Marie Švarcová

**Mentální anorexie (str. 96 - 97)**

Mentální anorexie je restriktivní porucha příjmu potravy (odmítání příjmu potravy). Postihuje převážně pubertální a adolescentní dívky a mladé ženy. Chlapci a muži nejsou úplně vyloučeni, ale odhaduje se 1 chlapec na 10 – 20 dívek a žen. U mentální anorexie prakticky nejde o klinické nechutenství, ale o redukci příjmu potravy a přemáhání hladu ve snaze snížit hmotnost. Nejprve začínají omezovat vydatná tučná jídla, postupně začnou redukovat i potraviny s minimální kalorickou hodnotou, často i příjem tekutin nebo pijí jen čistou vodu. Bývají velmi hubení, ale přesto mají pocit, že jsou tlustí. Pokud tyto lidé hladovění nevydrží, tak si následně záměrně vyvolávají zvracení. Často nadměrně cvičí. Omezování příjmu potravy, zvracení, nadměrná aktivita a cvičení mají za následek kontrolu hmotnosti a někdy až zastavení pubertálního dospívání.[[1]](#footnote-1)  
Hubnutí pak vede k podstatným tělesným změnám: ztráta menstruace u dívek, vypadávání vlasů, suchost kůže, zvýšená lomivost nehtů, bolesti břicha, zácpa, typicky zvýšená hladina cholesterolu, snížení tepové frekvence, srdečních arytmií a až k srdeční zástavě, metabolické změny, svalová slabost, změny v krevním obrazu, změny hormonální, osteoporóza atd.[[2]](#footnote-2) U takto nemocných mladých lidí se velmi často vyskytují depresivní projevy v chování, které jsou vázány na hladovění. Také trpí poruchami spánku, špatně se koncentrují, často se sociálně izolují. Nemocné dívky, příp. i chlapci, jsou velmi citliví na stres, na negativní vlivy, na narušené vztahy a komunikaci v rodině a mezi vrstevníky, na požadavky školy.

Léčba mentální anorexie probíhá hospitalizací nemocného na psychiatrickém oddělení. Doba hospitalizace je 2-3 měsíce. Léčba se zaměřuje jak na váhový přírůstek, tak na psychologické problémy nemocného.[[3]](#footnote-3)

1. Nevoral, J. *Výživa v dětském věku*. Jinočany: H&H, 2003, s. 248-250. [↑](#footnote-ref-1)
2. Zlatohlávek, L**.** a kol.Klinická dietologie a výživa. Praha: Current Media, 2016, s. 296. [↑](#footnote-ref-2)
3. Nevoral, J. *Výživa v dětském věku*. Jinočany: H&H, 2003, s. 249–251. [↑](#footnote-ref-3)