



Söömishäired lastel ja noortel

Ere Vasli

Laste psühhiaater
SA Tallinna Lastehaigla/
Laste Vaimse Tervise Keskus

24. aprill 2014.a.



Söömishäired laste ja noortel

- ◆ Terve ja patoloogiline söömiskäitumine
- ◆ Söömishäired - kliiniline pilt, kujunemine ja kulg, levimus
- ◆ Varane märkamine
- ◆ Söömishäired Eestis

Terve söömiskäitumine

Kes ei ole olnud dieedil?

Kes on praegu dieedil?

Kui sageli me end kaalume?

Kui oluliseks oma kehakaalu peame?

Kas meil on söömishäire?

mõni mees ei suuda kunagi naist leida **või teda enda kõrval hoida**



Parimad viisid, kuidas magusaisu ohjeldada



Tahad **jaanipäevaks kaotada 5 – 10 kilogrammi**? Söö päevas 550 kalorit vähem

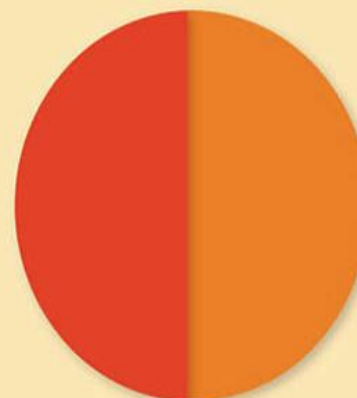


Ettepanek: **naiste söeluuringud** võiks siduda tervisekindlustusega (1)



TTÜ ja TTK ühisprojektina toimuv **Inseneride Moeshow** tuleb taas!

CONTENT OF WOMEN'S MAGAZINES



truth-facts-funny-graphs-wumo-9

- Accept yourself – you're beautiful just the way you are
- How to loose 20 lbs in four weeks



Söömishäired

Anorexia nervosa (AN)

- ◆ Alanenud kehakaal
- ◆ Söömise piiramine, söögi väljutamine, liigne treenimine
- ◆ Oma keha väärtaju
- ◆ Endokriinsüsteemi häired

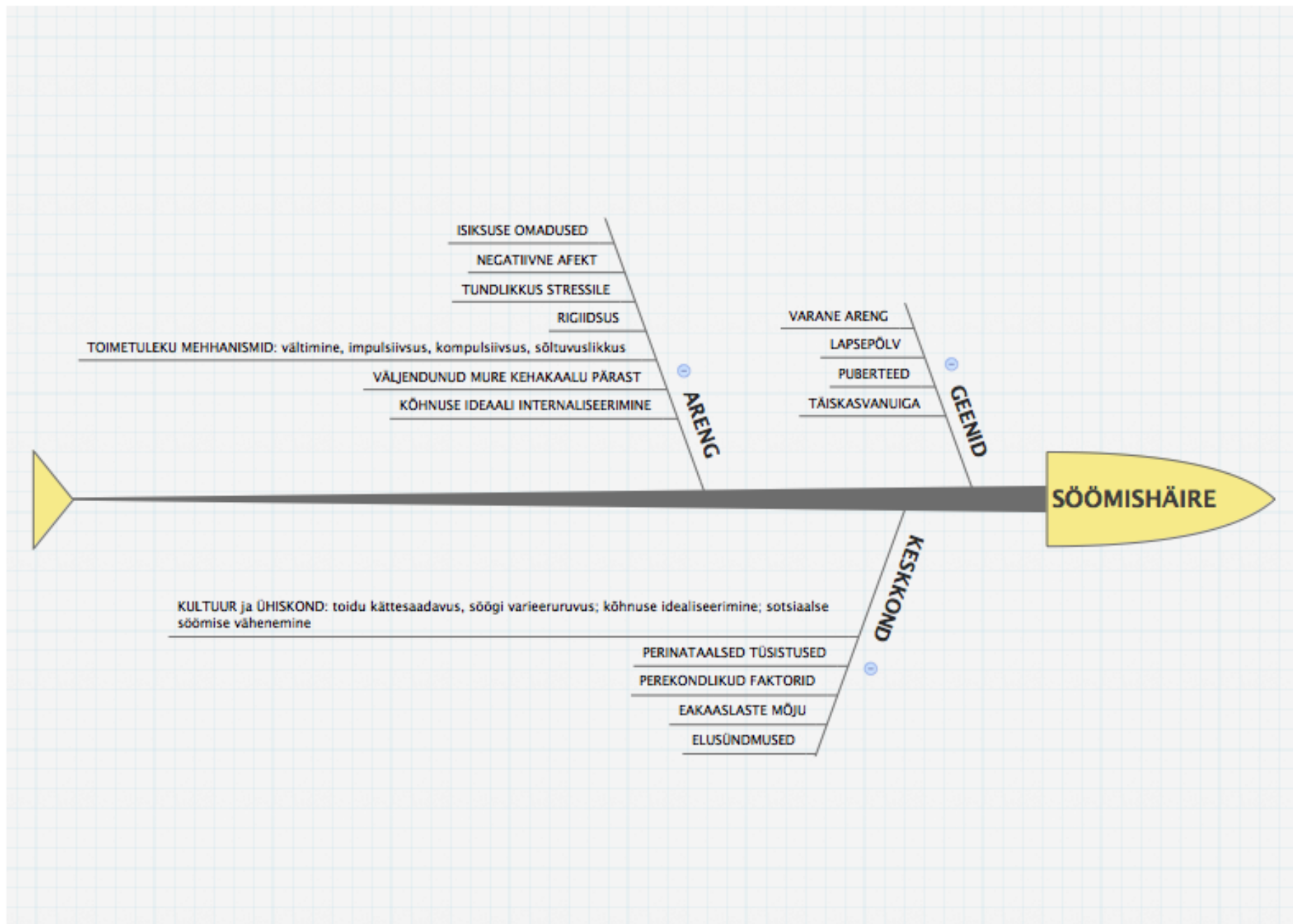
Bulimia nervosa (BN)

- ◆ Hõivatus söömise ja söögiga seotud teemadest
- ◆ Liigsöömishood
- ◆ Kompenseeriv käitumine.

◆ Atüüpiline AN ja BN;

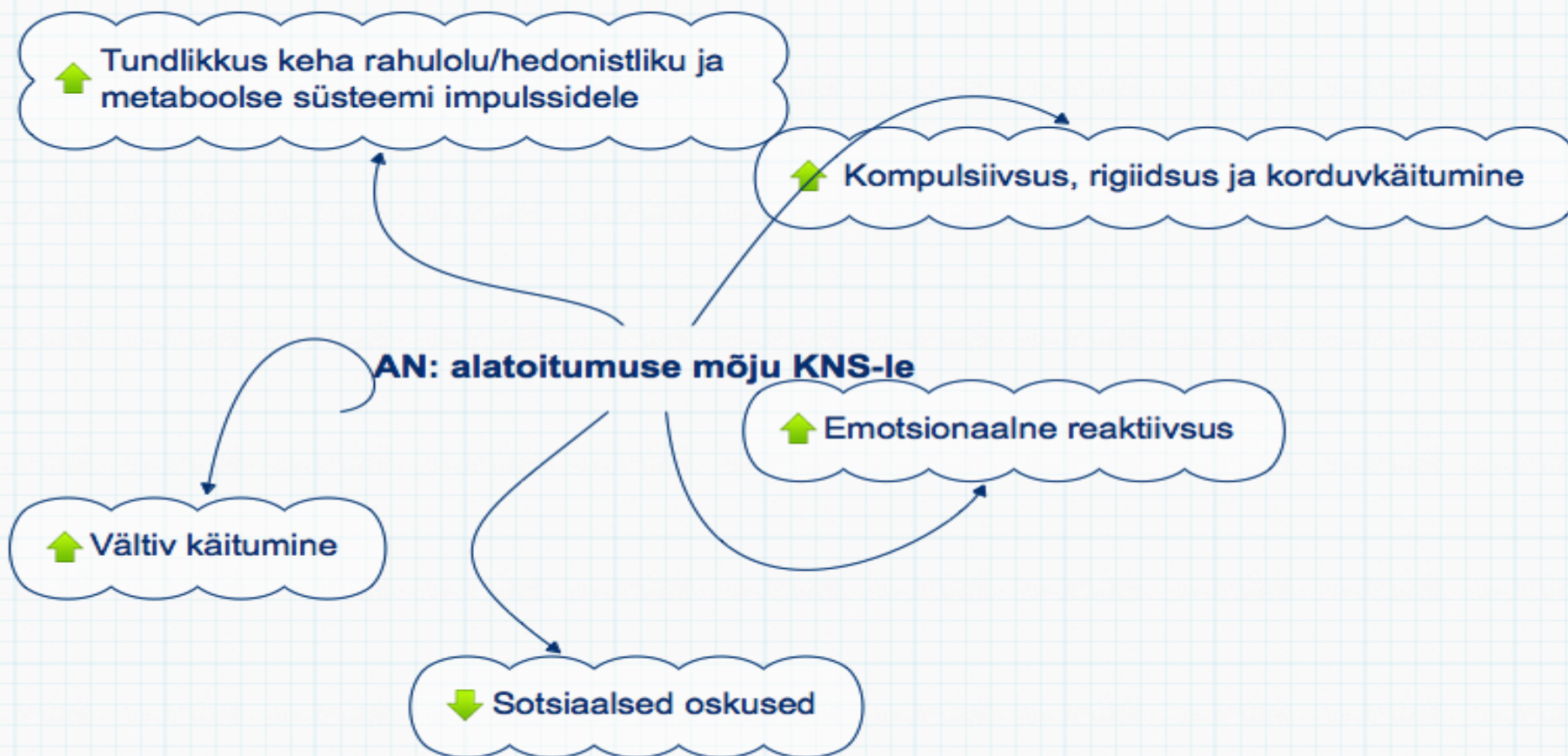
- ◆ Tta söömishäire, muu tt-tud söömishäire.





Ebapiisav või vale toitumine kahjustab eneseregulatoorset kontrolli

(Joonis "Medical Management of Eating Disorders", Birmingham, Treasure)



Söömishäire - kogu keha haigus.

- ◆ Sagedased on **psühhiaatrilised ja somaatilised** kaashaigestumised ja tüsistused.
- ◆ AN: Hüpotalamus-hüpofüüs-gonaad telje häired: puberteedi hilinemine, kasvu ja füüsilise arengu peetus.
- ◆ Alatoitumine: muutused ajumahus ja kognitiivsetes funktsioonides.
- ◆ Kardiovaskulaarsed tüsistused.
- ◆ Vedelike ja elektrolüütide tasemete häired.
- ◆ Tüsistuste võivad ilmned nii akuutses kui ka kroonilises faasis, aga ka taastoitmisel.

„Praktilised ravisoovitused laste ja noorukite söömishäirete raviks.“ 2013.a.



Söömishäirete kulg: *anorexia nervosa*

- ◆ **1/2-3/4** paraneb, **1/4** paraneb osaliselt, **10%** krooniline kulg, **5%** sureb AN tõttu.
- ◆ U **50%** läheb AN üle *bulimia nervosa*saks.
- ◆ Ravi nooruki eas tulemuslik, u 80% hea ravivastus.
- ◆ Kui haigus kestnud üle 3 a: hea ravivastus < 50%
- ◆ Haiguse kestvus u 5-6 a

James Lock The Oxford Handbook of Child and Adolescent Eating Disorders”

Steinhausen HC: “The outcome of anorexia nervosa in the 20th century.” Am J Psychiatry 2002

Ben-Tovim, Walker et al “Outcome in patients with eating disorders: a 5-year study” Lancet 2001



Söömishäirete kulg: *bulimia nervosa*

- ◆ Rohkem kui 50% oluline sümptomite vähenemine ravi tulemusena 2 aasta jooksul.
- ◆ U 10-20% diagnostilistele kriteeriumidele vastav kliiniline pilt 10 a hiljem.
- ◆ BN-ga noorukitest 55% areneb meeleoluhäire ja 42% ainete kuritarvitamine/sõltuvus.

Fairburn, Cooper et al "The natural course of bulimia nervosa and binge eating disorder in young women" Arch Gen Psychiatry 2000

AN halb prognoos:

- ◆ Kauakestnud sümptomid, eriti kui ravi ei ole rakendatud
- ◆ Arengulised raskused, sh lapseeas alanud söömishäire
- ◆ Hilisem AN algus
- ◆ Madal miinimum-kaal
- ◆ Söömishood, oksendamine, kompulsiivne treenimine
- ◆ Isiksuse arengu häired
- ◆ Raskused perekondlikes suhetes

BN halb prognoos:

- ◆ Sümptomite intensiivsus
- ◆ Psühhiaatiline komorbiidsus
- ◆ Impulsiivsed isiksusjooned
- ◆ Sõltuvusainete tarvitamine
- ◆ Haiguse-eelne ülekaal



*“Medical Management of Eating Disorders” C.Laird Birmingham,
J.Treasure*

Söömishäirete esinemine

- ◆ AN avaldub keskmiselt 15-aastaselt.
- ◆ Elu jooksul AN 0,9-2,2% naistest ja 0,2-0,3% meestest.
- ◆ BN keskmine avaldumine hiljem kui AN puhul, hilises teismeeas.
- ◆ Elu jooksul BN 1,5-2,0% naistest ja 0,5% meestest.

“Medical Management of Eating Disorders”, C.L.Birmingham, J.Treasure, 2011



Märkamine ja pöördumine

Söömishäirete esmane avaldumine on tüüpiliselt lapse- ja noorukieas. Kuigi haigestumine toimub varases eas, satub suur osa söömishäirega patsiente ravile aastaid hiljem.

“Praktilised ravisoovitused laste ja noorukite söömishäirete raviks.” 2013

◆ Kuidas märgata?

- söömishäirete sümptomid
- varjatud sümptomid
- erinevad ebaspetsiifilised somaatilised ja psühhiaatrilised kaebused

Kes märkavad?

- perearst, pereõde,
- lastearstid,
- treenerid, noortega töötavad spetsialistid, õpetajad, vanemad.



SCOFF

John F Morgan, Fiona Reid, and J Hubert Lacey; BMJ 1999

1. Kas sa oksendad, kui su kõht on ebamugavalt täis?
2. Kas sa muretsed, et oled kaotanud kontrolli selle üle, kui palju sööd?
3. Kas sa oled hiljuti võtnud kaalus alla rohkem kui 6 kg 3 kuu jooksul?
4. Kas sa arvad, et oled paks, kuigi teised ütlevad, et oled liiga kõhn?
5. Kas sa ütleksid, et toit domineerib sinu elu üle?

Üks punkt iga „jah“-i eest, skoor ≥ 2 viitab tõenäolisele anorexia nervosa või bulimia juhtumile.

Loodud kasutamiseks täiskasvanutel.



Söömishäire ravi

Märkamine ja hindamine

Koostöösuhte loomine ja hoidmine, motiveerimine

Somaatilise seisundi jälgimine, ravi

Toitumise ja kehakaalu taastamine

Psühhoteraapia

Psühhoedukatsioon

Psühhiaatriline farmakoloogiline ravi.



Söömishäirete ravi SA Tallinna Lastehaiglas/ LVTK-s

- ◆ Ambulatoorne ravi
- ◆ Päevastatsionaarne ravi
- ◆ Statsionaarne ravi pediaatria osakonnas
- ◆ Edaspidi: psühhiaatiline statsionaarne ravi
- ◆ Psühhiaatiline hindamine, jälgimine, ravi
- ◆ Psühhoteraapia: KKT, pereteraapia
- ◆ Somaatiline hindamine, ravi



Söömishäiretega patsiendid

Tervise Arengu Insituut, Tervisestatistika ja Terviseuuringute Andmebaas

Psühhiaatri poolt ambulatoorselt konsulteeritud isikud

--- Aasta , Konsultatsioonid.

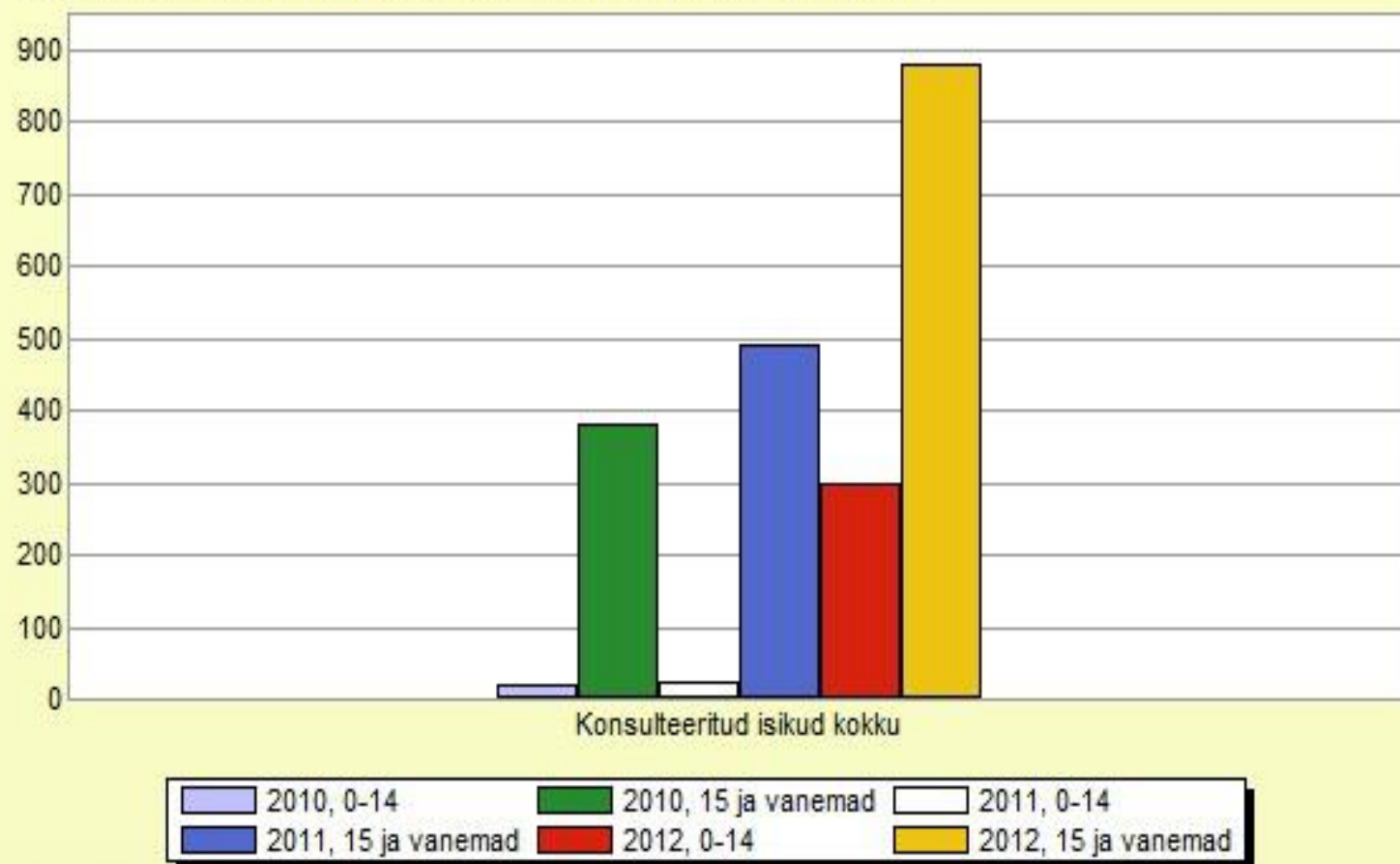
..Söömishäired (F50.0-F50.9), Vanusrühmad kokku, Mehed ja naised. (Arv)



2012.a.ambulatoorselt konsulteeritud SH-ga 1177 inimest ehk 0,095% elanikkonnast.



Psühhiaatri poolt ambulatoorselt konsulteeritud isikud
--- Aasta , Vanusrühm , Konsultatsioonid.
..Söömishäired (F50.0-F50.9), Mehed ja naised. (Arv)



© Tervise Arengu Instituut



Täna ja soovin ilusat, tervislikku ning dieedivaba kevadet!

