

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Nowe zaburzenie odżywiania



Czy można zbagatelizować fakt, że w ciągu dnia udaje nam się utrzymać dietę, sięgamy jedynie po zdrowe produkty, natomiast wieczorem i w nocy dopada nas niepohamowany apetyt? Zdaniem specjalistów jest to jedna z form zaburzenia odżywiania.

Mówiąc o zaburzeniach odżywiania naturalnie myślimy o anoreksji i bulimii. W ostatnim czasie pojawiło się również określenie odnoszące się do chorobliwego kontrolowania tego, co jemy i spożywania wyłącznie zdrowych produktów, zwane ortoreksją. Jednak specjaliści wyróżnili jeszcze jeden rodzaj zaburzenia, jakim jest kompulsywne objadanie się, które zostało włączone do klasyfikacji zaburzeń psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

Eksperti wskazują, że jest to stosunkowo nowa diagnoza problemu, o tyle istotna, że dotyka ona zdecydowanie więcej osób niż anoreksja czy bulimia.

"W swojej praktyce spotykam się z klientami, którzy w ciągu dnia nie mają problemu z tym, aby kontrolować to, co i w jakich ilościach jedzą, odżywiają się racjonalnie. Jednak, kiedy przychodzą do domu i doświadczają niepohamowanego napadu głodu, jedzą dosłownie wszystko, do momentu, kiedy nie odczuwają bólu wynikającego z przejedzenia" - wyjaśnia problem dietetyk Amelia Freer.

Problem dotyczy głównie osób zestresowanych i przepracowanych

Taka forma zaburzenia odżywiania dotyka szczególnie osób, które są zestresowane, przelęknione i przepracowane. Jedzenie zaś jest formą odreagowania stresów, sposobem na poradzenie sobie z takimi emocjami jak poczucie samotności czy strachu.

"Osoby dotknięte tym problemem często sięgają po produkty o wysokiej zawartości cukru takie jak słodczyce. To powoduje chwilowe, błogie samopoczucie, chwilę zadowolenia. Jednak szybko to poczucie zadowolenia zamienia się w poczucie winy, a nawet obrzydzenia. Tłumaczę pacjentom, że takie niepohamowane napady głodu, nawet jeśli nie zdarzają się często, są sygnałem niepokojącym" - wyjaśnia dietetyk.

Objadanie się nie jest spowodowane głodem

Rebecca Field z fundacji Beat zajmującej się osobami z zaburzeniami żywienia podkreśla, że kompulsywne objadanie się nie jest spowodowane głodem, a stanem emocjonalnym - poczuciem smutku, samotności, zdenerwowaniem czy znudzeniem. I tak, jak w przypadku anoreksji czy bulimii problem wynika z chęci utraty wagi, zaburzoną obrazem własnego ciała, tu problemem jest nieumiejętność radzenia sobie z własnymi emocjami.

"Kompulsywne objadanie się, nie powinno być ignorowane, jest to problem, który dotyczy wielu osób i może mieć poważne konsekwencje zdrowotne. To zaburzenie może doprowadzić do nadwagi, a nawet otyłości i wszelkich dolegliwości wynikających ze zbyt wysokiej masy ciała. Ale nawet osoby, którym udaje się zachować właściwą wagę narażają swoje zdrowie na szwank. Dostarczanie organizmowi jednorazowo, w stosunkowo krótkim czasie, ogromnych ilości słodczy czy śmieciowego jedzenia negatywnie wpływa na ich stan zdrowia" - ostrzega Amelia Freer.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/24340.html>



27-03-2025

Jak otworzyć laboratorium?

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

Błonica - choroba groźna także dla dorosłych

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

[87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

[Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych](#)

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

[Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy](#)

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

Informacje dnia: [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#) [Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców;](#) [w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych](#) [87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na](#)

[targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

Partnerzy