



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

Ο ρόλος της Φυσιοθεραπείας στην διαχείριση της Βουλιμίας και της Νευρικής Ανορεξίας

Η φυσιοθεραπεία στο χώρο της ψυχικής υγείας άρχισε να αναπτύσσεται στις αρχές της δεκαετίας του 1980, δίνοντας μια ολιστική προσέγγιση στη φροντίδα του ανθρώπου ενισχύοντας το βίο-ψυχοκοινωνικό μοντέλο προσέγγισης στη θεραπεία, θεωρώντας ότι η ψυχική υγεία και η υγεία του σώματος είναι απόλυτα αλληλεξαρτώμενες.

Οι διαταραχές της διατροφής και πιο συγκεκριμένα η βουλιμία και η νευρική ανορεξία που επηρεάζουν μεγάλο κομμάτι του πληθυσμού, χαρακτηρίζονται από σύνθετες φυσιολογικές και ψυχολογικές διαταραχές.

Δύο σημεία κλειδιά των διατροφικών διαταραχών είναι:

1. Η διαταραγμένη εικόνα του σώματος του πάσχοντα.
2. Η ιδεοψυχαναγκαστική συμπεριφορά στην άσκηση.

Αυτές οι δυο καταστάσεις είναι αλληλένδετες, με τους ασθενείς να χρησιμοποιούν την άσκηση ως έναν τρόπο να ελέγχουν το βάρος τους και την εικόνα του σώματος τους.

Ο φυσιοθεραπευτής έχει μοναδικό και σημαντικό ρόλο στη φροντίδα των ανθρώπων με διατροφικές διαταραχές ως σημαντικό μέλος θεραπευτικής ομάδας που απαρτίζεται από ψυχιάτρους και ψυχοθεραπευτές, χρησιμοποιώντας φυσικές παρεμβάσεις και εκπαίδευση βοηθώντας τους ασθενείς να ξεπεράσουν τα συμπτώματά τους και να αποδεχτούν την εικόνα του σώματος τους αποκαθιστώντας την επαφή τους με αυτό.

Ο ρόλος της Φυσιοθεραπευτικής παρέμβασης στις διατροφικές διαταραχές συνίσταται σε:

1. στην εξειδικευμένη αξιολόγηση, την εκπαίδευση.
2. τη θεραπεία και τη διαχείριση των ποικίλων φυσικών και ψυχολογικών διαταραχών που λαμβάνουν χώρα παίζοντας ένα εξαιρετικά ζωτικό ρόλο στην αποκατάσταση του ασθενή.

Μελετώντας τη διεθνή βιβλιογραφία διαπιστώνεται πως η φυσιοθεραπευτική παρέμβαση είναι μια πολύ αξιόπιστη θεραπευτική επιλογή για την αντιμετώπιση των διατροφικών διαταραχών μέσω:



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

1. Της χρήσης της ελεγχόμενης σωματικής άσκησης.
2. Της εκπαίδευσης στην επίγνωση της εικόνας και αίσθησης του σώματος.
3. Των ασκήσεων που αφορούν στη σωστή στάση του σώματος, των ασκήσεων χαλάρωσης, των αναπνευστικών ασκήσεων, της μάλαξης, των τεχνικών χαλάρωσης και των ασκήσεων αυτό-αντίληψης

Στο φυσιοθεραπευτήριο E. Γεωργακόπουλος έχουμε την γνώση και την εμπειρία για την φροντίδα των ανθρώπων που υποφέρουν από διαταραχές της διατροφής.

Βιβλιογραφία

Vancamphort D, Probst M, Adriaens A, Pieters G, Hert De Marc, Stubbs B, Soundy A, Vanderlinden J. (2014). Changes in physical activity, physical fitness, self perception and quality of life following a 6 month physical activity counseling and cognitive behavioral therapy program in outpatients with binge eating disorder, *Psychiatry Research*, 1-6.

Vancamphort D. (2014). Physiotherapy improves eating disorders and quality of life in bulimia and anorexia nervosa, *36:628-34*.

Probst M, Majeweski M, Albertsen M, Catalan-Metamoros D, Danielsen M, Herdt A, Zakova H, Fabricius S, Joern C, Kjolstad G, Patovirta M, Rafferty S, Tyyska E, Vancampfort D. (2013). Physiotherapy for patients with anorexia nervosa .

Vancamphort D, Vanderjinden J, Hert M, Soundy A, Adamkova M, Skjaerven L, Catalan-Matamoros D, Gyllensten A, Gomez-Conesa, Probst M. (2013). A systematic review of physical therapy interventions for patients with anorexia and bulimia nervosa, *Published on line*.

Soundy A, Stubbs B, Probst M, Gyllensten A, Skjaerven L, Catalan-Matamoros D, Vancamphort D, (2015). Considering the role of physical therapists within the treatment and rehabilitation of individuals with eating disorders: An international survey of expert clinicians, *Physiotherapy Research International*.