



Veritas

PSIKİYATRİ ve  
BEYİN BİLİMLERİ

"Veritas vincit"  
"doğruluk kazanır"

BULİMİA NERVOZA

## BULİMİA NERVOZA

Bulimia olarak da bilinen bulimia nervoza, aşırı yemek yemeyi takip eden, kusma, oruç tutuma, lavman yaptırma, çok miktarda laksatif ve müshil kullanma, çok fazla egzersiz yapma gibi uygunsuz kilo kontrol metodlarının kullanımıyla karakterize, psikolojik bir bozukluktur.

Bulimia, geç çocukluk ya da erken yetişkinlik dönemlerinde başlar. Kadınları erkeklerden daha sık etkilemektedir. Bulimik kişiler, aşırı yemek yedikten sonra utanç ve iğrenme duyguları içinde kilo kontrolü davranışlarını gizlice yaparlar. Yediklerini çıkarttıktan sonra utanç ya da iğrenme duygusu geçer, rahatlarlar. Bulimiklerin kilosu , kendi boy ve yaşlarına göre genellikle normal dağılımın içinde seyreder.Ancak ya kilo almaktan çok korkarlar, ya kilo vermek isterler, ya da vücutlarından kesinlikle memnun değillerdir.

### Bulimia Nervozaya Ne Sebep Olur?

Bulimia nervozanın kesin sebebi henüz bilinmemekle beraber yapılan araştırmalar bazı kişilik özelliklerinin,duyguların, düşünce paternlerinin, biyolojik ve çevresel faktörlerle beraber bozukluğun oluşumunda etkili olabileceğine işaret etmektedir.Araştırmacılar, kişinin vücuduyla alakalı tatminsizliği ve beden şekli ve yapısına dair aşırı endişelerinin de bulimiayı başlatabileceğini söylemektedirler. Bulimik kişilerin özgüveni genellikle düşüktür ve aşırı kilolu olmaktan çok korkmaktadırlar.Bulimia nervozanın aile kuşakları içinde görüldüğü fikri ise bozukluğun kalıtsal olabileceğini akıllara getirmektedir.

### Bulimia Nervozanın Semptomları Nelerdir?

#### Bulimia semptomları:

- Dışarı çıkartmanın takip ettiği kontrolsüz yeme
- Kilo vermek adına laksatif veya müshillerin kötüye kullanılması, kusmak
- Yemeklerden hemen sonra banyoyu kullanmak
- Aşırı egzersiz yapmak
- Vücut ağırlığı üzerine odaklanmak, kilitlenmek
- Dişlerde problem
- Boğaz ağrısı

- Depresyon ya da duygu durumunda dalgalanmalar
- Kontrolsüz hissetmek
- Boyun ve yüzdeki bezlerin şişmesi
- Midede yanma, hazımsızlık, şişkinlik
- Adet düzensizliği
- Halsizlik, bitkinlik, gözlerde kanlanma

#### **Bulimiada yaşanabilecek problemler:**

- Diş minesinde sürekli asidik gastrik maddelerle karşılaşmaktan ötürü yıpranma
- Diş çürükleri
- Sıcak ya da soğuk yiyeceklere karşı dişlerde hassasiyet
- Sık kusmadan ötürü tükrük bezlerinde şişme ve ağrı
- Mide ülserleri
- Midede ve yemek borusunda zedelenmeler
- Sindirim faaliyetlerinde bozulma
- Dehidratasyon
- Düzensiz kalp atışı
- Kalp krizi (ağır vakalarda)
- Düşük libido ve cinsel ilgi
- Yüksek intihar riski

#### **Bulimia Nervoza Nasıl Tedavi Edilir?**

Bulimia tedavisi kişinin hem psikolojik hem de fiziksel ihtiyaçları üzerine kurulur. Tedavi psikolojik destekle birlikte antidepresanlar gibi ilaç tedavileriyle de birlikte gider. Bir çok vakada tedaviyi tıp hekimleri, beslenme uzmanları ve ruh sağlığı uzmanlarından kurulu bir ekip üstlenmektedir. Tedavinin ideal sonucu fiziksel sağlığı ve dengeli beslenme paternlerini tekrar kazandırmaktır.

## **Bulimik Bir Kişinin Gidişatı Nasıldır?**

Bulimia tedavi edilmesi kolay olmayan bir bozukluktur. Pek çok kişide iyileşme olurken, bazı vakalarda problemin tekrarına zaman zaman rastlanmaktadır. Ayrıca tedavi olduğu düşünölen bir çok kişi de normal beslenme paternlerinin daha aزیyla hayatlarını sürdürmektedir. Ancak genelde, bulimik kişilerin durumlarının görünüşü anoreksik kişilere göre daha olumlu olmaktadır.

## **Bulimia Önlenebilir mi?**

Bulimia oluşumunun gerçek sebebi bilinmediğı için bulimianın nasıl önlenebileceğini söylemek çok zordur. Ayrıca yaşadığımız toplumda medyanın çizdiği "ideal" kadın resmi de gerçeklikten oldukça uzaktır. Yeni çağın moda akımları aşırı zayıflığı güzellik ve üstünlük gibi yansıttığından dolayı, bulimia ve anoreksiya nevroza gibi yeme bozukluklarının ortaya çıkışını olaylaştırmaktadır. Eğitimciler ve ebeveynler, gençlere bu "ideal" resmi değerlendirme konusunda yardımcı olabilirler. Ergenlerin ise uygun vücut ağırlığının aşırı zayıflık olmadığı düşüncesi yönünde desteklenmeleri gerekmektedir.

## **Ne Zaman Yardım Aramalıyım?**

Eğer siz veya ailenizden biri kilo ve beden konusunda sağlıksız değerlendirmeler yapmaya ve /veya yiyeceklere karşı aşırı bir ilgi duymaya başladıysa mutlaka bir sağlık uzmanının tavsiyesini almanız gerekmektedir. Tedaviye ne kadar erken başlanırsa, iyileşmek için de o kadar fazla şans olacaktır.

## İLETİŞİM

Telefon:

0 [212] 296 55 81 – 82

Faks:

0 [212] 296 55 81

GSM:

0 [536] 960 53 76

[www.veritaspsikiyatri.net](http://www.veritaspsikiyatri.net)

[info@veritaspsikiyatri.net](mailto:info@veritaspsikiyatri.net)

Pdf Arşivi İçin:

[pdf.veritaspsikiyatri.net](http://pdf.veritaspsikiyatri.net)

Valikonağı Caddesi No: 8 D: 8 Nişantaşı - İstanbul