

Jaka tajemnicza choroba zabija młodzież?

1 lutego 2014

Coraz więcej młodych ludzi zapada na tę prawie nieuleczalną chorobę. Na wczesnym etapie, gdy można im jeszcze pomóc, nawet doświadczony lekarz z trudem może wykryć groźne objawy na wczesnym etapie. Co to za choroba? Jak uchronić się przed nią?

Chodzi o chorobę, która może dopaść każdego. Dysmorfofobia jest psychicznym zaburzeniem, wyrażającym się w zniekształconym odbiorze swojego ciała i nienawiści do siebie. Chorobie tej towarzyszy wysokie ryzyko samobójstwa, zwłaszcza wśród młodych ludzi przed 25-30 rokiem życia.

„Głos Rosji” razem z psychologiem Iriną Łukjanową postanowił przyjrzeć się sposobom na szybkie wykrycie załążki dysmorfofobii u siebie i swoich krewnych. Spróbujemy wyjaśnić, jak postępować, jeśli znalazłeś się w grupie ryzyka i jak słusznie rozpocząć leczenie.

W większości przypadków do grupy ryzyka trafiają osoby, bardzo krytyczne wobec siebie, będące perfekcjonistami i cierpiące na „kompleks piątkowicza”. Szczególnie podatni na dysmorfofobię są nastolatki, poczynając od 14-15 roku życia. Zazwyczaj po trzydziestce liczba „chorych” wielokrotnie maleje, a potem w ogóle znika.

Irina Łukjanowa wyjaśnia, jak można rozpoznać objawy dysmorfofobii: „Jeśli zauważyłeś, że twoje myśli ciągle kręcą się wokół pewnej cechy wyglądu, często zaglądasz do lustra, starając się ustalić, na ile „wada ” może rzucać się w oczy otaczającym ludziom i co można zrobić, aby ją ukryć, unikasz fotografowania się, czujesz apatię i niechęć do jakiejkolwiek aktywności, to najprawdopodobniej znalazłeś się wśród ofiar tej podstępnej choroby. Jeśli uważasz, że specyfika twojego wyglądu jest nie do zniesienia i gdyby nie to, życie

wyglądałoby zupełnie inaczej: byłbyś społecznie aktywny, odnoszący sukcesy i szczęśliwy. Jeśli jedynym pragnieniem jest zrobienie operacji plastycznej lub w ogóle popełnienie samobójstwa, to trzeba jak najwcześniej zwrócić się do wykwalifikowanego psychoterapeuty."

Nie ostatnią rolę w skłonności człowieka do dysmorfofobii odgrywa jego najbliższe otoczenie. Zgodnie ze statystyką, ponad 60% chorych informuje, że jako dziecko byli stale krytykowani za wygląd przez rodziców i rówieśników. Dążenie do powszechnej akceptacji i miłości w przyszłości popycha takie osoby do radykalnych zmian wyglądu za pomocą ekstrawaganckiego stylu, tatuaży oraz różnych operacji plastycznych. Drudzy natomiast starają się ograniczyć do minimum kontakty z światem zewnętrznym: prowadzą odosobniony tryb życia, starają się nie opuszczać domu w ciągu dnia, aby otaczający nie mogli zobaczyć ich „brzydotę”.

Ponadto, nie ostatnią rolę w rozwoju dysmorfofobii grają media. Irina Łukjanowa zgadza się z tym: „Nastolatki odbierają świat idealistycznie. Nie zdają sobie sprawy z tego, że obrobione zdjęcia modelek z modnych magazynów nie mają nic wspólnego z prawdziwym życiem. Postacie, przedstawiane na okładkach, w rzeczywistości są takimi samymi ludźmi, jak wszyscy, ze swoimi wadami, ale młodzież tego nie rozumie.”

Młodzi ludzie szczerze wierzą, że ludzie nie mają ani porów, ani zmarszczek, ani podrażnień na skórze. Wszyscy są wysocy, wiecznie młodzi i szczupli. Dlatego wielu zaczyna mieć zniekształconą wizję tego, jak w rzeczywistości powinno wyglądać ludzkie ciało. Standard wyglądu, narzucany przez modne czasopisma, w rzeczywistości jest nieosiągalny, lecz niestety młodzież rzadko to rozumie. Nie będąc w stanie dostosować się do standardów, które ustala dyktatura współczesnej mody, popadają w depresję, tracą pewność siebie, a niekiedy chęć życia.

Co trzeba robić, aby pokonać dysmorfofobię i nie dopuścić do

jej skrajnych form? Fakty nie napawają optymizmem: samodzielne wyleczenie się jest prawie niemożliwe. Potrzebne jest wielostronne podejście, poczynając od psychoterapii i zażywania leków antydepresyjnych, a kończąc na pobycie w szpitalu. Bez odpowiedniego leczenia choroba może przybrać przewlekły charakter z okresami ostrych nawrotów i remisji. Ważne jest zrozumienie, że ani dermatolodzy, ani kosmetolodzy, ani chirurdzy plastyczni nie są w stanie pomóc chorym, gdyż chodzi zazwyczaj nie o realne wady wyglądu, a zmyślane.

Problem niechęci zaakceptowania swojego ciała takim jakie jest nie zniknie po operacjach, ponieważ ma charakter psychologiczny. W szczególnie ciężkich przypadkach podczas nawrotów choroby chorzy mogą siebie okaleczyć, starając się samodzielnie przeprowadzić operację likwidacji „swojej brzydoty”. Znane są przypadki, gdy ludzie próbowali samodzielnie usunąć tłuszcz z brzucha i bioder, spiłować część chrząstki nosowej. Albo też podejmowali decyzję w sprawie samobójstwa, nie będąc w stanie siebie zaakceptować.

Ta niepokojąca tendencja z roku na rok przybiera na sile, zabijając wielu młodych ludzi. Bądź ostrożny! Nie podchodź krytycznie ani do swoich, ani do cudzych szczegółów wyglądu. Staraj się nie robić uwag na temat wyglądu otaczających, nawet jeśli masz dobre twoim zdaniem zamiary. Nikt przecież nie wie, co możesz posiać w duszy człowieka. Być może burzę, która złamie jego życie.

Autor: Alona Rakitina

Źródło: [Głos Rosji](#)