



**Anoreksija nervoza** i **bulimija**, popularnije nazvane Ana i Mia, poremećaji su u prehrani, ali također i psihičke bolesti. Osobe koje pate od anoreksije uglavnom si uskraćuju hranu, smišljaju razloge zašto ne trebaju jesti. Opsjednuti su izgledom i mršavljenjem – iako su poput kostura, i dalje misle da su predebeli te se zato izgladnjuju i prekomjerno vježbaju. Anoreksija započinje u tinejdžerskoj dobi te od nje najčešće pate djevojke.

### Priča o Karen Carpenter



[Karen Carpenter](#) "proslavila" je anoreksiju. Američka pjevačica i bubnjarka patila je od tada još nepoznate bolesti – anoreksije. Umrula je sa 32 godine od aritmije, zastajanja srca što je samo jedna od posljedica anoreksije. Nakon njene smrti, društvo se počelo zanimati za tu bolest. Njezin brat Richard s kojim je osnovala grupu [The Carpenters](#) opisivao je svoju sestru kao debeljuškastu tinejdžerku. Međutim, ona nije mogla podnijeti da nema mršavo tijelo pa je tako s nepunih 18 godina, 1967. godine započela prvu od svojih mnogobrojnih dijeta. Prvo je izgubila desetak kilograma kad je bila na vodenoj dijeti koju joj je preporučio njen liječnik.

No to ju nije smirilo, nastavila je mršavjeti, sve dok 1975. godine nije imala zapanjujućih 36 kilograma. Uzimala je na desetke tableta dnevno te je povraćala i ono malo što je jela, a tijelo joj je bilo potpuno iscrpljeno. Iste te godine srušila se prilikom nastupa na pozornici. U bolnici su zaključili da ima 15 kilograma premalo, te je napokon shvatila da ima ozbiljan problem. Njeno tijelo bilo je potpuno izmučeno od nedostatka hrane, sna te previše laksativa.

Sve do 1983.g. javnost je bila uvjerenjena kako je njihova zvijezda Karen Carpenter ozdravila, no te godine majka ju je našla голу i u nesvijesti u njihovom domu. U bolnici su ju oživljavali još gotovo sat vremena, no za mladu Karen više nije bilo spasa.

Zbog anoreksije umire više ljudi nego zbog ikoje druge psihičke bolesti. Najtužnije jest da su polovica tih smrti samoubojstva. Samo 40% anoreksičara uspije prevladati svoju bolest i oporaviti se. Početni simptomi anoreksije su mršav izgled, pucanje noktiju, slaba kosa, zatvor,

vrtočavica, umor, gubitak menstruacije kod žena, suha koža i tako dalje. Kasnije dolazi do anemije, srčanih problema te problema s plućima i bubrezima.

### Bulimija-prisilno povraćanje



Druga psihička bolest vezana uz prehrambene navike jest bulimija. Doslovni prijevod riječi bulimija jest "*gladan da bi vola pojeo*". Baš kao i anoreksija, bulimija pogađa najviše mlade žene, u srednjoj i kasnoj adolescenciji. Oboljeli jedu previše te nakon obroka izazivaju povraćanje kako bi "pročistili" organizam. U tu svrhu se služe

[laksativima](#)

,  
[diureticima](#)

i tabletama za mršavljenje kako bi smršavili. Takva čišćenja primjenjivali su stari Egipćani, Rimljani i Grci.

Osoba koja pati od bulimije ima problema sa zubima i zubnom caklinom, ispucane su joj usnice, ima česte grlobolje te probleme sa štitnjačom i srcem. Kod anoreksije osobe imaju izrazito nisku tjelesnu težinu, dok je kod bulimije težina normalna ili malo povećana.

Iako se ove dvije bolesti znaju preklapati, tipovi osoba koje oboljevaju, različiti su. Naime, osobe koje pate od anoreksije uglavnom se zatvaraju u sebe, dok bulimičari zadovoljavaju sve svoje potrebe i često imaju problema s autoritetom i zakonima. I anoreksičari i bulimičari često pate od depresije.

Nešto noviji poremećaji u prehrani su **bigoreksija** – opsjednutost povećanjem mišićne mase. Te osobe vježbaju čak i kada su im mišići upaljeni ili kada im je nešto slomljeno, te često uzimaju steroide. Postoje i **drunkoreksičari**, dakle ljudi koji piju mnogo alkohola, ali zato ne jedu kako bi ograničili unos kalorija u tijelo ili pak

