

Є ефективні методи допомоги дітям та молоді із РХП!

Сучасні науковообґрунтовані протоколи допомоги при розладах харчової поведінки рекомендують: При неврогенній булімії - психотерапевтичне лікування (спеціалізовані види когнітивно-поведінкової терапії, сімейної терапії). При розладі з приступами переїдання - психотерапевтичне лікування (когнітивно-поведінкову терапію).

При неврогенній анорексії - психотерапевтичне лікування (спеціалізовані види сімейної терапії, когнітивно-поведінкової терапії, психодинамічної терапії).

Лікування має здійснюватися в амбулаторних умовах, і лише при наявності серйозних загроз фізичній безпеці - в умовах стаціонару. Щодо усіх розладів психотерапевтичне лікування - це основне доказове втручання. Застосування медикаментозної терапії можливе щодо супутніх розладів та проблем або як додаткове до психотерапії при її недостатній ефективності (зокрема при булімії). При розладах харчової поведінки рекомендовано ретельно моніторити фізичне здоров'я, мати медичний супровід і щодо дієти, і щодо супутніх фізичних аспектів / наслідків РХП.

У центрі «Коло сім'ї» діє спеціалізована програма допомоги молоді з розладами харчової поведінки, яка ґрунтується на рекомендаціях сучасних міжнародних протоколів. Програма пропонує такі методи допомоги:

- Комплексне обстеження, представлення інформації та узгодження плану допомоги.
- Індивідуальну когнітивно-поведінкову терапію.
- Психологічний супровід батькам, сімейну психотерапію.
- Якщо потрібно - медикаментозну терапію.
- Якщо потрібно - психологічний супровід та консультування в освітніх закладах.

Ми співпрацюємо з лікарями-дієтологами, педіатрами і скеровуємо до відповідних фахівців та партнерських закладів, щоб забезпечити медичний супровід, відповідну дієту і, якщо потрібно, стаціонарне лікування.

ЦЕНТР ЗДОРОВ'Я ТА РОЗВИТКУ «КОЛО СІМ'Ї»

Спеціалізована допомога щодо поширених психологічних розладів та проблем у дітей, молоді, дорослих та осіб літнього віку

Індивідуальне обстеження з поясненням його результатів та рекомендованих втручань

Комплексна допомога у відповідності до сучасних міжнародних протоколів

Психотерапія (когнітивно-поведінкова, EMDR, схема-терапія, майндфулнес, ЕФТ та ін.)

Інтегровані терапевтичні програми для дітей з порушеннями розвитку

Консультування, коучинг та групові програми скеровані на підтримку психологічного розвитку та благополуччя

У Львові, у філіях центру в інших містах та дистанційно/онлайн у телеклініці центру

ПРОФЕСІЙНІСТЬ. ТУРБОТА. ПАРТНЕРСТВО.



Children of
Chernobyl
Canadian Fund

Даний буклет видано в межах спільного просвітницького проекту з Інститутом психічного здоров'я Українського Католицького Університету та за підтримки Канадського фонду дітям Чорнобіля.

м. Львів, вул. Ярославенка 21
www.k-s.org.ua
kolo.simji@gmail.com
+38-098-559-65-21

КОЛО(СІМ'Ї)

Центр здоров'я та розвитку

Професійна турбота про психологічний розвиток та здоров'я усіх членів родини



РОЗЛАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

1

Особа з РХП може не усвідомлювати проблеми

Розлади харчової поведінки (РХП) - значна проблема у сфері психічного здоров'я молоді. РХП суттєво впливають на фізичне здоров'я, психологічну та соціальну сферу молоді людини. Тому надзвичайно важливо вчасно їх виявити та звернутись по фахову допомогу. Попри те, що багато підлітків особливу увагу приділяють своїй зовнішності, діетам, при РХП має місце спотворене та некритичне сприйняття своєї зовнішності, зведення усієї своєї самооцінки до того, наскільки власне тіло відповідає «ідеалові»; не просто турбота про здорове харчування, а «одержимість» дієтою та калоріями, «зацикленість» на темі зовнішнього вигляду та схуднення. Особливістю цих розладів є те, що вони часто співзвучні з «модними» в суспільстві тенденціями надавати великого значення зовнішньому виглядові, бажанням досягнути дієтою та спортом «ідеального тіла». Тому особа з РХП може не бачити проблеми, приховувати ступінь та способи схуднення, заперечувати необхідність допомоги, попри наявність критичних наслідків для фізичного здоров'я.

Молоді люди із РХП потребують нашої неосудливості, розуміння і підтримки, щоби допомогти їм вийти з лабіринту розладу.

2

Важливо вчасно виявити розлад та звернутись по фахову допомогу

Неврогенна анорексія характеризується суттєвим обмеженням споживання їжі, що призводить до критичного зниження маси тіла (нижче допустимих для цього віку норм). При цьому наявний сильний страх погладшати, і більшість осіб, попри низьку вагу, продовжують все робити для того, щоб схуднути. Для осіб з анорексією властива надмірна увага до форм тіла, надмірне самоотожнення себе зі своїм виглядом, який є визначальним у самооцінці. Засоби, спрямовані на схуднення, можуть стосуватися і обмеження їжі, і надмірних фізичних навантажень та різних «очисних» дій (самовикликана блювота, вживання послаблювальних та сечогінних препаратів).

Неврогенна булімія має багато спільного з анорексією - і надмірний зв'язок самооцінки з формою тіла, і страх погладшати. Лише при булімії маса тіла не є нижчою від стандартів, натомість виникають неконтрольовані приступи сильного переїдання (переважно на фоні «дієт» і голодування). Ці приступи супроводжуються страхом набрати вагу, а відтак - діями, скерованими на запобігання цьому, - самовикликаним блюванням, використанням сечогінних та проносних засобів, фізичними навантаженнями тощо.



3

РХП часто супроводжуються супутніми розладами

Розлад із приступами переїдання як і булімія характеризується приступами переїдання та масою тіла, що не є нижчою від стандартних меж. Лише на відміну від булімії приступи переїдання не супроводжуються компенсаторними діями, як-от самовикликаним блюванням тощо. Втім ці приступи є частими, викликають дистрес і суттєво впливають на якість життя особи.

Розвиток розладів харчової поведінки пов'язаний із низкою чинників - зокрема низькою самооцінкою, надмірним значенням, наданим формі тіла, можливими соціальними та сімейними проблемами, труднощами у сфері самоконтролю та емоційної регуляції. Розлади харчової поведінки часто супроводжуються супутніми розладами, зокрема депресією, тривожними розладами, низькою самооцінкою, перфекціонізмом - а відтак потребують якісної діагностики та комплексного індивідуального плану допомоги.

Більше інформації: www.k-s.org.ua/ed

