

# Νευρική ανορεξία

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Θεολογία και Ζωή](#)



Ανορεξία είναι μια διατροφική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από ασυνήθιστα χαμηλό σωματικό βάρος, έντονο φόβο του ασθενούς ότι θα παχύνει και μια διαστρεβλωμένη αντίληψη για το κατάλληλο σωματικό βάρος.

Οι άνθρωποι με νευρική ανορεξία δίνουν μεγάλη αξία στον έλεγχο του βάρους και στην σιλουέτα τους, ενώ χρησιμοποιούν ακραίες μεθόδους για να το πετύχουν αυτό, οι οποίες παρεμβαίνουν σημαντικά με τις υπόλοιπες δραστηριότητες στην ζωή τους.

Για να αποφύγουν την παραμικρή αύξηση βάρους ή για να συνεχίσουν να χάνουν βάρος, οι άνθρωποι με ανορεξία συνήθως περιορίζουν σοβαρά την ποσότητα των τροφών που καταναλώνουν. Μπορούν να “ελέγχουν” την πρόσληψη θερμίδων κάνοντας εμετό μετά το φαγητό ή με την κατάχρηση καθαρτικών, διατροφικών συμπληρωμάτων, διουρητικών, ή ακόμα και κλυσμάτων. Μπορούν επίσης να προσπαθούν να χάσουν βάρος με την υπερβολική άσκηση.

## Νευρική ανορεξία: Αίτια

Η ακριβής αιτία της νευρικής ανορεξίας είναι άγνωστη. Όπως και με πολλές

ασθένειες, είναι πιθανώς ένας συνδυασμός βιολογικών, ψυχολογικών και περιβαλλοντικών παραγόντων.

**Βιολογικοί παράγοντες:** Αν και δεν είναι ακόμη σαφές το ποια ακριβώς γονίδια εμπλέκονται, μπορεί να υπάρχουν γενετικές αλλαγές που κάνουν μερικούς ανθρώπους πιο ευάλωτους στη νευρική ανορεξία. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να έχουν μια γενετική τάση προς την τελειομανία, την ευαισθησία και την επιμονή, χαρακτηριστικά που συνδέονται πάντα με την ανορεξία.

**Ψυχολογικοί παράγοντες:** Μερικά συναισθηματικά χαρακτηριστικά μπορεί να συμβάλλουν στην ανορεξία. Οι νεαρές γυναίκες μπορεί να έχουν ψυχαναγκαστικές τάσεις στον χαρακτήρα τους που τις καθιστούν πιο επιρρεπείς σε “αυστηρές” δίαιτες και στον εκούσιο περιορισμό της κατανάλωσης τροφής.

Μπορεί, επίσης, να έχουν μια ακραία τάση για τελειομανία, η οποία τις οδηγεί στο να νομίζουν ότι δεν είναι ποτέ αρκετά αδύνατες.

**Περιβαλλοντικοί παράγοντες:** Η σύγχρονη δυτική κουλτούρα δίνει έμφαση στο να είναι κανείς πολύ αδύνατος ή/και γυμνασμένος. Η επιτυχία και η ατομική αξία ενός ατόμου συχνά ταυτίζεται με το να είναι αδύνατος ή όχι. Η πίεση που ασκείται μπορεί να τροφοδοτήσει την επιθυμία να είναι κανείς πολύ αδύνατος, κάτι που εμφανίζεται συχνότερα μεταξύ των νεαρών κοριτσιών.

### **Νευρική ανορεξία: Συμπτώματα**

Τα φυσικά συμπτώματα της νευρικής ανορεξίας σχετίζονται με την πείνα, αλλά η διαταραχή περιλαμβάνει επίσης συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα που σχετίζονται με μια μη ρεαλιστική αντίληψη του σωματικού βάρους.

### **Σωματικά συμπτώματα**

Ακραία απώλεια βάρους  
Πολύ λεπτή σιλουέτα  
Μη φυσιολογικές τιμές στις εξετάσεις αίματος  
Κούραση  
Αϋπνία  
Ζάλη ή λιποθυμία  
Μπλε χρωματισμός των δακτύλων  
Μαλλιά που λεπταίνουν, σπάνε ή πέφτουν  
Απώλεια εμμήνου ρύσεως  
Δυσκοιλιότητα  
Ξηρό ή κιτρινωπό δέρμα  
Δυσανεξία στο κρύο

Ανωμαλίες στον καρδιακό ρυθμό  
Χαμηλή αρτηριακή πίεση  
Αφυδάτωση  
Οστεοπόρωση  
Διόγκωση/πρήξιμο των χεριών ή των ποδιών

### **Συμπεριφορικά συμπτώματα**

Υπερβολικός περιορισμός της κατανάλωσης τροφής μέσω δίαιτας, ή νηστείας και υπερβολικής άσκησης  
Υπερφαγία και επακόλουθη πρόκληση εμετού που μπορεί να περιλαμβάνει τη χρήση καθαρτικών και κλύσματος

### **Νευρική ανορεξία: Άλλα συμπτώματα:**

Ανεξήγητη ενασχόληση με τις τροφές και τις θερμίδες τους  
Άρνηση να φάει  
Άρνηση ότι πεινάει  
Φόβος ότι θα παχύνει  
Ψέματα σχετικά με το πόσο έχει φάει  
Καμία εναλλαγή στην ψυχική διάθεση (έλλειψη συναισθημάτων)  
Κοινωνική απόσυρση  
Ευερεθιστότητα  
Μειωμένο ενδιαφέρον για σεξ  
Καταθλιπτική διάθεση  
Σκέψεις αυτοκτονίας

Πηγή: [mayoclinic.org](http://mayoclinic.org)