## Анорексия у подростков

Нервная анорексия у подростков не была официально классифицирована как психическое расстройство, пока его не включило в себя третье издание диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам в 1980 году. Это явление стало массовым и превратилось в глобальную проблему в начале 2000-х годов среди девочек-подростков. Рост числа зарегистрированных случаев заболевания не полностью отражает подлинное количество лиц, страдающих анорексией в той или иной мере. Эксперты говорят о том, что более 1% всех девушек подростков имеют легкую форму этого [нервного расстройства](http://pediatriya.info/?category_name=неврологические-заболевания).

Среди мужского населения планеты отказ от пищи на нервной почве встречается крайне редко. Более 90% больных с диагнозом этого расстройства составляют женщины. Пик количества диагностированных случаев приходится на возрастной диапазон от 14 до 18 лет. В 1970-х и 1980-х годах анорексия считалась заболеванием, присущим богеме и женщинам, относящимся к среднему классу, но это обобщение с 2004 года подверглось пересмотру специалистами на основе статистических данных. Исследования показывают, что анорексия все чаще встречается у девочек и девушек всех национальностей и социальных классов во всем мире. Наша страна не исключение.

## Причины анорексии у детей

Хотя точная этиология болезни неизвестна, основные причины анорексии включают в себя психическое расстройство, которое возникает в результате воздействия как культурных и межличностных, так и биологических факторов.

Патогенез заболевания начинается со стремления подростка соответствовать придуманному или навязанному общественным мнением образу. На фоне этого предпринимаются попытки довести свое тело до истощения. В результате чего включаются защитные силы организма, которые корректируют метаболизм и скорость обменных реакций. Это запускает цепной механизм снижения уровня пептидов, инсулина, желчных кислот и других пищеварительных компонентов. Спустя некоторое время организм подростка уже физически не в состоянии обработать определенное количество поступающей пищи. Каждые акт её приема начинает сопровождаться неприятными ощущениями. На поздних стадиях заболевания любой прием пищи приводит к обморокам и сильной рвоте.

В цепочке патологических влияний основное место занимают психологические аспекты, которые мы рассмотрим ниже. Каждый из этих моментов заслуживает отдельного внимания родителей девочек подростков.

### Влияние массовой культуры

Рост числа случаев анорексии, как полагают врачи, отражает существующую в современном обществе идеализацию худобы как признака утонченности, а также женской красоты. Кроме того, увеличение количества заболеваний включает в себя «синдром подражателя» поведения других индивидуумов. У некоторых подростков анорексия развивается на фоне их стремления подражать другими девушкам.

Спусковым механизмом в развитии анорексии у девочек может стать начало периода полового созревания. Именно в это время будущая девушка начинает замечать изменения своего облика и пытаться осознавать свою гендерную принадлежность. Естественно, что она хочет казаться себе и окружающим лучше, чем есть на самом деле. Немаловажную роль в формировании идеального образа играют средства массовой информации. Они искажают реально существующие факты и пытаются представить девушек в утонченном свете.

### Профессиональные мотивы

Риск развития анорексии выше среди подростков, которые занимаются подготовкой к своим будущим профессиям, требующим пристального внимания к весу и внешнему виду. Эти группы высокого риска составляют танцоры, модели, профессиональные спортсмены (в том числе гимнасты, фигуристы, бегуны на длинные дистанции, жокеи), и актеры.

Если ваш ребенок выбирает для себя одну из перечисленных выше процессий, то постарайтесь объяснить ему, что во время роста организма ему необходимо полноценное питание. И только на базе уже построенного каркаса можно будет в будущем заниматься моделированием собственной внешности.

### Наследственная предрасположенность

Девушки, чьи биологические матери или сестры страдают нервной анорексией или имеют это заболевание в анамнезе, подвергаются повышенному риску развития данного расстройства. Аналогично негативным образом является наследственная предрасположенность к избыточному весу. Склонность членов семьи к полноте и отсутствие культуры потребления пищи провоцирует подростка на активный протест против принятых порядков. Это может подтолкнуть девочку к отказу от пищи.

## Почему развивается анорексия

Психиатрами в соавторстве с физиологами был выдвинут целый ряд теорий относительно того, почему развивается анорексия. Ни одно объяснение не охватывает все случаи.

В результате кропотливого сбора статистики, врачами были выдвинуты следующие вероятные психологические причины развития анорексии:

1. Стремление подростка к самостоятельности и независимости: они хотят освободиться от чрезмерной опеки и протестно отказываются от приема пищи. В ряде случаев подростки становятся жертвами чрезмерной школьной пропаганды здорового образа жизни, контроля собственного веса и увлечения физической культурой.
2. Наблюдение неблагополучных семей показало, что расстройства пищевого поведения девочек подростков служит отвлечением от семейного раздора или психологической напряженности в семье.
3. Отказ от процесса наступления женской половой зрелости: это можно истолковать, как желание остаться ребенком.
4. Психологическая защитная реакция на сексуальное насилие или посягательство на него.
5. Желание казаться хрупкой. Эта гипотеза отражает идею о том, что женская незащищенность и слабость являются привлекательными для противоположного пола.
6. Невозможность интерпретировать сигналы голода организмом по причине систематического нарушения режима питания.

## Анорексия у мальчиков

Хотя нервная анорексия в значительной степени проявляется у женщин, частота ее появления в той или иной мере у мужского населения растет с начала 2000-х годов. О причинах анорексии у мальчиков и юношей врачам известно еще меньше, но некоторые факторы риска, такие же, как у девушек. К ним относятся некоторые профессиональные мотивы и увеличение акцента в средствах массовой информации на внешний вид у мужчин.

## Когда следует обращаться к врачу

К врачу следует обратиться, если ребенок или подросток подозревается в нервной анорексии или демонстрирует первые признаки расстройства, такие как:

* присутствует страх набрать вес;
* у него искаженное восприятие изображения собственного тела;
* происходит систематическая потеря веса;
* подросток ограничивает себя в питании, пропускает приемы пищи и отказывается от блюд, которые он раньше любил;
* видна озабоченность вопросами питания и диет;
* используются приемы очищения организма, такие как искусственная рвота или использование слабительных средств;
* наблюдается психологический уход от друзей и семьи;
* ребенок начинает носить мешковатую одежду, чтобы скрыть потерю веса.