

# Warto wiedzieć: Bulimia, Diabulimia i cukrzyca

Data publikacji: 24.04.2022 8:00

Bulimia jest chorobą o podłożu psychicznym polegającym na przyjmowaniu niekontrolowanej ilości jedzenia w krótkim czasie. Po etapie objadania się następuje zwracanie przyjętego pokarmu oraz głodówka, będąca formą kary i narzucania sobie niezwykle surowej dyscypliny. Ze względu na swoją szkodliwość, bulimia wymaga leczenia. W przeciwnym razie może doprowadzić do nieodwracalnych zmian w ciele i psychice, a nawet do śmierci. O wyjątkowo groźnej odmianie bulimii mówimy wtedy, gdy występuje przy cukrzycy.



Fot: ilustracyjne /pixabay.com

Choroba ta objawia się poprzez napady niepohamowanego apetytu. W bardzo krótkim czasie osoba chora może przyjąć ogromną ilość pokarmu. Może to być nawet 3,5 tysiąca kalorii w ciągu jednej godziny! Następnie chory wydalą pokarm z organizmu powodując wymioty. Kiedy poczuje ulgę i oczyszczenie pojawia się kolejny etap - narzucenie restrykcyjnej diety. Osoba chora na bulimię bardzo mocno kontroluje ilość przyjmowanych pokarmów, odmawia przyjmowania posiłków, ucieka się do oszukiwania na temat tego, czy i ile zjadł. Towarzyszy temu cała gama emocji, od ulgi, aż po wstyd.

O wyjątkowo trudnej odmianie bulimii mówimy wtedy, gdy ta choroba występuje wspólnie z cukrzycą. Diabulimia to zamierzone pomijanie dawek insuliny w cukrzycy typu pierwszego w celu zmniejszenia masy ciała. Takie zaburzenie odżywiania w cukrzycy typu 1 jest szczególnie groźne, ponieważ długo utrzymujący się niewyrównany poziom cukru we krwi może prowadzić do niebezpiecznych powikłań cukrzycowych. Diabulimia może dotyczyć 15-35% młodych pacjentów z cukrzycą typu 1 i zaburzeniami odżywiania, wynikającymi z nieprawidłowego obrazu własnego ciała, zaburzenia poczucia własnej wartości, niskiej samooceny. Częściej spotykana odmiana jest diabulimia u kobiet.

Podobnie, jak cukrzyca, choroba w pierwszym stadium choroby może być nierozpoznana. Chory ukrywa się ze swoimi kompulsywnymi zachowaniami, czyli z objadaniem się i prowokowaniem wymiotów. Osoby chore na bulimię utrzymują względnie stabilną wagę, więc nie widać po nich choroby, tak jak to jest w przypadku osób cierpiących na anoreksję.

Do pięciu najpoważniejszych objawów bulimii zaliczamy: kompulsywne objadanie się, prowokowanie wymiotów po posiłkach, brak fizycznych objawów sugerujących problem (waga chorych jest w normie), "wilczy apetyt" oraz skupianie się na swoim wyglądzie i wadze.

Jak każdą chorobę również Diabulimię i bulimię można leczyć. Podczas leczenia konieczne jest wsparcie psychologa. Leczenie rozpoczyna się od wywiadu z pacjentem. Specjalista podczas takiej rozmowy stara się ustalić co mogło wywołać chorobę. Dzięki temu można ustalić, jakie jest podłoże problemu i jak można go rozwiązać. Psychoterapia odbywa się podczas indywidualnych spotkań z pacjentem, a także czasami z udziałem członków rodziny. Bardzo ważne jest zaangażowanie bliskich w proces leczenia i wsparcie kochających osób.

Schorzenia te muszą być leczone kompleksowo i wielotorowo. Pacjenci powinni pozostawać pod opieką kilku specjalistów, jednak w powrocie do zdrowia nieodzowne jest wsparcie najbliższych. Chory musi mieć możliwość szczerego porozmawiania z rodziną i przyjaciółmi, którzy także powinni znaleźć czas na towarzyszenie bliskiemu w sesjach z psychologiem. Chory musi odzyskać utraconą radość i spokój w życiu, a także nauczyć się prawidłowego odżywiania i akceptacji siebie. Tak więc nie odrzucajmy znajomości z takimi osobami tylko spróbujmy je zrozumieć i pomóc na ile możemy.

AK, moja cukrzyca