

Tala: 1

Anorexia(includes abstract) Scholten A; Rais TB; Consumer Health Information Language Database, Consumer Health Information, EBSCO Publishing, November 2007; (patient education - condition) CINAHL AN: 2010052436

Abstract: Ang anorexia ay isang karamdaman kaugnay ng pagkain . Nangyayari ito kapag ang pagkahumaling ng isang tao sa diyeta at ehersisyo ay humahantong sa labis na pagbawas ng timbang. Isinasaalang-alang ang karamdaman kapag tumatangi ang isang taong panatiliin ang timbang sa o sa itaas ng 85% ng kanilang dapat na timbang. Maaaring nakamamatay.

[View English](#)

Database: Consumer Health Information -- Tagalog

Anorexia

(Anorexia Nervosa)

ni: Amy Scholten, MPH

[\[View English Version\]](#)

Kahulugan

Ang anorexia ay isang karamdaman kaugnay ng pagkain . Nangyayari ito kapag ang pagkahumaling ng isang tao sa diyeta at ehersisyo ay humahantong sa labis na pagbawas ng timbang. Isinasaalang-alang ang karamdaman kapag tumatangi ang isang taong panatiliin ang timbang sa o sa itaas ng 85% ng kanilang dapat na timbang. Maaaring nakamamatay.

Mga Sanhi

Ang sanhi ng anorexia ay hindi nalalaman. Lumalabas na may papel ang genetics at kapaligiran.

Mga Nagbibigay Panganib

Ang nagbibigay panganib ay nagpapataas sa iyong tsansang magkaroon ng sakit o kondisyon. Kabilang sa mga nagbibigay panganib sa anorexia ang mga sumusunod:

- Kasarian: babae
- Edad: pagbibinata/pagdadalaga o unang yugto ng pagiging nasa hustong gulang
- Mababang tingin sa sarili
- Mga damdaming kawalang kakayahan
- Perfectionism
- Takot na magkaroon ng labis na timbang
- Panggigipit ng pamilya na maging payat
- Mga pamilyang masyadong mapagkalinga, mahigpit, hindi ganap na sangkot, o nasa sigalot
- Kasaysayan sa pamilya ng mga karamdaman kaugnay ng pagkain
- Stress dulot ng matinding damdamin
- Mga karamdaman sa pakiramdam gaya ng labis na pagkalungkot o laganap na karamdaman kaugnay ng pagkabalisa
- Karamdaman sa pag-uugali
- Pagiging madaling maimpluwensiyahan ng mga kalakarang panlipunan at pananamit na nagbibigay-diin o nagpapahalaga sa pagiging payat

Sintomas

Kasama sa mga sintomas ang:

- Labis na pagbawas ng timbang
- Pagkahumaling sa pagkain, calories, at lamang taba
- Pagdidiyeta kahit na payat
- Matinding takot sa pagtaas ng timbang, kahit pa kulang ang timbang
- Body dysmorphia—baluktot na tingin sa sarili ukol sa pagkakaroon ng labis na timbang kahit

salungat ang ebidensiya

- Masyadong pagbabatay sa pagpapahalaga sa sarili sa timbang o hubog ng katawan
- Pagkawala ng mga panahon ng pagrereglá (pumapangalawang amenorrhea) o pagkaantala ng unang pagrereglá (mga panahon ng simula)
- Labis na pag-eehersisyo
- Pakiramdaman ng panlalamig, lalo na sa mga kamay at paa
- Pagiging masakreto tungkol sa pagkain
- Pagkalagas ng buhok at/o pagtubo ng manipis na buhok sa katawan
- Pagkahimatay o malubhang pagkahilo
- Pagtitibi
- Labis na pagkalungkot at/o pagkabalisa
- Malakas na mga tibok ng puso

Madalas na humahantong ang anorexia sa ilang mga seryosong problemang medikal kabilang ang:

- Amenorrhea (pagkawala ng mga panahon ng pagrereglá)
- Osteoporosis
- Mga problema kaugnay ng puso—maaaring nakamamatay

Body Dysmorphia



© 2009 Nucleus Medical Art, Inc.

Pagsuri

Magtatanong ang doktor tungkol sa iyong mga sintomas at kasaysayang medikal. Isasagawa ang eksaminasyong pisikal. Magkakaroon din ng mga pagsusuring psychological. Maaaring may mga pagsusuri sa laboratoryo. Maaaring kasama sa mga matutuklasan ang:

- Labis na pagkawala ng taba sa katawan
- Pagliit ng kalamnan
- Mabagal na tibok ng puso
- Mababang presyon ng dugo, lalo na kapag nakatayo
- Nabawasang kapal ng buto

- Mga palatandaan ng mabagal na metabolism

Paggamot

Layunin ng paggamot na ibalik ka sa tamang timbang at panatiliin ka doon. Ang tamang timbang ay sa itaas ng 85% ng iyong dapat na timbang. Upang makamit ito, dapat dahan-dahang damihan ang iyong pagkain ng calories. Magagawa ito sa paraan ng ilang mga pamamagitan, kabilang ang sumusunod:

Cognitive-Behavioral Therapy (CBT)

Matutulungan ka ng mga therapist na magkaroon ng mas wasto at mas makatotohanang pagtingin sa sarili. Tutulungan ka ng therapist na maghanap ng mga bagong paraan ng pag-iisip tungkol sa iyong katawan at diyeta.

Interpersonal Therapy

Makakatulong ito sa iyong maintindihan at makayanan at mga alalahanin tungkol sa iyong mga ugnayan.

Family Therapy

Madalas na may papel ang mga pamilya sa mga karamdaman kaugnay ng pagkain. Hindi gumagaling ang maraming pasyente maliban kung sangkot ang kanilang mga pamilya sa mga pagbabago. Kailangang maintindihan ng lahat ng pamilya ang karamdaman at magbigay ng suporta.

Antidepressants

Sa ilang mga kaso, makikinabang ang mga pasyenteng anorexic sa kumbinasyon ng psychotherapy at antidepressant na gamot. Sa partikular, ginagamit ang selective serotonin reuptake inhibitors (gaya ng sertraline [Zoloft] o fluoxetine [Prozac]). Kapag ginamit nang nag-iisa, hindi mabisang paggamot ang antidepressant therapy para sa anorexia.

Pagtugon sa Kalagayang Pangnutrisyon at Pagkawala ng Kapal ng Buto

Maaaring kabilang sa mga gamot at pandagdag sustansiya ang:

- Mga bitamina at mineral upang panatiliin ang sapat na nutrisyon.
- Hormone replacement upang ibalik ang pagreregla at iwasan ang pagkasira ng buto

Pagkakaospital

Maaaring kailangang maospital kung:

- Ang timbang ay mas mababa nang 25% hanggang 30% kaysa dapat na timbang
- May mga palatandaan ng seryosong paglalang pisikal o emosyonal

Pag-iwas

Walang mga patnubay sa pag-iwas sa anorexia. Pinakamabuting pagpipilian ang maagang pagtuklas at paggamot.

Published by EBSCO Publishing. This content is reviewed regularly and is updated when new and relevant evidence is made available. This information is neither intended nor implied to be a substitute for professional medical advice. Always seek the advice of your physician or other qualified health provider prior to starting any new treatment or with questions regarding a medical condition. Copyright 2009 EBSCO Publishing. All Rights Reserved.

Pagkukunan: Consumer Health Information, EBSCO Publishing. November 2007
Numero ng Item: 2010052436