



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

BULIMIA NERVOSA

Epidemiológia, klinikai kép, diagnózis

Prof. Livia Pisciotta

MD, PhD, teljes professor MEDS-08/C

Genovai Egyetem



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Meghatározás

A bulimia nervosát a következők jellemzik:

- Visszatérő **falási epizódok** (legalább hetente egyszer).
- Visszatérő **kompenzáló viselkedések** (legalább hetente egyszer) a súlygyarapodás megelőzésére (önkiváltott hányás, hashajtók, vízhajtók vagy más gyógyszerek visszaélése, falás utáni böjt vagy túlzott fizikai aktivitás).
- Mindkét viselkedés átlagosan legalább hetente egyszer fordul elő 3 hónapon keresztül.
- Az önértékelést indokolatlanul befolyásolja a testalkat és testsúly.
- A zavar nem fordul elő kizárólag AN epizódjai során.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Falási epizód

DSM-5 kritériumok:

- Objective amount: diszkrét időszak alatt (pl. két órán belül) egyértelműen nagyobb mennyiségű étel elfogyasztása, mint amit a legtöbb ember hasonló körülmények között enne.
- Loss of control: az evés feletti kontroll hiányának érzése az epizód során — képtelenség megállni vagy kontrollálni, hogy mit vagy mennyit eszik az érintett.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Az epizódot legalább három alábbi tünetnek kell kísérnie:

- Sokkal gyorsabb evés a megszokottnál.
- Evés kellemetlen teltségérzésig.
- Nagy mennyiségű étel fogyasztása fizikai éhségérzet nélkül.
- Egyedül evés az elfogyasztott mennyiség miatti szégyen miatt.
- Undor, depresszió vagy erős büntudat utána.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

- **Objektív falásroham:** nagy mennyiségű étel fogyasztása valódi kontrollvesztéssel.
- **Szubjektív falásroham:** kis mennyiségű étel (pl. egy csomag keksz), de intenzív kontrollvesztés-érzéssel (nagyon gyakori anorexiában).



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

A falási epizódot gyakran negatív érzelem előzi meg.

- Severity based on frequency:
 - Enyhe: 1–3 kompenzáló viselkedés-epizód hetente
 - Mérsékelt: 4–7 kompenzáló viselkedés-epizód hetente
 - Súlyos: 8–13 kompenzáló viselkedés-epizód hetente
 - Extrém: 14 vagy több kompenzáló viselkedés-epizód hetente



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

BN-betegek klinikai jellemzői

- Gyakran normál súlyú vagy kissé túlsúlyos.
- Gyakori menstruációs szabálytalanságok (nőknél).
- Elektrolit-egyensúlyzavarok.
- Magas átmenet más evészavarokba.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Hogyan ismerjük fel, hogy valami nincs rendben?

- **Étkezés utáni eltűnések:** rendszeresen azonnal a mosdóba megy evés után.
- **Fürdőszobai jelek:** hányás szaga, légfrissítő túlzott használata, vagy a víz hosszú ideig folyik a hangok elfedése érdekében.
- **Ételhez kapcsolódó rituálék:** titokban evés, étel felhalmozása, vagy üres csomagolások elrejtve a szobában.
- **Büntető edzés:** kényszeres sportolás még fáradtan, sérülten vagy kedvezőtlen időjárási körülmények között is, kizárólag a kalóriák „elégetése” céljából.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

A bulimia ciklusa

- **A merev diéta:** sok esetben nagyon szigorú étrendi szabályokkal kezdődik ("Soha nem eszem édességet").
- **Éhség és érzelem:** a stressz vagy a túlzott éhség kontrollvesztéshez vezet.
- **A falás:** rövid idő alatt nagy mennyiségű ételt fogyasztanak a szorongás csillapítására.
- **Bűntudat:** a falás után undor és a súlygyarapodástól való félelem jelentkezik.
- **Kompenzáció:** hányást vagy hashajtót alkalmaznak a falás "visszavonására", de ez visszaállítja a ciklust, és a szigorú diéta újra kezdődik.

Nem minden BN eset szigorú diétával kezdődik: egyes esetekben az impulzivitás és az érzelmi diszreguláció megelőzi a korlátozást



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Mi NEM a bulimia

- **Nem hóbort:** hanem összetett mentális betegség, nem akaratgyengesség.
- **Nem csak sovány embereket érint:** a bulimiában szenvedők többsége normál testsúlyú; a látszat csalóka.
- **Nem csak „hányásról” van szó:** létezik „nem purgáló” bulimia is, ahol a kompenzáció koplalással vagy extrém testmozgással történik.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Figyelj a szavaidra

- **Ítékezés nélkül beszélj:** kerüld az ilyen kifejezéseket: "Miért nem hagyod abba?" vagy "Nézd, mennyit ettél."
- **Koncentrálj az érzelmekre:** kérdezd: "Hogy érzed magad?" ahelyett, hogy "Mit ettél?"
- **Ne legyél az "ételrendőr":** a tányérok ellenőrzése vagy a fürdőszoba ajtajának megfigyelése fokozza a szégyent és a titkosságot.
- **Ösztönözd a szakmai segítséget:** emlékeztess őket, hogy egyedül szinte lehetetlen felépülni, és hogy specifikus útvonalak léteznek (KVT-ED vagy Családterápia).



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Klinikai jelek BN-ben

- Feltűnő ruházat.
- Russel jel.
- "Mókusarc" (parotisduzzanat).





SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

“Invisible” risks

- **A szív:** az ásványi anyagok (kálium és magnézium) egyensúlyzavara hirtelen szívritmuszavart okozhat.
- **Az emésztőrendszer:** a krónikus hányás súlyos refluxot és maradandó nyelőcső-károsodást okozhat.
- **Kiszáradás:** a vízhajtók visszaélésszerű használata vagy hányás száraz bőrhöz, szédüléshez vezet, és károsíthatja a veséket.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Orvosi szövődmények

- Elektrolit-egyensúlyzavarok (hipokaliémia, hipomagnéziémia, kiszáradás).
- Gasztrointesztinális szövődmények (lassult gyomorürülés, puffadás).
- Fogzománc-erózió (perimolízis), nyelőcső-károsodás.
- Russell-jel.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

ED Kezelési Irányelvek 2017 – Felnőttek

Alapvető fontosságú tájékoztatni a betegeket arról, hogy a pszichológiai kezelések korlátozott hatással vannak a testsúlyváltozásra.

- **Első lépés (önsegítség):** az elsőként ajánlott kezelés a KVT-ED alapú irányított önsegítség (GSH).
- **Második lépés (egyéni terápia):** ha az önsegítség nem elfogadható, ellenjavallt vagy 4 hét után hatástalannak bizonyul, egyéni KVT-ED-t kell felajánlani.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

ED Kezelési Irányelvek 2017 – Felnőttek

- **Gyógyszeres kezelés:** a gyógyszert soha nem szabad az egyetlen terápiás lehetőségként felkínálni bulimia esetén.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

A bulimia nervosa bemutatása diagnosztikai szinten teljes mértékben összhangban van a DSM-5-tel, és különösen hatékony klinikai és pszichoedukációs szinten.

A fő korlát a zavar lehetséges leegyszerűsítése viselkedési ciklusként, holott a bulimia nervosa egyben az érzelmi szabályozás és az identitás összetett zavara is, amelyet gyakran látszólag normál testsúly álcáz. **az érzelmi szabályozás és identitás összetett zavara**, amelyet gyakran látszólag normál testsúly álcáz.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.