "Тема похудения для вас актуальна?" Большая часть респондентов ответили "да". Прекрасному полу всё же нравится своя фигура. Совсем необязательно быть худышкой или иметь стандарты 90-60-90, чтобы быть красивой.

## 8. Заключение

В ходе работы мы пришли к следующим результатам.

Разбираясь с понятием «Нервная анорексия», определили ее значение и основные типы.

**Нервная анорексия** (ан- отрицание, orexis- стремление, позыв к еде)- это патологическое пищевое поведение, выражающееся сознательным отказом от еды с целью коррекции внешности, приводящее к выраженным эндокринным и соматическим нарушениям.

Отмечено, что зародилось данное заболевание аж в VIII-Хвв., а прогрессировать оно стало в XIX веке. Большую роль в этом сыграли различные факторы, в том числе и социологические, пропагандирующие в качестве идеала красоты худую женщину. Женщины, особенно молодые, для соответствия этим мнимым стандартам шли и идут на большие жертвы, подрывая своё здоровье. Есть определенные профессии, где пищевые запреты и диеты являются неотъемлемой частью, что неизбежно является угрозой для психики. Худоба обычно выступает основным признаком следующих профессий: модельный бизнес, танцы, гимнастика, балет, спорт на выносливость, бег.

Для выявления отношения людей к стандартам 90-60-90 мной был проведён социологический опрос. Его результаты показали, что большее количество респондентов во всех группах не считают данные параметры идеальными. Это говорит о том, что девушки не готовы худеть до катастрофических размеров, и во всех группах никто не знаком с нервной анорексией по личному опыту.

Таким образом, подрастающее поколение выбирает прежде всего здоровье. Среди причин похудения на первом месте стоит здоровье. Среди способов добиться идеальной фигуры лидирующие позиции заняло положение "активные занятия спортом".

Есть вероятность того, что постепенно уйдут в прошлое и знаменитые параметры 90-60-90. Ведь применение этих параметров даже на пару сантиметров больше реально может улучшить здоровье подрастающего поколения.

## **Список литературы:**

1. Брайтигам В. "Психосоматика" - М., 1999
2. Кульчинская И.В. Булимия "Еда или жизнь" - М., Эксмо, 2007
3. Николаенко А., Романова Е. "Stop анорексия" - М., Центрполиграф, 2007
4. МКБ - 10 - Международная классификация болезней
5. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка - М., 2004
6. Петрюк П.Т., Якущенко И.А. "Психосоматические расстройства. Вопросы дефиниции и классификация" - М., 2003
7. Филатова Е.Г., Вейн А.М. "Мотивационные и эндокринные расстройства при депрессии" - М, 2000
8. Царева М. "Девушка с голодными глазами" - М., Эксмо, 2007 и пр.