

【식이장애(Eating Disorder)】

▶식이장애란?

“2007년 2월 같은 꿈을 꾸던 우루과이의 모델 자매가 6개월 간격으로 영양실조로 숨진 사건이 있었습니다. 자매 둘 다 살찌는 것에 대한 강박관념으로 거의 먹지 않았다고 합니다.”

위와 같이 식이장애를 가진 사람들은 날씬한 몸매를 만들기 위해 심한 다이어트를 하면서 거의 먹지 않거나 폭식을 하는 경우가 많습니다.

그리고 폭식 후에는 살이 찢까봐 일부러 구토를 하거나 지나치게 운동을 하고, 이뇨제 등의 약을 복용하는 제거 행동을 보이는 경우도 흔합니다.

즉, 체중과 체형에 지나친 관심을 보이며, 식사행동에 이상을 보이는 장애가 '식이장애'이며 식이장애에는 폭식증과 거식증이 있습니다.

▶식이장애의 유형

	폭식증	거식증
정의	반복적으로 나타나는 폭식 행동과 자기 조절력의 상실을 특징으로 하는 병이며, 이 병을 앓는 사람은 폭식으로 인한 불편감과 체중 증가를 방지하기 위해 스스로 구토를 유도하거나 하제를 써서 설사를 유도함	건강을 위한 최소한의 체중마저도 유지하기 어려울 만큼 체중증가에 대한 지나친 두려움과 자기 신체상에 대한 왜곡된 인식 등을 특징으로 하는 질환입니다. 음식섭취를 꺼리거나 과도하게 운동에 몰두함으로써 심각한 체중감소가 초래됨
원인	정확한 원인은 없으나 몇 가지 요인이 있음 1)신체에 대한 왜곡된 이미지 2)강박적이고 완벽주의자인 동시에 남의 이목에 쉽게 상처를 받음 3)생물학적으로 뇌의 식이조절 장치인 시상하부의 이상과 신경전달물질의 불균형	
증상	폭식, 구토유도, 이뇨제 혹은 하제의 부적절한 사용, 과도한 성취욕, 우울증, 불안, 강박증, 월경 전 증후군, 부종, 변비 등이 나타남	정상체중보다 15%이상 밑도는 체중감소, 체중감량 목적으로 하제, 이뇨제, 관장약 등을 과도하게 사용, 남들 모르게 스스로 음식섭취를 제한, 월경의 중단, 골격근의위축, 지방조직의 손실, 저혈압, 의도적인 구토로 인한 충치, 피부변화, 우울증, 자신의 상태부인
치료	-폭식-정화행동(구토, 하제사용)의 사이클을 깨는데 중점을 둠. -외래치료에서는 행동조절기법과 함께 개인치료, 집단치료, 가족치료 등을 병행함. -우울증이 동반된 경우 항우울제 처방	-거식행위 자체가 심각한 문제임을 인식시킴. -체중이 정상범위보다 30%이하로 떨어졌을 때 입원필요 -보존적 치료, 구조화된 행동치료, 정신치료, 항우울제 처방, 영양결핍으로 인한 내과치료
예후	만성적인 질환이며, 회복의 가능성이 높은 사람들은 폭식증으로 인한 합병증이 적거나, 자발적으로 치료에 참여하며, 치료를 지속시킬 능력이 있는 사람일 경우임	잠재적으로 생명을 앗아갈 수 있는 심각한 질환으로 통계에 의하면 10%가 사망할 수 있다고 함. 회복가능성은 60%정도이고 재발도 아주 흔함. 장기적인 치료가 필수적임.