

## *Расстройство пищевого поведения*

РПП — следствие психологического дисбаланса. Примерно с 10-13 лет дети особенно восприимчивы к оценкам окружающих и критичны к собственной привлекательности. Если у ребенка сформировалась невысокая самооценка, то озабоченность внешним видом может перейти на первый план. В результате он оказывается в зоне риска развития расстройства пищевого поведения.



### *Как предотвратить появление РПП*

РПП — следствие психологического дисбаланса, поэтому с детства нужно прививать правильное отношение к еде и здоровое восприятие собственного тела. Однако практика показывает, что ни особенности воспитания, ни психологический климат не могут на 100% защитить от этого заболевания. К врачу приходят люди с абсолютно одинаковыми симптомами, хотя ситуации в семьях очень разные.

Можно сделать вывод: универсальных методов предотвращения РПП не существует. Нужно внимательно следить за поведением ребенка и постараться выстроить с ним максимально доверительные отношения. Тогда он не будет бояться поделиться своими переживаниями или попросить помощи, если столкнется с проблемой. Это позволит родителям вовремя отреагировать на изменения в пищевом поведении и при первых же тревожных симптомах обратиться за консультацией к специалисту.

### *Чем опасно РПП у подростков*

РПП опасно в любом возрасте, однако организм подростка живее реагирует на колебания в режиме питания и отвечает на них более серьезными последствиями:

- при анорексии — нарушения сердечного ритма, панкреатит, аменорея, увеличение слюнных желез, сбои в работе всех внутренних органов;
- при компульсивном переедании — избыточный вес и связанные с ним заболевания;
- при булимии — эрозии и язвы желудка, разрывы пищевода, нарушения работы поджелудочной железы, печени и кишечника. Если при этом используется очищение при помощи слабительных, возникает снижение тонуса стенок толстого кишечника, а мочегонные средства приводят к снижению функции почек.

Точно установить наличие РПП и предотвратить его губительные последствия без профессиональной помощи невозможно. Важно не заниматься самолечением и не ждать, что проблема уйдет сама. Только своевременная помощь специалиста позволит вернуть здоровье пациенту.