

SVĚTOVÝ DEN O PORUCHÁCH PŘÍJMU POTRAVY

7. ročník Světového dne o poruchách příjmu potravy (World Eating Disorders Action Day – WEDAD) se konal 2. června 2022 s různou mediální a odbornou virtuální aktivitou po celém světě. Zaměření letošního ročníku směřovalo ke zlepšení odborné péče a vytvoření standardů specializované výuky pro multidisciplinární tým. Odborníci z Centra pro poruchy příjmu potravy 1. LF UK, Sekce pro poruchy příjmu potravy Psychiatrické společnosti ČLS a E-clinic, z. ú., se podíleli společně s Academy for Eating Disorders na prezentacích, které mají snižovat stigmatizaci onemocnění a šíření různých mýtů s rizikem vzniku nemoci spojených.

Tisková zpráva

Poruch příjmu potravy přibýlo. Problémem je i přejídání nebo excesivní cvičení

31. 5. 2022, PRAHA – Sedmý ročník Světového dne poruch příjmu potravy (World Eating Disorders Action Day – WEDAD) připadá na čtvrtek 2. června 2022. Letos se zaměřuje na zvýšení dostupnosti odborné péče. Situaci zhoršila pandemie covid-19, kromě anorexie a bulimie představuje problém také psychogenní přejídání nebo excesivní cvičení.

„Nedávná analýza dospěla k závěru, že prevalence poruch příjmu potravy se od počátku 21. století zvýšila z 3,5 % na 7,8 %. Z poruch příjmu potravy má anorexie nejvyšší úmrtnost ze všech psychiatrických diagnóz. Jedinci, kteří bojují s anorexií, mají pětikrát vyšší pravděpodobnost předčasné smrti a 18krát vyšší pravděpodobnost sebevraždy. Obavy vzbuzují i čísla pro poruchy přejídání, přibližně 2,8 % žen a 1 % mužů bude někdy v průběhu svého života bojovat s poruchou přejídání (BED). V období pandemie covid-19 se jejich nárůst ještě významně zvýšil, podobně jako úzkostné stavy, sebepoškozování, nebo závislostní chování,“ popisuje prof. MUDr. Hana Papežová, CSc., předsedkyně Sekce pro poruchy příjmu potravy Psychiatrické společnosti ČLS JEP.

Cvičení i při horečce či vymknutém kotníku

Psychogennímu přejídání se odborníci více věnují zejména v posledních letech, neboť je spojeno s nárůstem obezity, je ještě málo diagnostikováno a lidé, kteří jím trpí, ho často skrývají ze strachu ze stigmatizace. „Podíl přejídajících se z celkové populace obézních může být 40 % i více, záleží na tom, jakou populaci zkoumáte. Problémy s přejídáním mohou být omezeny na noc, spojeny s poruchou spánku a navazovat na období anorexie nebo bulimie. Stejně jako u anorexie platí, že pokud začne mít tělesné dopady (nárůst nebo snížení hmotnosti) a přidají se psychické problémy, jako ztráta zájmů, zhoršení vztahů

kvůli soustředění na jídlo, poruchy koncentrace a spánku, je rozhodně namístě vyhledat odbornou pomoc,“ vysvětluje profesorka Papežová.

Poměrně málo známý je fakt, že mezi poruchy příjmu potravy se řadí i excesivní cvičení. „Škodlivé sportování je kompulsivní, může vést k sebepoškozování, člověk sportuje více, než je pro něho zdravé, protože musí, protože se jinak nenají, má pocit, že bez sportu si jídlo nezaslouží, nebo strach, že nebude hubnout nebo neudrží svou podváhu. Když nesportuje dostatečně, má pocity viny a úzkost, pocity selhání, sportuje i při závažných tělesných obtížích (při horečce, vymknutém kotníku, bolestech kloubů). V posledních letech se v našem Centru věnujeme právě nebezpečí kompulsivního sportování u poruch příjmu potravy a vrcholových sportovců a také tomu, jak problémy monitorovat a léčit,“ popisuje profesorka Papežová.

Vyhledejte pomoc včas

Dostupnost odborné péče bohužel představuje celosvětový problém. Poruchy příjmu potravy zaznamenávají kontinuální nárůst. Naštěstí postupuje i výzkum této oblasti: biologické výzkumy dokazují transgenerační přenos problémů s příjmem potravy, výzkumy mikrobiomu mohou spolu s výzkumy orientovanými na genetiku a epigenetiku v budoucnosti pomoci časnější intervenci i v rámci kvalitnější psychoedukace a destigmatizace.

„Rozhodně však platí, že včasné vyhledání odborné pomoci je důležité pro příznivý průběh a úspěšnou léčbu onemocnění. V Česku se nyní soustředíme zejména na projekty cílené na dostupnost odborné péče, zavedení psychoterapeutické výuky pro nutriční odborníky a zlepšení online preventivních programů. V rámci příslušných sekcí Psychiatrické společnosti plánujeme také rozšířit vzdělávání ve vícerodinné terapii, která je účinná hlavně u mladších pacientů,“ uzavírá profesorka Papežová.

Pokud se o problematice chcete dozvědět více, případně hledáte pomoc, první krok můžete učinit na webové stránce www.healthandfree.cz, kde najdete hodnotné a relevantní informace.

*prof. MUDr. Hana Papežová, CSc.,
vedoucí Centra pro poruchy příjmu potravy, Psychiatrická
klinika 1. LF UK a VFN, Praha*