

Расстройство пищевого поведения у подростка: само пройдёт или смертельно опасно?

Руководитель детского отделения Свердловской областной психиатрической больницы Анна Хватова советует взрослым быть внимательнее к своим детям, чтобы не пропустить начало психического нарушения, связанного с приёмом пищи и искажённым восприятием подростком своей внешности.

Расстройство пищевого поведения относится к психическим расстройствам, обусловленным сверхценным отношением к еде и фигуре. Причиной развития этого состояния у подростков могут стать навязанные средствами массовой информации и «интернет-авторитетами» стандарты красоты, проблемы в семье или в коллективе сверстников, низкая самооценка, когда ребёнок считает, что внешность определяет его как личность. Да и сам подростковый возраст является фактором риска развития расстройства пищевого поведения.

«Если у ребёнка лишний вес, он часто встречает давление не только со стороны сверстников, но и со стороны взрослых, даже собственных родителей. Психологические проблемы, стресс, тревожность — каждый ребёнок переживает эти состояния по-разному. Если один начинает заполнять эмоциональную пустоту пищей, то другой, находясь в стрессе, может вовсе отказываться от еды. И то, и другое не норма», — говорит Анна Хватова, врач-психиатр высшей категории, заведующая общепсихиатрическим детским отделением СОКПБ.

Подросток, страдающий расстройством пищевого поведения, старается максимально ограничить рацион или избавиться от съеденного с помощью искусственного вызова рвоты, приёма слабительных или мочегонных средств. Симптомы могут длительное время оставаться незаметными для окружающих, или родители относят их к общей картине переходного возраста: «Перебесится — всё пройдёт и забудется». В результате вывести ребёнка из такого состояния становится всё сложнее.

«Моя дочь заболела нервной анорексией в 12 лет. Как выяснилось позже, отправной точкой стало замечание одноклассника о её внешности, хотя она никогда не была полной. Это наложилось на другие сложности переходного возраста, в том числе разлад в наших отношениях, и очень «поспособствовал» интернет, где дочь была подписана на множество сообществ типа «Анорексия — это красиво». В итоге за два года жизнерадостная красивая девочка превратилась в скелетик, и уже стоял вопрос о спасении её жизни. Справиться помогли психотерапевты и другие специалисты областной психиатрической клиники, но последствия дают о себе знать до сих пор. Никому не желаю пережить такое», — рассказала мама одной из бывших пациенток детского отделения.

Если при анорексии человек почти ничего не ест или избавляется от съеденного, то при нервной булими, наоборот, ест много и не может себя контролировать. Родителям не стоит легкомысленно относиться к тому, что ребёнок вдруг стал отказываться от еды или ест много, но при этом худеет. Нельзя игнорировать зацикленность ребёнка на своей внешности, особенно если он стал интересоваться препаратами, снижающими вес.

«Если вы заметили, что с питанием ребёнка что-то явно не так, для начала сами посоветуйтесь с психологом или психотерапевтом. Специалист подскажет, как действовать дальше. С расстройством пищевого поведения не получится

справиться самостоятельно. Это болезнь, которая без оказания квалифицированной помощи прогрессирует и вызывает серьёзные осложнения. Поэтому единственный способ защитить ребёнка — это обратиться к врачу», — советует детский психиатр Анна Хватова.

Важно быть внимательными и терпеливыми, постараться сохранить близость со своими детьми, несмотря на то, что они в подростковом возрасте порой сами себя не понимают. Чем больше доверия между ребёнком и родителями, тем легче ему преодолеть любые проблемы.

Ольга Гладких.