

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΔΙΑΒΟΥΛΙΜΙΑ



Η διαβουλιμία είναι ένας όρος όχι πολύ γνωστός. Πρόκειται για μια σύνθετη λέξη που προκύπτει από τις λέξεις **διαβήτης** και **βουλιμία**. Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για την περιγραφή μιας διαταραχής λήψης τροφής που αναπτύσσεται σε άτομα με διαβήτη τύπου Ι.

Είναι γνωστό ότι τα διαβητικά άτομα πρέπει να δείχνουν μεγάλη προσοχή στα τρόφιμα, στις ετικέτες και σε πολλούς αριθμούς (π.χ. της γλυκόζης, της γλυκοζυλιωμένης αιμοσφαιρίνης, των μονάδων ινσουλίνης, του σωματικού τους βάρους). Η συνεχής ενασχόληση του διαβητικού με όλα αυτά σε συνδυασμό με τη φύση της νόσου μπορεί να κάνει το άτομο πιο «ευάλωτο» στην ανάπτυξη μιας διατροφικής διαταραχής.

Ο American Diabetes Association δηλώνει ότι οι γυναίκες με διαβήτη έχουν τριπλάσιες πιθανότητες να αναπτύξουν μια διατροφική διαταραχή συγκριτικά με γυναίκες χωρίς διαβήτη. Εκτιμάται ότι το 30-40% νέων κοριτσιών και γυναικών με διαβήτη τύπου Ι έχουν αναπτύξει ή θα αναπτύξουν κάποια στιγμή της ζωής τους μια διαταραχή λήψης τροφής. **Στην κατάσταση της διαβουλιμίας αυτό που συμβαίνει είναι ότι ο ασθενής μειώνει ή σταματά την ποσότητα της ινσουλίνης που απαιτείται να λαμβάνει με στόχο την απώλεια βάρους.**

Τα ανησυχητικά **σημάδια** που συνδέονται με τη διαβουλιμία έχουν να κάνουν με αλλαγές στη συμπεριφορά και τη συναισθηματική κατάσταση του ατόμου και με λειτουργικά προβλήματα του οργανισμού.

Μπορεί να παρατηρηθούν: μυστικοπάθεια για τις μετρήσεις της γλυκόζης και τη διατροφή, ακυρώσεις στα ραντεβού με τον ενδοκρινολόγο ή το διαιτολόγο, ανησυχία ότι η ινσουλίνη παχαίνει, άγχος για την εικόνα σώματος, μεγάλες αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες, αποφυγή συγκεκριμένων τροφίμων ή αποκλεισμός ομάδων τροφίμων, εμμονή με το βάρος και τις θερμίδες, αποφυγή φαγητού μαζί με άλλα άτομα, έντονη φυσική δραστηριότητα, μεταβολές στη διάθεση, ανεξήγητη απώλεια βάρους, κούραση, ναυτία, τάση προς έμετο.

Η διαβουλιμία είναι μια πολύ δύσκολη κατάσταση. Τα άτομα με διαβουλιμία θα αντιμετωπίσουν πολύ σοβαρά προβλήματα, τα οποία σχετίζονται κυρίως με την **υπεργλυκαιμία**. Τα προβλήματα που παρατηρούνται άμεσα είναι τα αυξημένα επίπεδα γλυκόζης στο αίμα, συχνουρία, αφυδάτωση, γλυκοζουρία, διαταραχές ηλεκτρολυτών, κούραση, μολύνσεις, προβλήματα στην έμμηνο ρύση, και απώλεια βάρους.

Μακροχρόνιες επιπτώσεις της διαβουλιμίας είναι: προβλήματα στα νεφρά, οίδημα, οστεοπόρωση, νευροπάθεια, καρδιολογικά προβλήματα, εγκεφαλικά επεισόδια ακόμη και θάνατος.

Η **αντιμετώπιση της διαβουλιμίας** δεν είναι εύκολη υπόθεση και θα πρέπει να γίνεται από ομάδα που να περιλαμβάνει ενδοκρινολόγο, ειδικό ψυχικής υγείας και διαιτολόγο. Η θεραπεία θα πρέπει να στοχεύει σε δυο επίπεδα και στη ρύθμιση του διαβήτη αλλά και στην αντιμετώπιση της διατροφικής διαταραχής. Σε περιπτώσεις διαβουλιμίας σε νέα κορίτσια, ενεργή συμμετοχή στην επίλυση του προβλήματος θα πρέπει να έχουν και οι γονείς.