

*Материалы VII итоговой научно-практической конференции НОМУИС
23-25 мая 2022 года, г. Барнаул
Алтайский государственный медицинский университет*

РОЛЬ ОРТОРЕКСИИ В ОБЩЕЙ СТРУКТУРЕ РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Гриб А.М.

Научный руководитель - А.В. Плотников, к.м.н., доцент

Нервная орторексия (Orthorexia nervosa, от др. греч. ὀρθός — «прямой», «правильный» и ὄρεξις — «позыв к еде», «аппетит») — расстройство пищевого поведения, характеризующееся навязчивым стремлением к «здоровому и правильному питанию», что приводит к значительным ограничениям в выборе продуктов питания [4].

Впервые о проблеме орторексии заговорил С. Брэтмен в 90-е годы прошлого столетия. В наши дни исследования Брэтмена стали актуальны, однако орторексия не включена в международные классификаторы болезней, из-за чего данный диагноз нельзя ставить официально [2].

Роль орторексии в общей структуре расстройств пищевого поведения набирает обороты не только среди молодежи, но и в целом среди всех возрастных групп по различным причинам. У старшего поколения это обусловлено стремлением к омоложению организма, так называемому «оздоровлению». Среди молодых людей данная патология распространена по той же причине, но с целью «профилактики старения». ЗОЖ и орторексия не являются одним и тем же понятием, но различает их лишь тонкая грань фанатизма, мании, obsessions и инфодемии. Индустрия «правильного питания» на сегодняшний день имеет тенденцию к развитию в геометрической прогрессии и становится доходным бизнесом [1]. В наше время в обществе сложились установки о необходимости следить за трендами, модой. Человеку необходимо вливаться в общество с его новыми установленными капитализмом правилами. Одна из таких установок –

«здоровое питание». Здоровый образ жизни навязывается обществу после пережитого кризиса «разрушительного поведения», что у некоторых личностей вызывает манию и даже компульсию, в силу особенностей характера личности, пережитых психологических травм или уже имеющихся психических расстройств. На данный момент развитие расстройств пищевого поведения прямо пропорционально активности пропаганды в медиа сфере ЗОЖ [3]. К такому «здоровому питанию» относятся веганство и вегетарианство, сыроедение, кетодиеты, интервальное голодание и др., что несомненно ведет к ухудшению состояния организма, начиная от анемических состояний, заканчивая летальными исходами, вследствие полиорганной недостаточности.

К факторам риска можно отнести следующие группы населения:

- пол – женский
- подвержены люди всех возрастных групп, начиная с подросткового (чаще 15-30 лет)
- невроты и невротоподобные состояния
- расстройства личности и акцентуированные личности
- наличие лишнего веса, метаболического синдрома.

Среди женщин данная патология встречается чаще, вследствие большей склонности к преморбидным состояниям (ОКР, депрессивное расстройство, смешенное расстройство поведения и эмоций, пограничным расстройствам личности), а так же увлечению модой и внушению со стороны медиасреды. Анорексия, орторексия и обсессивно-компульсивное расстройство (ОКР) хоть и различаются, но все же имеют немало общих симптомов и характеристик. Особенно схожи главные черты личности и особенности поведения, определяющие предрасположенность человека к данным заболеваниям [5].

В основе психопатогенеза – отсутствие навыка эмоциональной саморегуляции, который в будущем будет являться основной мишенью психотерапии. Помимо общепринятых методик лечения, выявлено новое направление в психотерапии – интуитивное питание, набирающее общее признание, как среди врачей, так и среди пациентов, суть которого заключается в том, чтобы разработать такую форму пищевого поведения, при которой человек не задумывается о приеме пищи и воспринимает его как должное. При

этом индивид ест все, что он хочет, сколько он хочет, является здоровым, красивым, и свой вес (индивидуальный у каждого) поддерживает без каких-либо усилий

Цель: выявить распространенность симптомов нервной орторексии среди студентов медиков ФБГОУ АГМУ.

Задачи: изучить новые методы исследования расстройств пищевого поведения.

Материалы и методы

На базе НКК Психиатрии АГМУ разработан онлайн-опросник на основе Римского опросника нервной орторексии для диагностики у исследуемых признаков нервной орторексии.

В качестве объекта исследования выступили студенты АГМУ 5 курса института педиатрии 532, 535, 536, 537 групп путем случайной выборки. Испытуемые проходили опрос анонимно.

Результаты

Характеристика испытуемых:

1. 31 чел.

2. 22-30 лет (ср 22-23 года)

3. женщин 25, мужчин 6.

- <30 б - 1 чел (21 балл) – 3,22% (выраженные симптомы орторексии).

- <40 б - 17 чел – 54,8% (имеются симптомы орторексии).

- >40 б - 13 чел (из них 6 мужчин) – 41,9% (симптомов орторексии не обнаружено, либо диагностически не значительны).

Низкая чувствительность теста (55,6%) и небольшая выборка (31 человек) дают погрешность, для более точной статистики необходимо более глобальное исследование.

Выборка не точная, так как соотношение полов разнится (1/4), плюс взята одна возрастная группа (женщины молодого возраста входят в группу риска). Но можно сделать вывод, что людей с медицинским образованием нужно рассматривать как людей, входящих в группу риска в числе прочих. Так как распространенность нервной орторексии среди исследуемой условной пef-

популяции составила чуть более 49%, что, однако, значительно выше, нежели в общем массиве популяции — около 1% [6].

Перспектива: вычислить статистику явления симптомов нервной орторексии среди групп школьного и старшего школьного возраста, а также лиц пенсионного возраста. Сравнить статистические данные с показателями распространенности симптомов нервной орторексии с уже имеющимися статистическими данными. Сравнить статистические данные с показателями распространенности других видов ограничительных расстройств пищевого поведения по Алтайскому краю (в т.ч. среди молодежи). Расширить выборку до 100 человек и более.

Список литературы:

1. <https://suhareva-center.mos.ru/services/enlightenment/rasstroystva-pishevogo-povedeniya-anorexiya-bulimiya/zdorovoe-pitanie-ili-ortorexiya/>

2. <https://doc.ua/news/articles/novyj-vid-pishevogo-rasstrojstva-ortoreksiya>

3. <https://intueat.ru/journal/zozh-ili-rasstrojstvo-pishhevogo-povedeniya/>

4. https://ru.wikipedia.org/wiki/Нервная_орторексия

5. Рене Макгрегор

«Когда здоровое питание вредит: Орторексия», © Watkins Media Limited, 2017, © Renee McGregor, текст, 2017, © Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина Паблишер», 2018, © Электронное издание. ООО «Альпина Диджитал», 2018

6. <https://cyberleninka.ru/article/n/realnoe-kachestvo-zhizni-vs-zavyshennye-predstavleniya-o-sobstvennoi-izyskannoi-vneshnosti/viewer>

Как цитировать:

Гриб А.М. (2022). Роль орторексии в общей структуре расстройств пищевого поведения. Материалы VII итоговой научно-практической конференции НОМУИС, 23-25 мая 2022 года, г. Барнаул, Алтайский государственный медицинский университет. *Scientist*, 22 (4), 185-188.
