



# Maudsley meetod noorukite söömishäirete ravis

Anna Haasma

Psühholoog

SA Tallinna Lastehaigla

Laste Vaimse Tervise Keskus

6.oktoobril 2016.aastal



# Söömishäired

Häirunud kehakuju tajumine – pidev paksusetunne.

Paksusetunne sisaldab üldist enesepõlgust, üksildustunnet, sobimatuse ja alaväärsuse tunnet.

# Söömishäired

Uskumus, et kehakuju tähendab isiklikku õnnestumist või läbikukkumist; on seotud kõikide olulisemate isiksuseomadustega ning ennustab tulevikku.

Hõivatus söömise ning kehakuju/kaaluga seotud mõtetest ja tunnetest+hirm minna paksuks ja kaotada kontrolli



# Anoreksia





Support for people with eating disorders.

 anorexi bulimi kontakt

Eeldatavast 15% madalam  
kehakaal

Oma keha väärtaju

„Paksuks tegevate”

toitude vältimine

Hirm

Arengu seiskumine

Ülemäärane kehaline aktiivsus

Lihasmassi vähenemine,

nõrkus

# Anoreksia



Südame rütmisageduse alanemine, madal vererõhk – oht südamele, verevarustuse häired

Luutiheduse vähenemine (osteoporoos)

Dehüdratsioon (neerutalitluse häired)

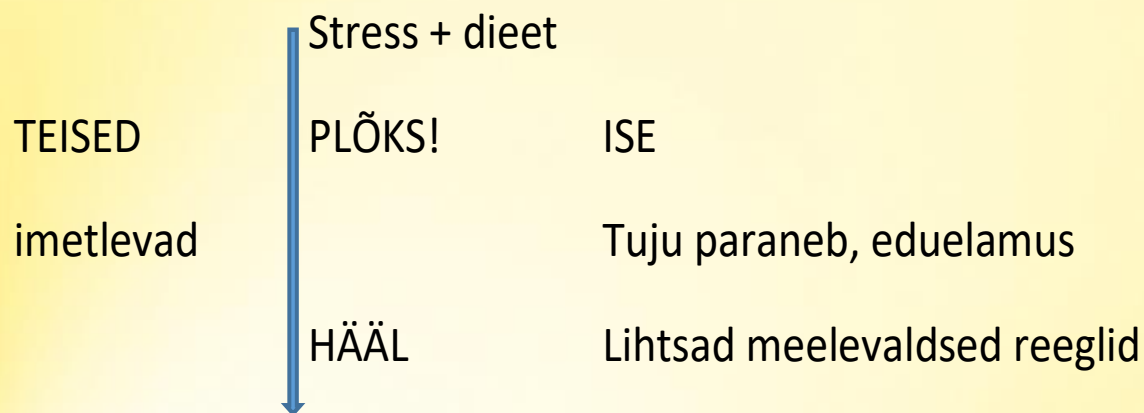
Kuiv nahk ja juuksed, juuste väljalangemine

Lanugo karvakasv

# Anoreksia kulg

Soodustavad tegurid

„tubli dieeditaja“



Hirm toidu ees asendab hirmu elu ees.

Tunneb end halvasti kui sööb.

Teiste imetlus ja uhkus enda saavutuste üle → KLÕPS! eufooriline faas, dieet karmistub.

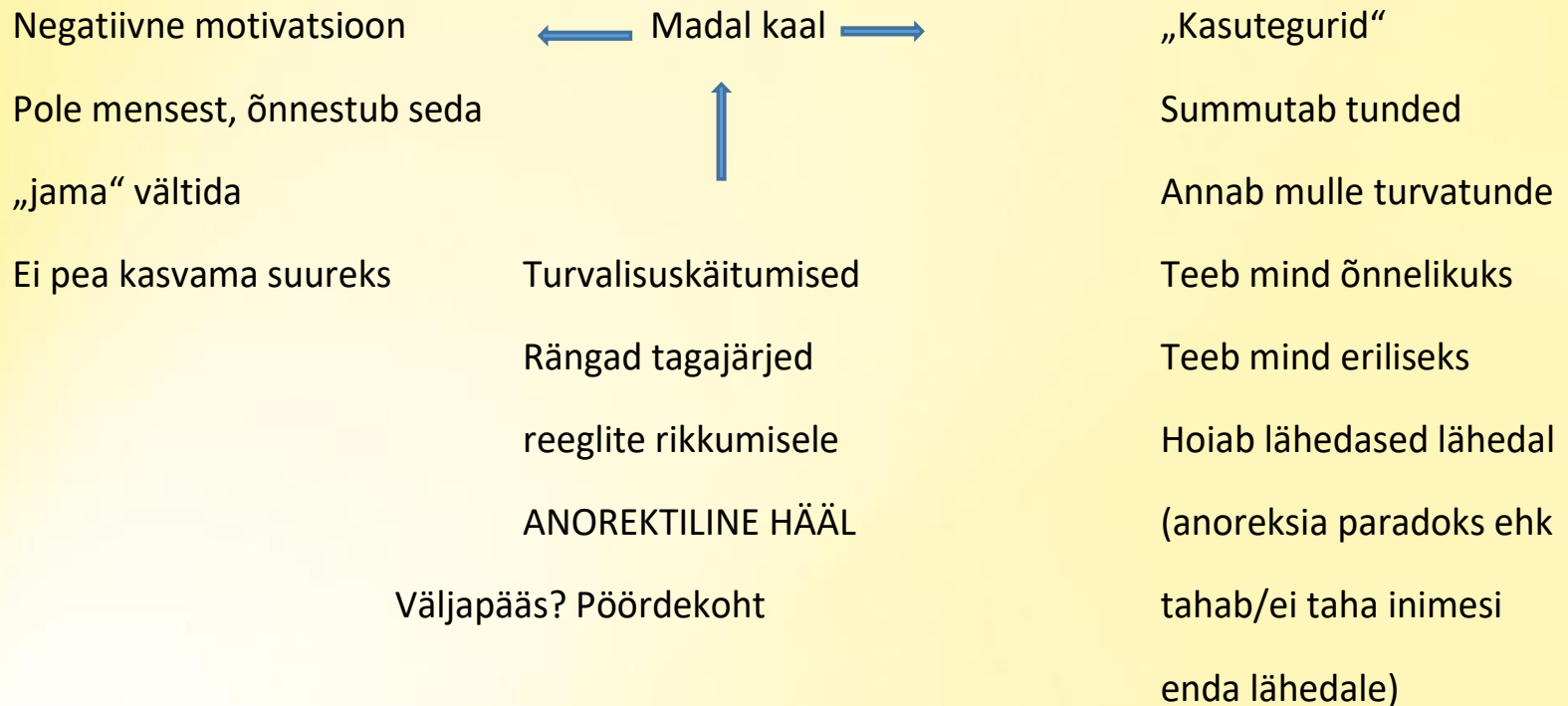
# Anoreksia kulg

HÄÄL – võib kuulda seda nii enda peas kui ka väljaspool ennast. Väga tavaline anoreksia tunnus. Hääl alguses leebem: „Sa tunned end paremini kui veel natuke alla võtad“, pärast intensiivsemaks, kurjaks, sõimavaks.

Varem kardab elu, suhteid, sellega kaasnevat. Hirm toidu ees asendab selle.



# Anoreksia hilisemad staadiumid



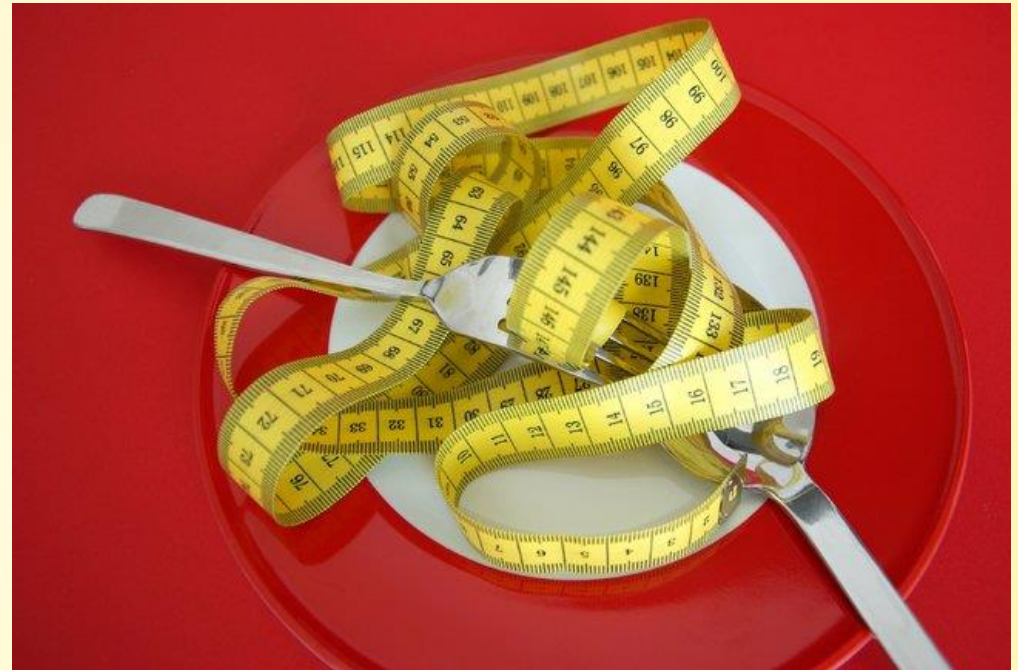
Ei negatiivsed ega kasutegurid ole teadlikud.

Seetõttu pole siin ratsionaliseerimisest midagi kasu.

# Buliimia

Liigsöömishood -  
Kompenseerimine -  
Liigsöömishood ...

Terviserisk:  
Südamele, hammastele,  
maole, söögitorule



# Buliimia terviseriskid

Häired elektrolüütide tasakaalus võivad viia südameprobleemideni ja ka surmani. Elektrolüütide tasakaalutuseneni viib dehüdratsioon, kaaliumi kadu, naatriumi kadu, kloori kadu, mis on oksendamise tagajärjed.

Maorebendi oht söömasööstude ajal

Söögitoru põletik või kahjustus

Hammaste määrdumine ja lagunemine maohappega kokkupuutumise tagajärjel. NB! peale oksendamist ei tohi hambaid pesta!

Lahtistite tagajärjel tekkiv kõhukinnisus, võib tekkida ka pärasoole laiend

Maohaavandid, pankreatiit, parotiidnäärme turse



# Buliimia kulg

Dieeditamine

I staadium = KONTROLL (siin justkui kontrolli all söömine)

Puhastumine on hea

Isud



Tahan, siis võtan ja süüan oma koogi ära

Liigsöömistsüklid



Depressioon

II staadium = 1 AMPS LIIGA PALJU (siin läheb käest ära, eirab täiskõhutunnet)

Ärevus

Kontroll kaob – liigsöömised, mis seotud tujumuutustega

Oksendamine leevendab seda pinget, mis ülesöömisega kaasneb

III staadium = SÖLTUVUS

Vajab buliimilisi rituaale, et tunda end normaalsena. Vajab

haigust, et kohaneda, toime tulla. Ainus viis, kuidas oskab

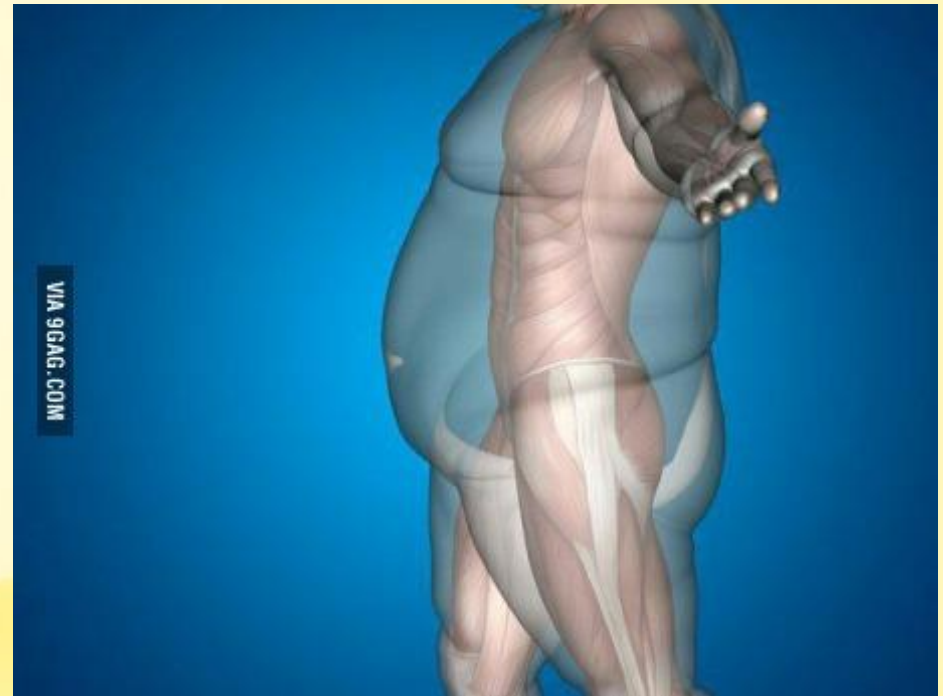
oma tunnetega toime tulla. Süüab üle, et seejärel puhastuda, pinget leevendada.

Ravis oluline oksendamine lõpetada!



# Liigsöömishäire

Erinevad  
väljendused:  
Ülekaaluline/mitte  
ülekaaluline; yoyo  
dieeditaja; täielik  
(meeletud kogused)  
vs osaline (pidev  
näksimine ja miski  
ei rahulda)  
sündroom



# Liigsöömishäire terviseriskid

Madal veresuhkur

Insuliini resistentsus (kudede tundlikkus insuliinile väheneb ja kõhunääre hakkab tootma rohkem insuliini veresuhkru normis hoidmiseks) ja metaboolne sündroom (kõhuõõnesisene rasvumine) – lühendab oluliselt eluiga

Füüsilise jõudluse langus

Neerupealiste ületalitlus

Meeleolu alanemine



# Ühised tunnused

- kaootilisus toitumises ja seos dieedi pidamisega
- kahjulikud kaalu kontrollimise meetmed
- kehv kehakuvand + kogeb negatiivset emotsiooni kui paks-olemise tunnet
- õnnetu olek ja distress
- saladuslikkus, nt salaja söömine või oksendamine
- mõned tavapärased psühholoogilised omadused: riskimise vältimine (ei meeldi enda eest seista või riskida); toimetuleku defitsiidid (suhete ja igapäevaelu nõudmistega toimetulemise raskused); mõtteviis: dieedi pidamise olulisus, kehakuju ja kaalu tähtsustamine, must-valge mõtlemine



# Ajaloost: söömishäire kontekst

- |Lineaarse käsitlese puhul ravis rõhk patsiendil
- |Süsteemne käsitus kaasab ka patsienti ümbritseva konteksti
- |Anoreksia kui psühhosomaatiline haigus  
(Minuchin, Rosman, Baker, 1978)



# Peresüsteem ja anoreksia

„Tütar keeldub söömast – ema palub, keelitab  
sööma – isa nõuab jõulisemalt – ema pehmendab  
isa poolt öeldut – tütar keeldub söömast - ema  
palub, keelitab - ...

„Süsteemse mudeli hüpotees: teatud pere  
organisatsioonid on seotud lapse  
psühhosomaatiliste haiguste väljakujunemisega ja  
säilimisega ning lapse psühhosomaatilised  
sümptomid omakorda mängivad olulist rolli pere  
tasakaalu säilitamisel

# Somatisatsiooni soodustavad omadused

- Üleseotus peres - „meie”
- Ülekaitmine – igasugune muutus on ohtlik, „meil on kõik hästi”
- Rigiidsus – panustatakse, et säilitada status quod
- Probleemilahendusoskuste puudumine
- Sümptomaatiline laps osaline vanematevahelises konfliktis

# Hüpotees

• Anoreksiahaige lapsega peresüsteem on üleseotud. Lojaalsus ja kaistmine kaaluvad autonoomia üles. Laps õpib hästi, et saada vanemate tunnustust, armastust.

• Tüüpiliselt on pere väga lapsele orienteeritud, pidev lapse vajaduste jälgimine – lapsel kujunevad enda suhtes perfektsionistlikud ootused. Väga teadlik endast ja teiste signaalidest. Ei tohi vanematele piinlikkust valmistada, enda vajaduste eitamine.



# Hüpotees

!Laps orienteerub pigem täiskasvanute kui omaealiste mõttemaailmas – teismeeas kriis. Selle asemel, et eralduda, seob haigus noort aina rohkem perega.

# Näide

- Ühe perekonna lugu filmis Minu väike õde (Min Lilla Syster, Rootsi 2015)

# Ravi

- Maudsley meetod (FBT)
- 3 etappi:
  - Kaalu taastamine
  - Noorukile söömise üle kontrolli tagasiandmine
  - Terve teismelise identiteedi arendamine

# I kaalu taastamine

## □ 1. Seanss

- Esimesel seansil on kolm peamist eesmärki: pere kaasamine teraapiasse, probleemi anamneesi uurimine (kuidas AN on perekonda mõjutanud), esmase info kogumine pere funktsioneerimise kohta (nt liidud, hierarhia, konfliktid peres).

# I kaalu taastamine

## □ 1. Seanss

□ Eesmärkide saavutamiseks kasutab terapeut järgmisi sekkumisi:

□ 1) patsiendi kaalumine

□ 2) pereliikmetega kontakti loomine siiral ja samas tõsisel moel

□ 3) pere ajaloo kohta küsimine igalt pereliikmelt eraldi

□ 4) haiguse eraldamine patsiendist

□ 5) haiguse tõsiduse ja paranemise keerulisuse rõhutamine

□ 6) pt kehakaalu taastamisel vastutuse andmine vanematele

□ 7) järgmiseks seansiks pere söögiaja kokkuleppimine ja seansi lõpetamine



# I kaalu taastamine

## ▣ 2. Seanss

- ▣ Teisel seansil on kolm peamist eesmärki: pere struktuuri jätkuv uurimine (see mõjutab tõenäoliselt vanemate võimet abistada last kaalu taastamisel ja söömise normaliseerimisel), pakkuda vanematele võimalust kogeda edu lapse söömisel abistamisel, hinnata perekonna tugevusi ja nõrkusi söömise ajal.

# I kaalu taastamine

- Eesmärkide saavutamiseks kasutab terapeut järgmisi sekkumisi:
- 1) patsiendi kaalumine
- 2) ajaloo uurimine ja pere vaatlemine toidu valmistamise, serveerimise ajal, söömise teemalise vestluse vaatlemine (eriti selles osas, mis puudutab suhtlemist patsiendiga)
- 3) vanemate abistamine pt motiveerimisel sööma rohkem kui ta valmis on või anda vanematele ülesandeks töötada koos välja viise lapse kaalu taastamiseks ja söömise normaliseerimiseks
- 4) pt liitmine pere teiste lastega, et pt saaks tuge väljaspool söögikordi
- 5) seansi lõpetamine



# I kaalu taastamine

- 3.-10.seanss
- Nendeks seanssideks on kolm peamist eesmärki:  
pere fookuse hoidmine söömishäirel, aidata vanematel nooruki söömise üle kontrolli saada, õdede-vendade mobiliseerimine õe toetamiseks.

# I kaalu taastamine

- Eesmärkide saavutamiseks rakendatavad tehnikad:
- Iga seansi alguses pt kaalumine
- Söömiskäitumise analüüs
- Vanemliku diaadi jõustamine, toetamine ning abistamine kaalu taastamisel
- Õdede ja vendade abipüüdluste hindamine
- Vanemliku ja laste allsüsteemi kriitilisuse modifitseerimine
- Jätkuv pt ning tema soovide ja huvide eristamine haiguse huvidest
- Protsessi analüüsimine koos perega



# II söömise üle kontrolli üleviimine noorukile

- Selle faasi peamised eesmärgid: vanemliku mõjuvõimu säilitamine SH sümptomite üle kuni pt näitab, et ta suudab hästi süüa ja kaalu taastada ka iseseisvalt; kaalu ja söömise üle kontrolli tagasiandmine noorukile; uurida nooruki arengu ja elusündmuste seoseid AN-ga

# II söömise üle kontrolli üleviimine noorukile

- Eesmärkide saavutamiseks kasutatakse järgmisi tehnikaid:
- Pt kaalumine (kaalu säilitamine)
- Vanemate jätkuv toetamine kuni nooruk suudab ise hästi süüa
- Vanemate ja nooruki abistamine läbirääkimistel söömise kontrolli osas
- Teismeea probleemide ja AN väljakujunemise seose analüüsimine perega
- Pereliikmete kriitika ohjamine – eriti söömise üle kontrolli nihutamisel
- Laste allsüsteemi kaasamine õele toeks
- Nooruki ja haiguse soovide jätkuv eristamine



# III Teismeeea teemad ja teraapia lõpetamine

- Peamiseks eesmärkideks: vanemate ja nooruki vahel sümptomit mittevajava suhte kujundamine, probleemilahendusoskuste mudeldamine, teraapia lõpetamine

# III Teismeea teemad ja teraapia lõpetamine

- Eesmärkide saavutamiseks kasutatakse järgmisi tehnikaid:
  - Teismeea eripärade analüüsimine
  - Vanemate paarisuhte kohta küsimine
  - Tulevikus võimalike ettetulevate probleemide arutamine
  - Kokkuvõte
  - Ravi lõpetamine





# Ravi ja paranemine

