

Расстройства пищевого поведения у детей (сокращённо — РПП) — довольно распространённое явление. К нему приводят как навязываемые обществу стандарты красоты, так и детско-родительские отношения. Давайте попробуем разобраться в причинах возникновения и попробуем избежать ошибок моих клиентов или их родителей

Внимание! Специалист имеет сертификат по лечению расстройств пищевого поведения.

В общем и целом, расстройства пищевого поведения общепринято разделять на 3 вида. Это экстернальные, эмоциогенные и ограничительные расстройства. К первым относится «еда за компанию», ко вторым — «заедание» стресса или жизненных проблем, к третьим — осознанные ограничения человека. Это все диеты, следование мифам типа «потреблять больше воды», разграничение продуктов на «полезные» и «вредные». Опасность диет также состоит в том, что естественные желания человека притупляются за счёт навязывания организму различных продуктов и ограничения времени приёма пищи. Если Вы худеете без врачебных показаний — задумайтесь, не РПП ли у Вас.

Разумеется, на всё есть причины, почему человек страдает или нет от того или иного вида расстройств. Эти причины, как правило, кроются в детском возрасте и обнаружить, проработать их занимает немало времени. А пока буйным цветом растут различные виды психических расстройств. Например, наиболее часто можно встретить нервную анорексию, нервную булимию, компульсивное переедание.

Нервная анорексия проявляется в значительном снижении веса и патологическим желанием похудеть. Ребёнок или подросток неадекватно воспринимает свой вес. Нарушается работа пищеварительной системы, организм резко теряет вес, изо рта появляется запах ацетона. Женщины могут стать бесплодными. Нервная анорексия — заболевание с высоким летальным исходом.

Основной симптом **нервной булимии** — самостоятельно вызываемая рвота или злоупотребление слабительным. Булимия в значительной мере проявляется у подростков, которые, как и в случае с анорексией, одержимы стремлением к «идеальной» худобе.

Большинство из нас сталкивалось с **компульсивным перееданием**. Это переедание после стресса, неприятных ситуаций: голод может возникать даже посреди ночи, хотя насыщение уже произошло. Сопровождается увеличением веса, ожирением. Как и в первых двух случаях, нарушается работа желудочно-кишечного тракта. Человек просто ест и не может остановиться.

Причина подобных расстройств, как уже было сказано, находится в детском возрасте, однако сами расстройства могут проявиться значительно позднее. У подростков это

могут быть «стандарты красоты»; впрочем, как и у детей, поскольку данные стандарты распространены и на детские игрушки. Кто не помнит куклу «Барби» — впрочем, сейчас появились значительно более страшные куклы, десакрализирующие смерть, толкающие детей и подростков на суицид. Неосторожные комментарии окружающих во взрослом возрасте или аналогичные комментарии близких людей в детстве. Оказывают влияние и нездоровые привычки в семье и даже у жителей целых стран — например, там, где сильны семейные традиции с еженедельными встречами в ресторанах. Продолжая разговор о детях, расстройства могут проявляться из-за отсутствия эмоциональной связи с родителями.

Если Ваш ребёнок не ест целый день, падает в обморок или испытывает головокружения, после приёма пищи уходит в ванную или туалет, внезапно стал носить самый маленький размер одежды — это повод для Вас как взрослого, как минимум, с ребёнком поговорить. Не надо запускать проблему, поскольку, как известно, запущенная проблема исправляется значительно сложнее. Помните, что в данном случае возможен даже смертельный исход. Требуется деликатный, осторожный подход, так как медикаментозное лечение и насильственное кормление не приведут к нужному результату. Обратитесь к компетентному специалисту.