

摂食障害について

日本工学院専門学校
日本工学院八王子専門学校 学生相談室

摂食障害とは

★ 食行動を中心にさまざまな問題が生じる病気

【 特 徴 】

- ・ 単なる食欲や食行動の異常ではなく、体重に対する過剰なこだわりがある
- ・ 体重・体形が自己評価に過剰な影響を与える
- ・ 心理的要因が根底に存在していることが特徴

拒食症・・・摂食障害には食事をほとんどとらなくなる

- ※ 食事量が減る、低カロリーのものしか食べないことから体重が極端に減る、やせて生理がこなくなる
といった症状

過食症・・・極端な量を食べてしまう

- ※ いったん食べ始めるとやめられない、むちゃ食いしては吐く、食べすぎたことを後悔し、憂うつになる
などの症状
拒食症から、過食症になることもある

原因

★ 食行動の問題という症状が目立つが、それは結果にしかすぎない

- 症状の元となる原因がいくつかあり、そのことを解決したり、解消したりすることが必要
- 食行動だけを変化させようとしても多くは失敗に終わる
- 現代の日本において、やせ願望を持っている若い（特に10代～40代）女性は多く、ダイエットがきっかけで摂食障害を発症することがある
- ダイエットをするすべての人が摂食障害を発症するわけではない
- ダイエット以外にも、「受験で失敗した」「進学したら成績が落ちた」など、生活のなかで自信を失うような場面やストレスを感じる状況に遭遇したとき、摂食障害を発症することがある
- その他、家庭環境の問題、性的被害によるストレスなどもきっかけになることがある
- 基本的には人間関係や心理的なストレが裏に潜んでいると考えられる

症 状

★「体重が増えるのが恐ろしい」という偏った感覚を持っていて食事摂取をしないことがある

過食症の場合・・・短時間のうちに大量に食事摂取を行い、その後自分で意識的に嘔吐したり下剤を使ったりして対処する傾向がある。また、嘔吐からくる誤嚥性肺炎を発症することがある。そして、なぜこのような異常な食行動をするのか自分自身で悩み、自殺企図につながることもある。

拒食症の場合・・・自分自身の体型に対して歪んだ認識を持つことから、標準体重が大きく下回っている状況でも、まだまだ太っていると認識する傾向がみられる。また、低血圧や低体温などが起こることもあり、こうした身体的な異常は命にかかわることがある。

摂食障害では、うつ症状を伴うことがあります。さらに、電解質異常、肝機能障害、腎機能障害などの身体的な異常を呈することもあります。ただし、そこまで大きく体重減少が起こることは多くありません。

治 療

★ 患者さんは体重が増えることを極端に恐れるので、なかなか治療に納得してくれない

- ※ 学校や家族・友達が専門医とともに力を合わせ、本人がきちんと治療を続けられるように支えていくことが大切です。ご家族の方は「食べなさい」と強いず、安らぎを与えてください。
- ※ 特に10代の患者さんの場合は、家族との関係が影響していることが多いので、家族に対しても患者さんとの接し方や家庭環境に関するカウンセリングが必要になります。
- ※ 摂食障害の専門医やカウンセラーを配属している病院を選び、体重減少が極端な場合や家庭環境が治療に適していないような場合は、入院治療が必要となる場合もあります。
- ※ 体重に対するこだわりや間違った自己評価などを正常にするための心理療法を中心に、心身の回復をめざして薬による治療や栄養指導などが必要に応じて行なわれます。
- ※ 「やせたい」という強い思いがあるため、本人はなかなか治療したがりません。しかし、低栄養から様々な体の不調につながり死に至ることもある病気ですから、周囲の人は治療の重要性を伝えることが必要です。