

Bölüm 4

YEME BOZUKLUKLARI HAKKINDA BİLDİKLERİMİZ

Pervin TUNÇ¹

GİRİŞ

Çocukluk ve ergenlik döneminde çok çeşitli beslenme şekilleri vardır. Bunlardan sadece birkaçı gerçekten sorunludur ve çoğu bir yeme bozukluğuna işaret etmez. Bazı dönemlerde birçok çocuğun beslenme düzenleri, ebeveynleri için endişe yaratır ancak bunlar genellikle gelişimin normal aşamalarıdır. Örneğin, çoğu küçük çocuk, sadece üç veya dört farklı yiyecek ile beslendikleri dönemlerden geçerler. Yeterli kalori aldıkları ve normal olarak büyüdükleri sürece yeterince yemek yiyorlar demektir. Herhangi bir zarar görmezler. Bu örüntü zamanla düzelme eğilimindedir. Bunların büyük çoğunluğu, zaman içinde normal yemek yemeğe geçecektir. Sadece birkaç çocuk bu tür kısıtlı yeme ile devam eder. Genel bir kural olarak, çocuklar beklendiği gibi gelişim sağlıyorsa ve genel olarak sağlıklı görünüyorsa, beslenme kısıtlılıkları ve yeme düzenindeki değişiklikler endişelenmek için bir neden olmamalıdır. O halde, söz konusu durumlar için ne zaman endişelenmek gerekir ya da durum ne zaman yeme bozukluğuna dönüşür sorusunu burada sormak yerinde olabilir. Aslında, yeme bozukluğu terimi oldukça kafa karıştırıcıdır çünkü çoğu zaman sadece yiyecek ve yeme ile ilgili olumsuz ve çarpık bir bakış açısına işaret etmektedir. Hâlbuki yeme bozukluğu olan kişiler, kendileri için çok eleştirel olma eğilimindedirler, kendilerinin yararsız özellikle de değersiz olduklarını düşünürler. Bu kendilik içinde dağılma; beden görünüşü, biçimi ve ağırlığından hoşnutsuzluk ile kendini gösterir. Dolayısıyla bu hoşnutsuzluk sorun yaratan yeme davranışlarına yol açar.

YEME BOZUKLUĞU NEDİR?

Son yıllarda, yeme bozuklukları ve tehlikeleri hakkında televizyon kanalları, gazete, dergi ve internet aracılığı ile bolca bilgi sahibi olmaktayız. Ünlü sanatçıların, politikacıların, vücutlarını nasıl koruduklarına ya da nasıl beslenip hangi diyetleri yaptıklarına dair magazin bilgisine maruz kalmaktayız. Aynı zamanda bu bilgilerin içinde bolca efsanelere rastlamaktayız. Dolayısıyla yeme bozuklukla-

¹ Dr. Öğretim Üyesi, İstanbul Arel Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, pervintunc@arel.edu.tr

toplumsal uyum süreçlerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bağlantılı olarak yeme bozukluğu olgularının tedavi süreçlerinde multidisipliner yaklaşım ve ekip çalışmasının daha etkili olacağı ileri sürülebilir. Yeme bozukluklarının tedavisinde uzman psikolog, psikiyatrist, diyetisyen ve iç hastalıkları hekim desteğine ihtiyaç duyulabilir. Tedavide öncelikle amaç yaşamsal tehlikeleri ortadan kaldırmak, bedene zarar verici davranışları durdurmak, psikolojik güçlenmeyi sağlamak, beden kitle endeksine düzenlemek ve bozuk yeme davranışlarını düzenlemektir. Takip eden süreçte ise yeme bozukluklarının altında yatan kişilik ve kişilik özelliklerine odaklanmak yerinde olacaktır.

KAYNAKLAR

- Amerikan Psikiyatri Birlięi (2013). Psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması elkitabı, Beşinci baskı (DSM V), Amerikan Psikiyatri Birlięi, Washington DC, 2013'den Çeviren Koroęlu, E. Hekimler Yayın Birlięi, Ankara
- Becker, A. E., Grinspoon, S. K., Klibanski, A., & Herzog, D. B. (1999). Eating disorders. *New England Journal of Medicine*, 340, 1092-1098.
- Bemporad JR. Cultural and historical aspects of eating disorders. *Theor Med*. 1997;18(4):401-420.
- Bozan, N. (2009). Hollanda yeme davranışı (DEBQ) anketinin Türk üniversite öğrencilerinde geçerlilik ve güvenilirliğinin sınanması. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beslenme ve Diyetetik Programı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Brewerton, T.D. (2007). Eating Disorder, trauma and comorbidity: focus on PTSD. *Eat Disord*, 15: 285-304.
- Carter, J.C., Bewell, C., Blackmore, E., Woodside, D.B. (2006).The impact of childhood sexual abuse in anorexia nervosa. *Child Abuse Negl*, 30: 257-269.
- Fairburn, C. G., & Harrison, P. J. (2003). Eating disorders. *The Lancet*, 361 (9355), 407-416.
- Falk, P. (1994). *The Consuming Body*. London: Sage. Fairbairn, W. R. D. (1952) *Psychoanalytic Studies of the Personality*. London: Tavistock.
- Fichter, M.M., Quadflieg, N. (2016). Mortality in eating disorders – results of a large prospective clinical longitudinal study. *Int J Eat Disord*, 49 (4):391-401.
- Foucault, M. (1979). *Discipline and Punish. The Birth of the Prison*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Habermas, T. (1989). The psychiatric history of anorexia nervosa and bulimia nervosa: Weight concerns and bulimic symptoms in early case reports. *International journal of eating disorders*, 8; 3.
- Hoeken, D., Burns, J.K., Hoek, H.W. (2016). Epidemiology of eating disorders in Africa. *Curr Opin Psychiatry*, 29 (6):372-377.
- Holderness, C.C., Brooks-Gunn, J., & Warren, M.P. (1994). Co-Morbidity of Eating Disorders and Substance Abuse Review of Literature. *International Journal of Eating Disorders*, 16, 1-34.
- Keski-Rahkonen, A., Mustelin, L. (2016). Epidemiology of eating disorders in Europe: prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Curr Opin Psychiatry*, 29 (6):340-345.

- McElroy SL, Frye MA, Helleman G, Altshuler L, Leverich GS, Suppes T, Keck PE, Nolen WA, Kupka R, Post RM. (2011). Prevalence and correlates of eating disorders in 875 patients with bipolar disorder. *J Affect Disord*, 128:191-8.
- Mennell, S. (1985). *All Manners of Food*. Oxford: Blackwell.
- Mental health first aid (2018). *Eating disorders first aid guidelines* (29.11.2018 tarihinde <http://www.mhfa.com.au> adresinden ulaşılmıştır).
- Morgan H, Russell G. (1975). Value of family background and clinical features as predictors of long-term outcome in anorexia nervosa: 4 year follow-up study of 41 patients. *Psychol. Med*, 5: 355-371
- Öztürk, M.O., Uluřahin, N.A. (2015). Ruhsal Etkenlerle Bağlantılı Fizyolojik İşlev Bozuklukları Yeme Bozuklukları. *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Nobel Tıp Kitapevleri, İstanbul, Türkiye. 13. baskı, 465-475.
- Strober, M. (1991). 'Disorders of the self in anorexia nervosa: An organismic developmental paradigm', in Johnson, C. (ed.) (1991) *Psychodynamic Treatment of Anorexia Nervosa and Bulimia*. New York: Guilford Press, 354-73.
- Tong, J., Miao, S., Wang, J., Yang, F., Lai, H., Zhang, C. ve ark. (2014). A two-stage epidemiologic study on prevalence of eating disorders in female university students in Wuhan, China. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 49 (3):499-505.
- Yücel, B., Akdemir, A., Gürdal Küey, A., Maner, F., & Vardar, E. (2013). *Yeme Bozuklukları ve Obezite-Tanı ve Tedavi Kitabı*, Ankara: TPD Yayınları.
- Wallop, H. (2003). 'Fat is a shareholder issue', *Investors Chronicle*. 145/1841: 18-21
- Wouters, Cas (1977). 'Informalization and Civilizing Processes', in P. Gleichman, J.Gou-dsblom and H. Korte (eds), *Human Figurations*. Amsterdam.