

## Τα σημάδια που «δείχνουν» βουλιμική διατροφική διαταραχή

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η βουλιμία και η ανορεξία είναι δύο βασικές διατροφικές διαταραχές που παρουσιάζουν ολοένα και μεγαλύτερη αύξηση στην συχνότητα διάγνωσης σε νέους ανθρώπους και όχι μόνο.

Η βουλιμία και η ανορεξία έχουν χαρακτηριστεί ως «μάστιγες» της σύγχρονης εποχής, με τις γυναίκες εφηβικής ηλικίας να είναι τα πιο συχνά «θύματα».

Τα συμπτώματα της βουλιμίας περιλαμβάνουν επαναλαμβανόμενα επεισόδια «υπερφαγίας» σε σύντομο χρονικό διάστημα και «απόλυτης νηστείας» για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Τα άτομα με βουλιμία έχουν πρόβλημα να ελέγχουν τις διατροφικές τους «ορμές» κατά τη διάρκεια των επεισοδίων υπερφαγίας.

Επίσης, προσπαθώντας αργότερα, να «ακυρώσουν» την ποσότητα τροφής που κατανάλωσαν καταφεύγουν σε ακραίες μεθόδους όπως η υπερβολική άσκηση, η

χρήση καθαρτικών και χαπιών διαίτης, διουρητικών και άλλων φαρμάκων.

Ψυχολογικά, τα βουλιμικά άτομα τείνουν να συνδέουν άμεσα την αυτοεκτίμησή τους με την εξωτερική τους εμφάνιση, τόσο ως προς το σχήμα του σώματός τους όσο και ως προς το σωματικό τους βάρος.

**Μερικά από τα πιο κοινά σημάδια και συμπτώματα της βουλιμίας είναι:**

- ο πονόλαιμος
- δόντια που χάνουν το χρώμα τους και χαλάνε με γρήγορο ρυθμό
- πόννοι/κράμπες στην κοιλιακή χώρα
- συχνοί έμετοι
- ερεθισμένοι σιελογόνοι αδένες (τα μάγουλα φαίνονται πιο μεγάλα)
- δυσκοιλιότητα
- αφυδάτωση
- ξηρή επιδερμίδα
- αραίωση των μαλλιών

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)