

ELIKADURA ARAZOAK

JPT (Jateko Portaerako Trastornoak) bezala ezagunak diren gaixotasunak gero eta ohikoagoak dira gure gizartean. Sarritan, kezka asko izaten ditugu gaixotasunaren inguruan eta seguru galdera ugari izango dituzula buruan:

- Zer esan nahi du jateko portaeran trastornoak izateak?
- Nola lagundu jateko portaeran trastornoak dituen alabari?
- Zeintzuk dira portaera horietatik etor daitezkeen arazoak?
- Medikarengana jo behar al da?
- Zein da jateko portaerako trastornorako tratamendua?
- Medikazioa laguntza izan daiteke jateko portaerako trastornoan?
- Tratamendu psikosoziala edota psikoterapia beharrezkoak al dira?
- Hobera egingo al du?
- Zeintzuk dira eskura dauzkadan baliabideak?

Gaixotasun horien jatorrian hainbat faktore egon daitezke. Hala nola, faktore biologikoak, sozialak eta psikosozialak daude; horien artean garrantzizko lekuan daude ondorengoak: nerabeez dituzten gatazkak, eta horiekin batera autonomia pertsonala ezartzeko dituen eragozpenak. Ondoren anorexia nerbioaren eta bulimia nerbioaren inguruko informazioa eskaintzen dizugu.

Anorexia

Anorexia nerbioaren ezaugarriak gorputz-itxuraz gehiegi kezkatuta egotea eta argaltzen gogo gehiegi ipintzea dira. Trastorno hori orain dela hamarkada asko identifikatuta dago eta adostasun nabariz deskribatu da.



Gaixotasuna estuki lotuta dago emakumeekin: gaixoen %90-95 inguru emakumezkoak dira. Hala ere, gero eta gizonezko gehiagok jasaten dute gaixotasuna.

Sintomak

Modu asko daude nahasmen hau detektatzeko. Garrantzitsuenak ondorengoak dira:

- Adinari eta luzerari dagokion pisua balio minimoaren berdina edo goragokoa mantentzeari uko egitea.

- Pisu galtze nabarmena, eta lodia dagoela esatea nahiz eta argala egon.
- Irensten diren janarien kopurua murriztea.
- Geroz eta barnerakoi eta isolatuagoak azaltzea.
- Oldakortasuna, goibeltasuna eta sendi eta lagunengandik isolatzea.
- Beraien bizitzan edertasuna, arrakasta eta irudia soilik kontutan izanda epaitzea.
- Ikasketetan kontzentrazioa galtzea.
- Bakarrik jatea.
- Neurrigabeko ariketa fisikoak egitea.
- Diuretiko eta laxanteak kontsumitzea.
- Hilerokoaren irregulartasun edo galketa.
- Hotza eta idorreria izatea.

Bulimia



Bulimia nerbiosoa anorexia nerbiosoa baino ohikoagoa da. Bere ezaugarria askotan eta bakoitzean asko jatea, hau da, betekadak egitea, kontrola galdu dela sentitzen delarik da.

Trastorno hori emakumezkoen lotuta dago: gaixoen %90-95 inguru emakumezkoak dira eta kasu askotan, gaizki zaindutako anorexiatik sortzen da bulimia.

Sintomak

Modu asko daude nahasmen hau detektatzeko. Garrantzitsuenak ondorengoak dira:

- Kontrol gabe jatea.
- Jatea ezin uztearen irudipena izatea.
- Ez jan, edota dieta latz eta gogorrek egitea lehenago neurrigabe jandakoa konpentsatzeko.
- Onartzen ez badute ere, oka egitea.
- Itxura osasuntsua izaten dute, eta horrek gaixotasuna atzematea zailtzen du.
- Laxante eta diuretikoak neurrigabe erabiltzea.
- Jan eta gero, askotan komunera joatea.
- Beren pisuak kezkatzea.
- Hileroko irregularrak.
- Hortzetako arazoak.

- Erraz sumatzen diren umore aldaketak eta depresioak.