

Čo sú to poruchy príjmu potravy



Psychické ochorenie s najvyššou úmrtnosťou



Každých 62 minút niekto zomrie na následky porúch príjmu potravy



1/6 mladých žien trpí touto poruchou



1/4 všetkých pacientov sú chlapci a muži

Mentálna anorexia

Prejavuje sa túžbou po štíhlosti a strachom z príberania. Ľudia sa cítia byť menejcenní, nedostatoční a telom omnoho väčší než v skutočnosti sú. V snahe schudnúť sa obmedzujú v strave.

Následky



Rednutie kostí



Problémy so srdiečkom



Vypadávanie vlasov



Kazenie zubov



Zlé sústredenie



Neschopnosť učiť sa

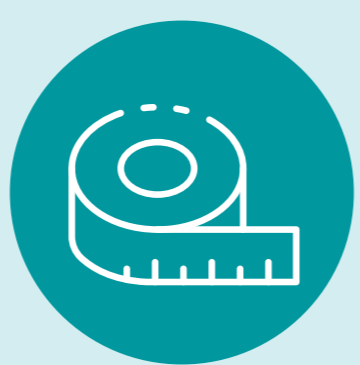


Depresia a úzkosť

Mentálna bulímia

Rovnako ako anorexia, prejavuje sa túžbou po štíhlosti a strachom z príberania. Opakuje sa však cyklus záchvatov prejedania a následnej kompenzácie, kedy dochádza k zvracaniu, cvičeniu či užívaniu preháňadiel.

Následky



Môže dôjsť k nárastu hmotnosti



Kyseliny poškadzujú pažerák



Ničí sa zubná sklovina



Opuch slinných žliaz



Reflux pažeráka



Poškodenie tráviaceho traktu



Depresívne a úzkostné stavy

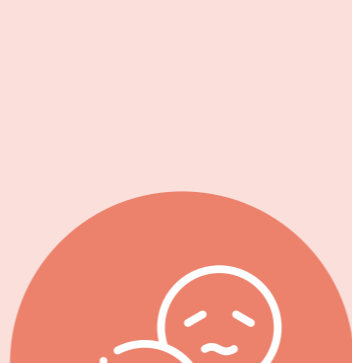
Záchvatové prejedanie

Opakujú sa stavy straty kontroly nad jedlom, človek za krátky čas zje veľké množstvo jedla – zvyčajne sladkého a masťného. Nedokáže sa zastaviť. Po tejto epizóde prichádzajú výčitky, ale bez fyzických kompenzácií.

Následky



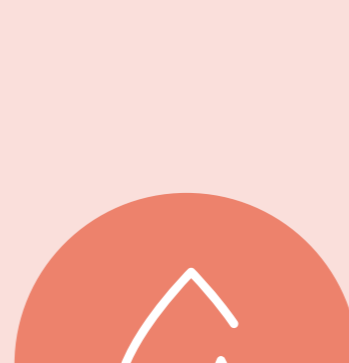
Pocit frustrácie a beznádaje



Depresívne stavy



Nábeh na obezitu



Vysoký krvný tlak



Cukrovka

Vidíš sa v tom?

Neboj sa vyhľadať pomoc. Porozprávaj sa s rodičmi, učiteľom či kamarátom.

Alebo zavolaj na našu bezplatnú linku pomoci Chut' žiť na číslo:

0800 221 080



náhly záujem o zdravý životný štýl, šport, jedlo, varenie a pečenie

obmedzovanie sa v jedle, vynechávanie sladkého, tučného alebo príloh

zvláštne správanie pri jedle a výhovorky prečo nejesť

vyhýbanie sa kamarátom, strata záujmu o koníčky, postupná utiahnutosť

kontrolovanie tele, časté pozorovanie sa v zrkadle

zmeny v obliekaní, kamarát/ka začne nosiť obťahnuté/volné oblečenie

✓
Odporuč návštevu odborníka

✓
Kontaktuj rodiča

✓
Povedz to učiteľovi

✓
Ozvi sa e-mailovou poradňou Chut' žiť

Spozoroval/a si tieto príznaky na niekom inom?

Skús sa s touto osobou citlivo porozprávať, prejav záujem a ponúkni pomoc.

PPP menia aj naše správanie



www.chutzit.sk