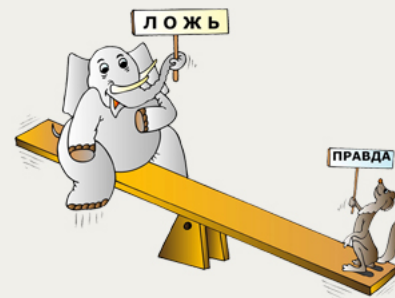


# Мифы о РПП



## Миф №1. РПП — это болезнь современного времени

О проявлениях булимии было известно еще в Римской империи. Обеспеченные патриции устраивали оргии, на которых объедались и вызывали рвоту в специальные vomитарии. Греческий врач **Гален** (130-200 н.э.) провел существенную часть своей жизни в Риме и **определил boulimus (сильный голод) как дисфункцию пищеварения.**



Известны задокументированные **случаи необратимого голодного истощения** у святых женщин в средние века. Что касается итальянских постящихся святых, то наиболее полная биографическая запись сохранилась о Катерине из Сиены. Другим примером является **венгерская принцесса Маргарита**, жившая в 1242-1271 годах.

Ее история известна из записей свидетельств очевидцев, которые послужили доказательствами в процессе причисления ее к лику блаженных, начавшемся менее чем через пять лет после ее смерти.

Принцесса Маргарита, дочь короля, выросла в Доминиканском монастыре, где преуспела во всех предметах и в монастырских тяжелых работах. **В своем стремлении к аскетизму она проявляла в высшей степени героизм**, постясь, отказывая себе в сне, изнуряя себя черной тяжелой работой и другими способами **истязая свою плоть** — она никогда не сидела без дела.



Часто, садясь за стол с другими членами монастырской общины, она **даже не притрагивалась к еде**. Нередко она ускользала молиться, в то время как ее сестры принимали пищу, будучи не заняты делом.

Маргарита **ужесточила свою диету**, когда король Байлор решил ее сосватать, и умерла в 28 лет в трезвом уме, будучи совершенно истощенной.

**Сходства между поведением святой Маргариты и нервной анорексией XX века очевидны.** До сих пор до конца не ясно, отказывалась ли Маргарита от еды во имя святости или тонкой талии, ибо и то и другое приводит к одинаковым последствиям.



## Миф №2. РПП есть только у молодых

Часто РПП действительно начинаются в детском и подростковом возрасте, но и у мальчиков, и у взрослых – тоже могут развиваться. Многие взрослые страдают от расстройств пищевого поведения, потому что их не лечили успешно, когда они были молоды, или потому что у них случился рецидив.



---

## Миф №3. Она просто хочет внимания

Во время болезни человека до постановки диагноза и на протяжении всего лечения и выздоровления он может казаться нуждающимся и ищущим внимания.

Это внимание, однако, направлено на то, чтобы **успокоить их самооценку**, а не потому, что они эгоцентричны.

Часто страдающие чувствуют себя недостойными помощи или любви, и при отсутствии навыков внутренней устойчивости будут искать внешнее подтверждение этому.



---

#### Миф №4. У людей с нормальным или избыточным весом не может быть РПП

**Может.** Расстройства пищевого поведения определяются не только размером и весом. Необходимо учитывать и многие другие факторы.

**Люди с булимией**, как правило, имеют **средний или даже выше среднего вес**.

**Люди с перееданием** могут иметь **избыточный вес**, но не обязательно, в то время как **люди с анорексией** **не всегда имеют недостаточный вес**.



---

## Миф №5. Люди с анорексией не едят и истощены

- Не все люди с анорексией выглядят крайне истощенно.
- Вы можете страдать анорексией, иметь нормальный вес и выглядеть физически здоровым.
- То, что человек не выглядит истощенным, не означает, что он не страдает анорексией или что его здоровью ничего не угрожает.
- Большинство людей с анорексией на самом деле едят; однако они склонны есть меньшие порции, низкокалорийные продукты.



---

## Миф №6. Она набрала вес, значит она вылечилась

Восстановление веса необходимо, чтобы позволить человеку с анорексией принимать участие в дальнейшем лечении, решении эмоциональных проблем.

НО! Достижение нормального веса знаменует собой первый шаг в процессе выздоровления, но это не означает излечение, потому что РПП являются сложными медицинскими, психиатрическими заболеваниями.



---

### Миф №7. Рвота, слабительные и мочегонные помогают похудеть



- Рвота, слабительные и мочегонные **не избавляют** от проглоченной пищи.
- Половина того, что потребляется во время переедания, обычно остается в организме после рвоты.
- Слабительные и мочегонные приводят к снижению веса из-за потери жидкости, и этот эффект является временным.
- По этим причинам многие люди с булимией имеют средний или выше среднего вес.
- После рвоты **остается 1200 ккал в организме.**

---

## Миф №8. Булимия не смертельна

- Хотя смертность от булимии ниже, чем от анорексии, человек с булимией может быть **подвержен высокому риску смерти из-за компенсаторного поведения** и его влияния на сердце и электролитный дисбаланс.
- Употребление слабительных и мочегонных средств, а также чрезмерные физические нагрузки могут увеличить риск смерти у людей, страдающих булимией.



---

## Миф №9. Все люди с булимией вызывают рвоту

- При булимии люди обычно переедают и используют компенсаторное поведение
- Не все пытаются избавиться от калорий, которые они потребили, вызвав у себя рвоту.

- Некоторые чрезмерно тренируются, голодают или используют мочегонные и слабительные средства.



---

**Миф №10. Те, кто переедает,  
должны просто сесть на диету**



- Использование диет не может «вылечить» расстройство пищевого поведения.
- Традиционные диеты с ограничением калорий на самом деле могут вызвать переедания, даже у людей, у которых нет расстройства пищевого поведения.