

بررسی اختلالات تغذیه ای در دختران نوجوان؛ یک مطالعه ی مروری

سیده مریم محمدی پیراسته^۱، سید علی احمد رضانی فر^۲

۱-کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، لرستان، ایران

۲-کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، لرستان، ایران

مقدمه: اختلالات تغذیه ای یکی از اختلالات شایع روان تنی به شمار می‌روند که می‌توانند با تغییر الگوی غذایی و دریافت نامطلوب مواد مغذی باعث ایجاد اختلالات شوند و سلامتی فرد را تهدید کنند و مشکلات متعددی از جمله مشکلات جسمانی، روانی، کاهش کیفیت زندگی و حتی مرگ و میر را نیز به دنبال داشته باشند. در این میان بی‌اشتهایی عصبی و پرخوری عصبی از انواع اختلالات تغذیه ای مزمن به شمار می‌روند. این مطالعه با هدف بررسی اختلالات تغذیه ای در دختران نوجوان، در قالب یک مطالعه ی مروری انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک مطالعه مروری است که کلیه مقالات چاپ شده در سال‌های (۲۰۱۳-۲۰۲۳) مورد بررسی قرار گرفتند. جهت نگارش این خلاصه مقاله با استفاده از کلید واژه های لاتین Nutritional ، Eating disorders in adolescents ، disturbances و معادل فارسی آنها در پایگاه اطلاعاتی google scholar و پایگاه های اختصاصی MEDLINE, SID , Magiran ,PubMed ,SCOPUS, , Science Direct ,Cochrane بررسی صورت گرفت. در انتها از مجموع ۱۲۶ مقاله جستجو شده ۲۴ مقاله مرتبط با هدف مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج: نتایج نشان داد اختلالات تغذیه ای سومین بیماری مزمن شایع در دختران نوجوان بوده و ممکن است به دلیل گسترش فرهنگ غرب، الگوهای نامناسب تغذیه‌ای، عوامل نژادی و طبقه اجتماعی که فرد در آن قرار دارد، باشد. این اختلال، با رفتارهایی از جمله کاهش خوردن، روزه داری، زیاد خوردن و خوردن همراه با استفراغ و استفاده از داروهای ضد یبوست و ادرار آور مشخص می‌شود. همچنین، می‌توانند منجر به سوء تغذیه، پوکی استخوان، آمنوره، بیماری‌های قلبی-عروقی و افسردگی شوند. اشکال بالینی این اختلالات بی‌اشتهایی روانی و پرخوری روانی است که می‌توانند با عوارض جدی بیولوژیکی، روانی و جامعه شناختی و مرگ و میر قابل توجهی همراه باشند.

نتیجه گیری: درمان اختلالات تغذیه ای می‌تواند زمان بر و پرهزینه باشد. عدم دسترسی به تیم های بین رشته ای مناسب یا درمان ناکافی، از جمله مشکلات درمان آن هاست. برنامه تعدیل رفتار غذایی تاثیر بسیار مطلوبی بر بهبود رفتارهای غذایی نوجوانان دارد. والدین ، پرستاران مدرسه و دیگر گروه های حمایتی باید تشویق شوند که در برنامه های تعدیل رفتار شرکت داشته باشند.

کلید واژه: اختلالات تغذیه ای، دختران، نوجوان