

Motyłki z Wysp

6 czerwca 2015

Wielka Brytania ma najwyższy odsetek osób zapadających na zaburzenia żywieniowe w Europie. Przytaczane w raportach dane stanowią zaledwie wierzchołek góry lodowej, bo w analizach uwzględnia się tylko osoby, które zgłaszają się na leczenie. Ilu Brytyjczyków zmaga się z chorobą w samotności, nie wiadomo...

Z najnowszych szacunków wynika, że jedna na sto kobiet w Wielkiej Brytanii została zdiagnozowana pod kątem zaburzeń żywieniowych, co daje 269 tys. chorych w samej Anglii i Walii. Ponad połowa wszystkich mieszkanek Wysp ma „problemy z jedzeniem”, które nie kwalifikują się do medycznej diagnozy, jednak przysparzają im licznych kłopotów. Problem nie dotyczy tylko kobiet. Szacunki nie są jednoznaczne, ale od 11 do 13 mln ludzi w kraju cierpi na zaburzenia psychologiczne lub schorzenia związane z jedzeniem, w wyniku których są na permanentnej diecie. Aż jedna czwarta dorosłych Brytyjczyków przyznaje, że po zjedzeniu posiłku ma poczucie winy. Podobna liczba respondentów czułaby się szczęśliwsza, gdyby byli szczuplejsi (chodzi o osoby o zdrowej masie ciała, bez nadwagi). Sześć na dziesięć kobiet nie może na siebie patrzeć w lustrze, a tylko jedna z każdych 25 jest zadowolona z wyglądu swojego ciała. Jedna na sześć kobiet i jeden na dziesięciu mężczyzn regularnie opuszczają posiłki, żeby utrzymać masę ciała pod kontrolą. Zaburzenia żywieniowe dotyczą osób w każdym wieku, od 8 do 70 lat. Na przestrzeni ostatnich czterech lat z powodów związanych z zaburzeniami jedzenia do brytyjskich szpitali trafiło 3800 dzieci (w wieku poniżej 18 lat), w tym 270 chłopców i 163 dziewczynki, które nie skończyły jeszcze 10 lat. Liczba takich przypadków wzrosła w tym czasie o 10 proc.

W POGONI ZA „SKINNY”

Lekarze ze szpitala psychiatrycznego Priory biją na alarm – szaleństwo polegające na publikacji zdjęć dokumentujących utratę wagi oraz dzienników żywieniowych w portalach społecznościowych napędza machinę zaburzeń żywienia, które mogą prowadzić do anoreksji.

Dr Alex Yellowlees (źródło: „Daily Mail”) uważa, że „wyścigi” w odchudzaniu tworzą nacisk psychologiczny, który u mniej odpornych osób może wywołać anoreksję lub inne nie mniej poważne zaburzenia psychiczne, z których pewne mogą nawet prowadzić do śmierci. Autoportrety propagujące kulturę „skinny” (chudości) stały się niezwykle popularne wśród użytkowników mediów społecznościowych w ciągu ostatnich kilku lat. – Niektórzy robią sobie całe serie zdjęć na różnych etapach choroby i dzielą się nimi z przyjaciółmi – mówi dr Yellowlees. – Chcą dokumentować przebieg choroby i postępy, które robią w kierunku anoreksji. Najczęściej ofiarami tego trendu są młode kobiety, nastolatki lub dwudziestokilkulatki, z obsesją na punkcie nowoczesnych gadżetów, smartfonów i tabletów. To zjawisko stało się dla mnie oczywiste dopiero niedawno, dowiedziałem się o nim od pacjentów. Trend idealnie wpisuje się w epokę mediów społecznościowych. Nowoczesne urządzenia sprawiają, że zrobienie sobie zdjęcia i podzielenie się nim ze znajomymi jest teraz wyjątkowo proste. Ludzie postrzegają to również jako formę wyrażania siebie i swojego stosunku do choroby. Trend jest stosunkowo nowy, ale zatacza coraz szersze kręgi wśród coraz większej rzeszy młodzieży.

Studentka Holly Temple, która dokumentowała proces utraty wagi za pomocą „inspirujących autoportretów” w ubiegłym roku wystąpiła publicznie, by ostrzec innych przed związanymi z tym niebezpieczeństwami. Siedemnastolatka z Woking (Surrey) zamieszczała zdjęcia swojego coraz szczuplejszego ciała na prywatnym blogu jako motywację do dalszego odchudzania. Osiągnęła wagę 38 kg, co groziło jej drugą już hospitalizacją, kiedy nagle coś „zaskoczyło” i zaczęła przybierać na wadze. Zdaniem Holly nadzwyczaj często młode kobiety czują się

zachęcane do utraty wagi do poziomu zagrażającego ich zdrowiu, a nawet życiu przez strony internetowe nazywane „thinspiration” (inspiracja do chudości). Takie strony, na których publikowane są zdjęcia wklęsłych żołądków i wystających żeber, zawierają blogi prowadzone przez osoby, które dietę doprowadziły do ekstremum. Na blogach zamieszczają porady dla innych anorektyczek, które mają im pomóc w szybszym zrzućeniu wagi. Popularne są strony promujące „szparę między udami”. Chodzi o to, żeby schudnąć tak bardzo, że uda nie będą się stykały, nawet po złączeniu stóp. Do zdjęć dołączane są również „inspirujące” wiadomości i hasła, takie jak: „Jedzenie to twój wróg” czy „Głód drogą do osiągnięcia doskonałości”. Jedna z blogerek sugeruje, że burczenie w żołądku to owacje nagradzające wytrwałość w głodzeniu się. 19-letnia Marta, która przyjechała na Wyspy w 2010 r., chociaż mówi już po angielsku całkiem dobrze, nadal korzysta z polskich stron dla „Motylków”, czyli dziewczyn cierpiących na anoreksję, ale niepostrzegających jej jako choroby. Liczne blogi i strony „pro ana” (promujące anoreksję) są tak samo popularne w Polsce, jak i na Wyspach. – Te dziewczyny są dla mnie jak rodzina – mówi Marta. – To one mnie wspierały, kiedy uczyłam się języka, próbowałam odnaleźć się w nowym środowisku i wydawało mi się, że jedyną sferą mojego życia, którą naprawdę mogę mieć pod kontrolą i która zależy tylko ode mnie, jest moja waga. Dziś Marta, która ma za sobą leczenie w podlondyńskiej klinice, nadal zagląda na strony pro ana. – Nie chcę już chudnąć, ale zależy mi, żeby nie przytyć – mówi. Marta ma 176 cm wzrostu i waży 49 kg.

Anoreksja jako rozwiązanie problemów z akceptacją środowiska lub innymi trudnościami codzienności to nie tylko problem nastolatek. W zastraszającym tempie rośnie liczba trzydziesto- i czterdziestolatek zapadających na choroby związane z zaburzeniami żywienia, które nie radzą sobie z żonglowaniem karierą, opieką nad dziećmi i prowadzeniem domu. Zdaniem doktora Yellowleesa znajdujemy się w samym środku epidemii kobiet niezadowolonych z wyglądu własnego ciała, a kobiety w

średnim wieku są coraz bardziej podatne na zaburzenia odżywiania. Podobnie jak Marcie, wydaje im się, że wreszcie mogą w pełni kontrolować jakąś dziedzinę swojego życia. Anoreksja, która stoi na czele zaburzeń żywienia w Wielkiej Brytanii, ma najwyższy odsetek przypadków śmiertelnych nie tylko wśród innych chorób związanych z zaburzeniami odżywiania, ale wśród chorób psychicznych w ogóle. Oprócz komplikacji medycznych wpływ na takie statystyki ma również duża liczba samobójstw wśród brytyjskich Motylków.

WSZYSTKIEMU WINNE GENY?

Brytyjscy naukowcy prowadzą badania nad wyodrębnieniem genu odpowiedzialnego za wywoływanie anoreksji. Badacze z King's College w Londynie przeanalizowali do tej pory kod DNA ponad 300 osób cierpiących w przeszłości na anoreksję. Planują zebrać 25 tys. próbek z całego świata, z czego 10 tys. będzie pochodzić od ochotników z Wielkiej Brytanii. Autorką projektu AN25K o światowym zasięgu jest Cynthia Bulik, profesor w katedrze zaburzeń odżywiania na uniwersytecie w Północnej Karolinie (USA). Z badań przeprowadzonych przez nią w 2007 r. na cierpiących na anoreksję bliźniętach wynika, że choroba może zostać odziedziczona, a ponad połowa czynników ryzyka zapadnięcia na anoreksję ma podłoże genetyczne. Zdaniem prof. Bulik wyodrębnienie nie jednego, ale setek genów odpowiedzialnych za anoreksję może pozwolić na opracowanie nowych terapii. Brytyjskie badania są wspierane przez organizację charytatywną Charllotte's Helix, założoną przez cierpiącą na anoreksję Charlotte Bevan, która zmarła w wieku 48 lat. Jej córka została zdiagnozowana w wieku zaledwie 12 lat. Charlotte była przekonana, że Georgie odziedziczyła po niej chorobę, i czuła frustrację z powodu braku naukowych badań popierających tę tezę. W swojej książce „Throwing Starfish Across The Sea” napisała: „Chcę, żeby ludzie przestali się bać i wstydzić czegoś, co nie jest ich winą. Chcę przekonać 99 proc. świata żyjące w nieświadomości, że świat zaburzeń odżywiania zasługuje na prawo głosu. Chcę, żeby

ludzie wiedzieli, że moja córka nie jest próżną, głupią lalunią, która po prostu chce być chuda, ale wspaniałą, błyskotliwą, ważną częścią społeczności, której mózg – zbiegiem losu – nie jest doskonały”. Gerome Breen z King’s College, prowadzący projekt AN25K, powiedział: – Chcemy odkryć rządzące anoreksją prawa genetyki i biologii, bo jeśli nam się to uda, będziemy mogli stworzyć konkretne terapie. Chcemy pomagać tym, którzy przeżyli, w przeżyciu. Przyjaciółce Charlotte i przewodniczącej organizacji charytatywnej zależy przede wszystkim na tym, żeby ludzie zrozumieli, że anoreksja nie jest chorobą wyboru.

PIGUŁKA NA ANOREKSJĘ

Inne badanie nad zaburzeniami żywienia sugeruje, że zarówno anoreksję, jak i bulimię można leczyć... antybiotykami. Naukowcy z uniwersytetów w Rouen i Inserm we Francji odkryli rezydującą w jelitach bakterię, która wpływa na to, w jaki sposób ludzki organizm reguluje apetyt. Chociaż psychologiczne i genetyczne czynniki wciąż uchodzą za najistotniejsze podczas leczenia anoreksji, lekarze są zdania, że opanowując fizyczne objawy, będą w stanie zmniejszyć skalę problemu. Francuscy badacze udowodnili słuszność swojej teorii w testach przeprowadzanych na myszach, a wczesne wyniki badań klinicznych sugerują, że ma ona zastosowanie również do ludzi. Jeśli kolejne testy potwierdzą teorię naukowców, w przyszłości jedna seria leczenia antybiotykiem będzie w stanie zniszczyć powodującą problemy bakterię i umożliwi pacjentom odzyskanie normalnego apetytu. Odkrycie Francuzów zostało przyjęte z dużą nadzieją przez brytyjskie organizacje charytatywne zajmujące się zdrowiem psychicznym i chorobami zaburzeń odżywiania. Mary George z pomagającej pacjentom organizacji Beat powiedziała: – Nasza wiedza o tych poważnych zaburzeniach psychicznych jest wciąż niewystarczająca. Każde badanie i każda terapia, które mogą pomóc osobom cierpiącym na anoreksję w pokonaniu choroby, są przez nas przyjmowane z otwartymi ramionami.

TOP MODEL

Kulturę odchudzania napędzają media promujące bardzo chude modelki. Coraz więcej pojawia się w nich jednak głosów rozsądku. W ubiegłym roku burzę w sieci (polskiej i światowej) wywołała publikacja sesji zdjęciowej polskiej modelki Anji Rubik we francuskim „Vogue”. Zdjęcia z sesji internauci zestawili z obrazami z Oświęcimia, a na Anję spadły tony oskarżeń o promowanie anoreksji. I chociaż modelka wystosowała ostrą odpowiedź na te oskarżenia, ujawniła swoją dietę i reżim ćwiczeń, którym się poddaje, internauci pozostali sceptyczni. Wydaje się, że świadomość konsumentów – powoli, ale jednak – ulega zmianie. Przeciwno drastycznie chudym manekinom sieci Primark zaprotestowały Brytyjki i Irlandki. O promowanie anoreksji oskarżono sieci H&M, Topshop i Victoria’s Secret. Do choroby przyznały się publicznie między innymi Zoe Kravitz, Nicole Richie i Lady Gaga. Agencja ds. Standardów w Reklamie zakazała sprzedaży koszulek ze słynnym sloganem wygłoszonym w 2009 r. przez Kate Moss: „Nothing tastes as good, as being skinny feels” (Nic nie smakuje tak dobrze, jak dobrze jest być chudym). Od 2013 r. modelki biorące udział w Londyńskim Pokazie Mody muszą mieć wystawione przez lekarza świadectwo zdrowia potwierdzające również zdrową wagę. Chociaż dyskusja na temat wagi modelek nie przyniosła na razie oczekiwanych rezultatów, przeciwnicy promowania chudości nie poddają się. W końcu – wiele europejskich krajów, w tym Wielka Brytania, rozważa wprowadzenie ustawy zakazującej utrzymywania na serwerach stron promujących zaburzenia odżywiania. Przepis nakładający karę grzywny za namawianie do powstrzymywania się od jedzenia obowiązuje już we Francji. Na lepsze wzorce mogą też już liczyć przyszłe pokolenia. Artysta Nickolay Lamm ubiegłego lata zaprojektował lalkę Barbie o proporcjach prawdziwej (szczupłej, ale nie chudej) kobiety.

Autorstwo: Magdalena Gignal

Źródło: eLondyn.co.uk