

“BULIMIJA: PSIHIČKI POREMEĆAJ”

prezentacija o bulimiji, simptomima,
uzrocima i liječenju

izradila: Ana Kolarić, 3.b
21.03.2025., Slatina

ŠTO JE BULIMIJA?

- Bulimija je ozbiljan poremećaj prehrane koji se odlikuje ponovljenim napadima prejedanja, nakon kojih slijedi ponašanje koje sprječava debljanje, kao što je izazivanje povraćanja, prekomjerno vježbanje ili korištenje laksativa.
- Bulimija je mentalni poremećaj koji može imati ozbiljne fizičke, emocionalne i društvene posljedice ako se ne liječi na vrijeme.



SIMPTOMI BULIMIJE

- Učestali napadi prejedanja.
- Povraćanje, korištenje laksativa, prekomjerno vježbanje.
- Dehidracija, problemi s ravnotežom elektrolita, karijes i oštećenje zuba.

- Nisko samopouzdanje, anksioznost, depresija.
- Strah od debljanja i stalna preokupacija tjelesnom masom.
- Krivnja i sram zbog prehrambenih navika.

Bulimija često počinje kao pokušaj kontrole tjelesne mase, ali ubrzo postaje patološki obrazac ponašanja.



UZROCI BULIMIJE

1. Biološki faktori:

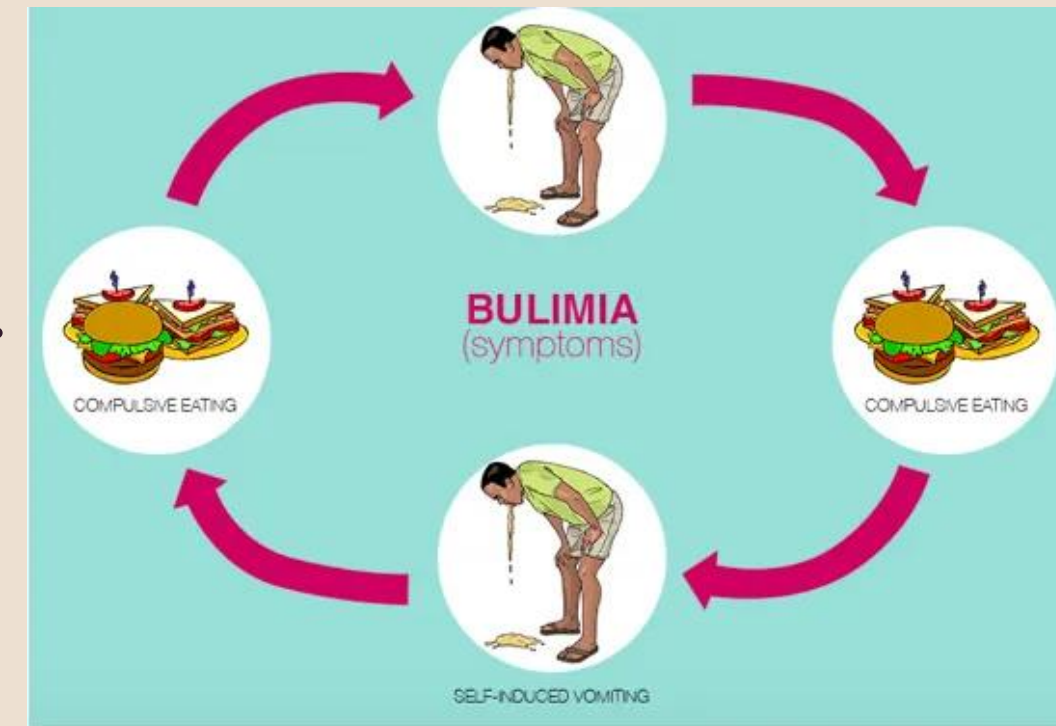
- Genetske predispozicije – obitelj može igrati ulogu u razvoju poremećaja prehrane.
- Hormonske promjene – npr. tijekom adolescencije.

2. Psihološki faktori:

- Nisko samopouzdanje i nerealna očekivanja o vlastitom tijelu.
- Trauma, stres i emocionalni problemi.

3. Socijalni faktori:

- Medijski pritisak, idealizacija mršavosti u društvu.
- Obiteljski i prijateljski pritisci.



Bulimija je rezultat kombinacije bioloških, psiholoških i socijalnih faktora.

POS LJEDICE BULIMIJE

1. **Kratkoročne posljedice:**

- Problemi s probavom, želučane bolesti, refluks.
- Loše zdravlje zuba i desni zbog povraćanja.
- Osjećaj iscrpljenosti, vrtoglavica.

2. **Dugoročne posljedice:**

- Srčani problemi, neregularni srčani ritmovi.
- Oštećenje bubrega, problemi s kostima (osteoporoza).
- Mentalni problemi – depresija, anksioznost.



LIJEČENJE BULIMIJE

- **Kognitivno-bihevioralna terapija (CBT)** – najefikasniji oblik terapije za bulimiju, pomaže u mijenjanju negativnih obrazaca mišljenja i ponašanja.
- **Lijekovi – antidepresivi (npr. SSRI)** mogu pomoći u smanjenju simptoma bulimije, osobito ako su prisutni problemi s depresijom ili anksioznošću.
- **Grupna terapija** – podrška od drugih ljudi koji se suočavaju s istim problemima može biti vrlo korisna.
- **Obiteljska terapija** – uključivanje obitelji može biti ključno za oporavak.



KAKO PREPOZNATI BULIMIJU I PODRŽATI OBOLJELOG?

● prepoznavanje bulimije

- Osobe koje često izbjegavaju obrok u društvu, skrivaju količinu hrane koju jedu.
- Povećana fizička aktivnost koja nije u skladu s zdravim ciljevima.
- Povraćanje nakon obroka, korištenje laksativa.

● kako podržati?

- Pokažite razumijevanje, izbjegavajte osude.
- Ohrabrite osobu da potraži stručnu pomoć.
- Budite strpljivi, jer oporavak traje.



STATISTIKA I ZANIMLJIVOSTI

Statistika:

- Oko 1-2% žena i 0.1% muškaraca u svijetu pati od bulimije.
- Bulimija se najčešće javlja u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi.

Zanimljivosti:

- Bulimija je jedan od najčešćih poremećaja prehrane, ali se često ne prepoznaje jer oboljeli nastoje skriviti svoje ponašanje.
- Iako je češća među ženama, raste broj muškaraca koji se suočavaju s poremećajem prehrane.

ZAKLJUČAK

- **Bulimija je ozbiljan poremećaj prehrane koji ima duboke fizičke i psihološke posljedice, ali je liječenje moguće uz pravovremenu intervenciju.**
- **Ako primijetite simptome bulimije kod sebe ili drugih, potražite pomoć. Oporavak je moguć.**



HVALA NA PAŽNJI!

KRAJ