

Mestna občina Celje

Mladi za Celje

## ANOREKSIJA ≠ BULIMIJA



### RAZISKOVALNA NALOGA

**AVTORJI:**

**Gašper GAJŠEK**

**Eva LUBEJ**

**Alma PORTIČ**

**MENTOR:**

**Polona ŠTANTE**

**Celje, marec 2011**

**III. osnovna šola Celje**

# **ANOREKSIJA ≠ BULIMIJA**

**RAZISKOVALNA NALOGA**

Avtorji:

Gašper GAJŠEK, 9. a  
Eva LUBEJ, 9. b  
Alma PORTIČ, 9. b

Mentorica:

Polona ŠTANTE

Mestna občina Celje, Mladi za Celje  
Celje, 2011

## KAZALO

POVZETEK .....	5
1. UVOD .....	6
1.1 OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA.....	6
1.2 HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE .....	7
1.3 METODE .....	7
2. ANOREKSIJA .....	8
3. BULIMIJA .....	11
4. OSREDNJI DEL .....	13
5. ZAKLJUČEK.....	26
6. VIRI IN LITERATURA: .....	27

## KAZALO TABEL

Tabela 1: Kakšni boleznici sta anoreksija in bulimija .....	14
Tabela 2: Pravilnost odgovorov o znakih anoreksije.....	16
Tabela 3: Pravilnost odgovorov znakov o bulimiji .....	18
Tabela 4: Ali poznaš koga z anoreksijo/bulimijo.....	19
Tabela 5: Na kakšen način si opazil, da ima oseba anoreksijo/bulimijo.....	20
Tabela 6: Kako bi prepoznal nekoga s takšno boleznijo .....	21
Tabela 7: Posledice anoreksije .....	22
Tabela 8: Posledice bulimije.....	23
Tabela 9: Pomoč osebi z anoreksijo in bulimijo .....	24

## **KAZALO GRAFOV**

Graf 1: Razdelitev po spolu.....	13
Graf 2: Razdelitev po razredih .....	14
Graf 3: Kakšni bolezn sta anoreksija in bulimija.....	14
Graf 4: Znaki anoreksije.....	15
Graf 5: Pravilnost odgovorov o znakih anoreksije .....	16
Graf 6: Znaki bulimije.....	17
Graf 7: Pravilnost odgovorov o znakih o bulimije .....	18
Graf 8: Poznavanje oseb z anoreksijo in bulimijo .....	19
Graf 9: Opažanje znakov anoreksije in bulimije .....	20
Graf 10: Prepoznavanje oseb z anoreksijo in bulimijo.....	21
Graf 11: Posledice anoreksije .....	22
Graf 12: Posledice bulimije.....	23
Graf 13: Pomoč osebi z anoreksijo in bulimijo .....	24

## **KAZALO SLIK**

Slika 1: Anoreksija pri moških.....	5
Slika 2: Anoreksija, zmotno mišljenje .....	9
Slika 3: Lepota ali modna zapoved .....	10
Slika 4: Bulimija.....	12

## POVZETEK

Z raziskovalno nalogo smo želeli spoznati več o anoreksiji in bulimiji, boleznih, ki se čedalje pogosteje pojavljata pri deklicah in fantih med 14. in 18. letom starosti. Ljudje, oboleli za eno izmed teh dveh boleznih, zavračajo hrano in je ne sprejemajo. Zavračanje in nesprejemanje hrane se pojavi predvsem zaradi bojazni pred debelostjo ali pa zaradi pomanjkanja samospoštovanja. Najstnikom je potrebno pomagati, saj se ne zavedajo, v kaj se spuščajo. Dekleta se sprašujejo, ali bodo fantom všeč, ali niso morda predebele, ali jih bo fant še imel rad in podobno.

V raziskovalno nalogo smo vključili osnovnošolce šestih, sedmih, osmih in devetih razredov. Raziskovali smo s pomočjo vprašalnika. Želeli smo ugotoviti, ali učenci poznajo in ločijo ti dve bolezni, ali poznajo njihove znake in kako bi se sami soočili s to boleznijo. Ugotovili smo, da večina šestošolcev in sedmošolcev teh dveh boleznih ne loči, medtem ko učenci višjih razredov boleznih bolje poznajo. Na podlagi tega sklepamo, da bi bilo potrebno v okviru zdravstvene vzgoje posvetiti nekaj časa tudi tema boleznima modernega časa in učence z njima podrobneje seznaniti.



Slika 1: Anoreksija pri moških

# 1. UVOD

## 1.1 OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

Prazgodovina: ženske so bile debele in se s postavo, higieno in zunanjo lepoto niso preveč obremenjevale. Pomagale so vzgajati otoke, kuhati in včasih pomagati pri lovu na živali. Toda skozi stoletja se je vloga ženske spremenila. V starem Rimu so se ženske že urejale in dale nekaj nase, toda to še ni končana zgodba.

V srednjem veku ženske še niso imele lepotnih idealov, kakršne poznamo danes. Minilo je mnogo let, ko sta se v 50. letih 20. stoletja pojavili filmski igralki Audrey Hepburn in Marilyn Monroe. Takrat ju je mnogo deklet začelo posnemati. Tedaj se je začel po svetu širiti val lepote, ki se je vedno bolj in bolj oddaljeval od prejšnjih idealov.

21. stoletje: modne revije, oddaje, reklame z vitkimi manekenkami ... Kamorkoli se obrneš, ti narekujejo lepotne ideale in idealno telesno postavo. Toda nihče se ne vpraša, zakaj so te osebe tako suhe. Resnica je, da z normalnim prehranjevanjem ne moreš biti tako vitek, kot so manekenke in modeli, ki so na naslovnici sijoči, lepi, vitki in te čisto prevzamejo. Danes, v tem svetu, je hudo biti debel, saj obstaja več diet, kot je vseh ljudi na svetu. Nekaj bolezni, ki so posledica skrajnih diet, pa je tudi usodnih -- anoreksija in bulimija.

Zaradi reklam in raznih oddaj, ki poudarjajo pretirano vitkost, se vse več deklet in fantov nepravilno prehranjuje. Ker se anoreksija in bulimija danes zelo pogosto pojavljata, smo se odločili, da naredimo raziskovalno nalogo na to temo in poskušamo ugotoviti, ali najstniki poznajo ti dve bolezni, ju ločijo med sabo in kako bi se s to boleznijo soočili.

## **1.2 HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE**

V naši raziskovalni smo postavili naslednje hipoteze:

1. Učenci vedo, da sta anoreksija in bulimija prehranski in duševni bolezni.
2. Učenci ločijo med anoreksijo in bulimijo in poznajo znake posamezne bolezni.
3. Učenci vedo, kako prepoznati nekoga s tako boleznijo.
4. Učenci bi sami poskušali pomagati osebi/prijatelju z anoreksijo ali bulimijo.

## **1.3 RAZISKOVALNE METODE**

V okviru naše raziskovalne naloge smo najprej poiskali ustrezno literaturo, saj smo želeli tudi sami več izvedeti o anoreksiji in bulimiji.

Drugi del raziskovalne naloge pa je bil empiričen, s pomočjo anonimnega vprašalnika, ki smo ga razdelili osnovnošolcem šestih, sedmih, osmih in devetih razredov na III. osnovni šoli Celje. Vprašalnik je vseboval vprašanja deloma zaprtega, deloma pa odprtega tipa.

Zbrane vprašalnike smo nato pregledali in analizirali. Razporedili smo jih glede na spol in razred ter podatke razvrstili v preglednice, s pomočjo katerih smo oblikovali grafe. Podatke smo interpretirali in na podlagi ugotovitev zavrgli ali potrdili postavljene hipoteze.

## 2. ANOREKSIJA

Termin »anoreksija« je prvi uporabil Gull leta 1873 in je z njim opisal skupino adolescentk in mlajših odraslih žensk, ki so odklanjale hrano. Beseda sama pomeni izgubo apetita in je neustrezna, saj večina pacientk navaja povečano željo po hrani.

Anoreksija je bolezen razvitega sveta. Najpogostejša je pri dekletih v adolescentnem obdobju in mladih ženskah, pojavlja pa se, sicer mnogo redkeje, tudi pri fantih v adolescentnem obdobju. Večinoma gre za dekleta iz srednjega in višjega družbenega sloja, iz družin, ki imajo posebno družinsko dinamiko s prikrito disfunkcionalnostjo. Povprečna starost pacientk je 14 do 18 let.

Razen telesne teže je za anoreksično osebo značilna motena telesna podoba oziroma nestvarna predstava o svojem telesu ter primarna ali sekundarna amenoreja pri dekletih. Motnja telesne podobe se kaže kot pretiran občutek debelosti ali hud strah pred njo, ne glede na dejansko telesno težo, ki je po navadi nizka ali celo zelo nizka. Anoreksične osebe so preobremenjene s svojo zunanjo podobo in z vprašanji glede hrane. Shujšajo zaradi odklanjanja hrane ali pa različnih manevrov ob hranjenju.

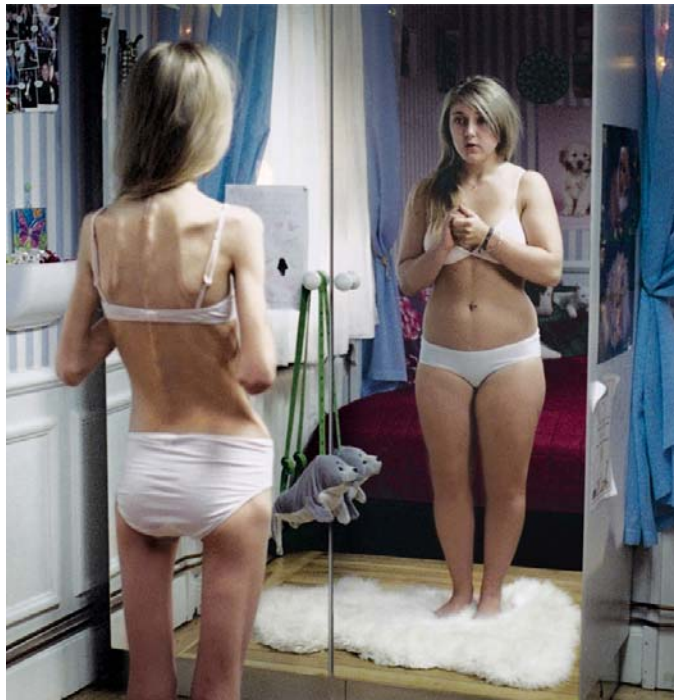
Pri večini pacientk srečamo še kakšno dodatno duševno motnjo, kot je obsesivno kompulzivno vedenje, depresivnost in anksioznost, nemir in motnje spanja. Redkeje so nagnjene h kraji in zlorabi raznih substanc. Pacientke svoje motnje ne opazijo, še več, celo zanikajo jo, ko je že evidentna in so lahko že življenjsko ogrožene. K zdravniku pridejo zaradi drugih težav (amenoreje ali somatskih motenj). Zaradi tega so tudi zelo uporne pri obravnavi. (Sternad, 2001, 60 - 61).

»Bila sem tako zelo suha, da mi je bila prav samo otroška konfekcija. In še celo takrat sem si bila debela. Sovražila sem ljudi, kadar so mi rekli, da sem suha. Mislila sem, da mi lažejo samo zato, da se ne bi slabo počutila.« (Ashworth, 2000, 98).



Najpogostejši znaki anoreksije:

- velika izguba teže,
- suha, nezdrava (rumenkasta) koža,
- izpadanje las,
- cepljenje nohtov,
- izostajanje menstrualnega cikla,
- zaprtje,
- slabokrvnost,
- omedlevica,
- glavoboli,
- plitko dihanje,
- v skrajnem primeru tudi smrt.



Slika 2: Anoreksija, zmotno mišljenje

Bolniki ali bolnice se s svojim stradanjem znajdejo na točki, ko sami ne morejo nazaj v “normalno” hranjenje, saj se je medtem tudi organizem postopoma prilagodil pomanjkanju energije in deluje upočasnjeno s shranjenimi rezervami. Predvsem so zelo navdušeni nad pripravo hrane za druge, ki jih potem silijo, da pojedjo, kar so sami skuhal. Njihova sla po hrani se kaže na še en način, ki običajno ostane skrit; občudujejo slastne jedi v slaščičarnah in drugih izložbah ter si ogledujejo recepte in slike, na katerih je hrana. Ker postane hrana tako pomembna, anoreksične osebe postopoma omejijo počitek, spanje in stike z drugimi ljudmi. Odrekanje hrani jih na eni strani sicer napolnjuje z občutkom moči in trdnosti, na drugi strani pa trpijo zaradi osamljenosti in občutka, da nikoli ne zmorejo jesti “dovolj malo”.



Slika 3: Lepota ali modna zapoved?

### 3. BULIMIJA

Je bolezen, za katero so značilna obdobja izrazitega prenažiranja s hrano, ki mu najpogosteje sledi zavestno izzvano bruhanje. To se lahko dogaja tudi večkrat dnevno. V primerjavi z anoreksijo pa pri bulimiji vsi bolniki nimajo premajhne telesne teže. Dosti redkeje kot z bruhanjem pa nekateri za odvajanje čezmernih količin zaučite hrane po fazi prenažiranja uporabljajo odvajala za vodo in blato. Bulimija je najpogostejša med dekleti in tudi pri tej bolezni gre za pretirano obsedenost z videzom. Najresnejše posledice nenehnega bruhanja in/ali uporabe odvajal so motnje srčnega ritma, boleči mišični krči, huda telesna oslabelost in odpoved ledvic. Ker pa se ob bruhanju izločajo velike količine slin, imajo bulimiki pogosto že na pogled povečane obušesne slinavke. Bulimijo zdravi skupina zdravnikov – eni pomagajo telesu, da si opomore, drugi – psihoterapevti – pa skušajo poiskati in odpraviti duševne vzroke.

Najpogostejši simptom bulimije je nekontrolirano prenajedanje, čemur sledi vedenje, s katerim skuša bulimična oseba preprečiti porast telesne teže (jemanje odvajal, bruhanje). Bolnica poje skoraj vse, kar najde užitnega, toda le redko, ker bi bila zares lačna. Uživa predvsem visoko kalorično hrano, ki se je sicer (ko se hrani “normalno”) izogiba (npr. mastna hrana, sladkarije, kruh).

V času prenajedanja je bulimična oseba lahko tako “brez kontrole”, da poje celo zamrznjeno in surovo hrano ali ostanke iz smeti. Ker jim zaradi preobremenjenosti počí želodec, nekatere ženske po taki požrtiji umrejo. Zaradi nenavadno velike količine hrane, ki jo zaužije v kratkem času, bolnico popade paničen strah pred debelostjo. Da bi preprečila posledice skrivnega prenajedanja, se zaužite hrane “znebi” z bruhanjem, jemanjem večjih doz odvajal, povečano fizično aktivnostjo ali/in stradanjem. Po takem dogodku vsakokrat sklene, da bo s takim početjem nehala in začne iz strahu pred debelostjo stradati. Stradanje se konča s prenajedanjem, posledičnim bruhanjem in/ali drugimi načini preprečevanja porasta telesne teže. Prenajedanje s hrano bolnice sprva opisujejo kot užitek, kot vse prežemajočo željo po hrani; pojavijo se občutki polnosti, umirjenosti in olajšanja. Tako so simptomi bulimije na začetku, ko jo bolnica še obvlada, še lahko njena “sladka skrivnost” (kako pojesti več kot drugi, pa se pri tem ne zrediti), čez krajši ali daljši čas pa se bulimična oseba počuti obvladana s strani bulimije, “ujeta v začaran krog” prenajedanja in bruhanja. S hrano se bašejo tudi takrat, ko jim do nje sploh ni, zatem pa se pojavijo občutki izgube kontrole nad lastnim hranjenjem, nelagodja, krivde, sramu, gnusa, samoobtoževanja in bolečine.



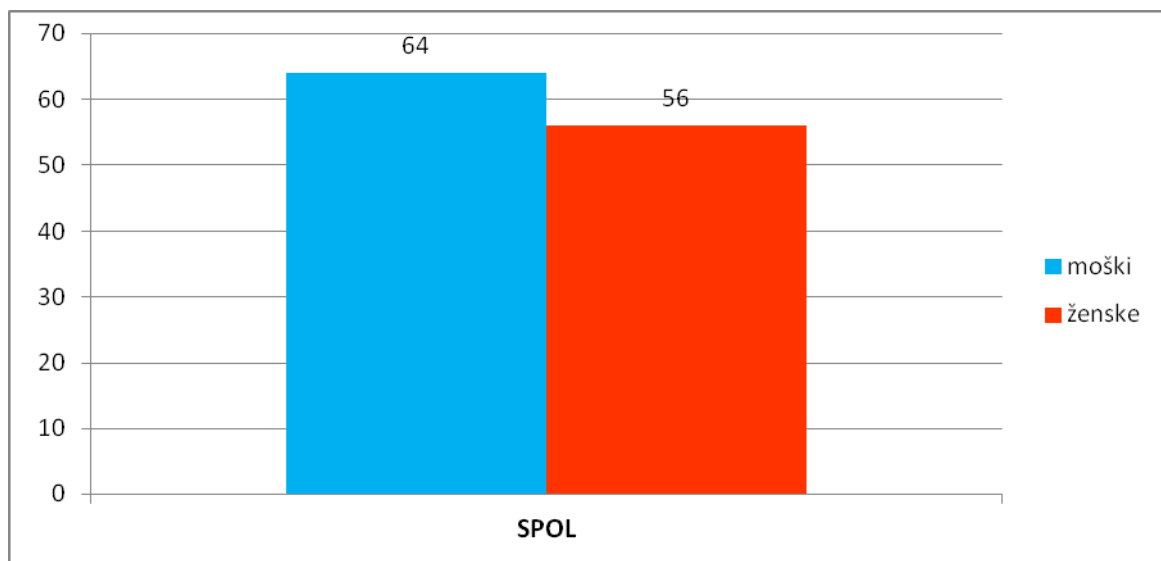
Slika 4: Bulimija

Najpogostejši telesni znaki bulimije so:

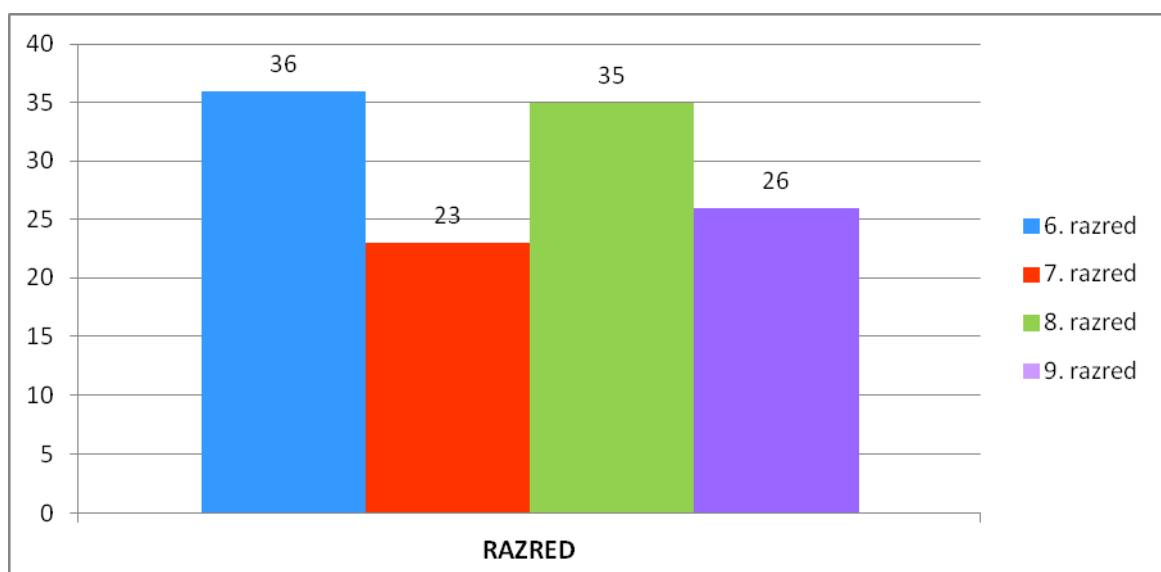
- otekle žleze slinavke, zaradi česar je obraz okrogel,
- žulji na hrbtni strani rok, ki nastanejo zaradi pritiska zob ob bruhanju,
- vneto grlo in žrelo,
- cepljenje nohtov in las,
- razpokane ustnice,
- težave z glasilkami,
- bolezni zob in ustne votline,
- neredna menstruacija,
- vnetje ledvic (kot posledica zlorabe odvajal),
- motnje srčnega ritma.

## 4. OSREDNJI DEL

V tem delu želimo predstaviti potek in rezultate naše raziskovalne naloge. Raziskovalni del smo izvedli s pomočjo vprašalnika (ankete). V anketo smo vključili 120 učencev od 6. do 9. razreda. Izmed 120 učencev je bilo 56 žensk in 64 moških. Od tega je bilo 36 učencev iz 6. razreda, 23 učencev iz 7. razreda, 35 učencev iz 8. razreda in 26 učencev iz 9. razreda.



Graf 1: Razdelitev po spolu



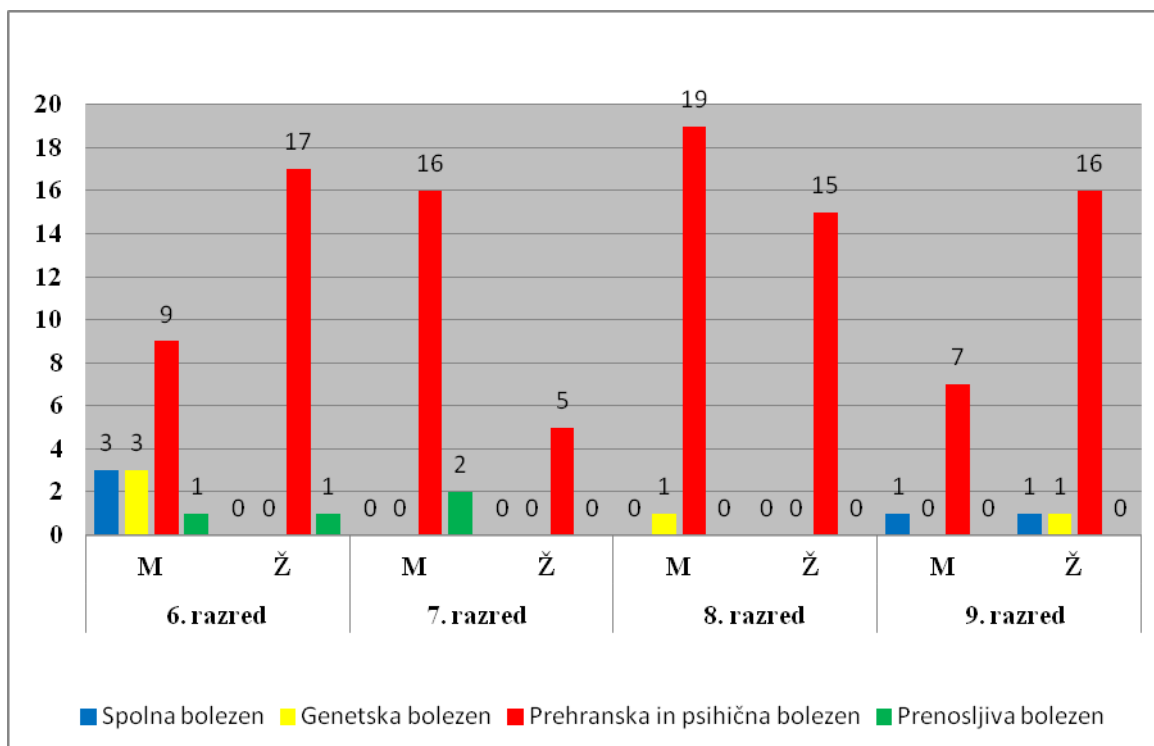
Graf 2: Razdelitev po razredih

## 1. Kakšni boleznι sta anoreksija in bulimija?

- a) Spolni bolezni.
- b) Genetski bolezni.
- c) Prehranski in psihični bolezni.**
- č) Prenosljivi bolezni.

Bolezen / Razred	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
Spolni bolezni	3	0	0	0	0	0	1	1
Genetski bolezni	3	0	0	0	1	0	0	1
Prehranski in psihični bolezni	9	17	16	5	19	15	7	16
Prenosljivi bolezni	1	1	2	0	0	0	0	0

Tabela 1: Kakšni bolezni sta anoreksija in bulimija?



Graf 3: Kakšni bolezni sta anoreksija in bulimija?

Pri tem vprašanju smo dobili natanko takšne rezultate, kot smo jih pričakovali. Iz grafa lahko razberemo, da je večina učencev vedela, za kakšni bolezni gre. Le posamezniki niso

vedeli, kakšni sta ti dve bolezni in so obkrožili ostale odgovore. Več teh je bilo moškega spola, in to iz 6. razreda.

## 2. Obkroži znake anoreksije (možnih več odgovorov).

a) Prenajedanje in bruhanje.

b) Stradanje.

c) Preskakovanje obrokov.

č) Štetje zaužitih kalorij.

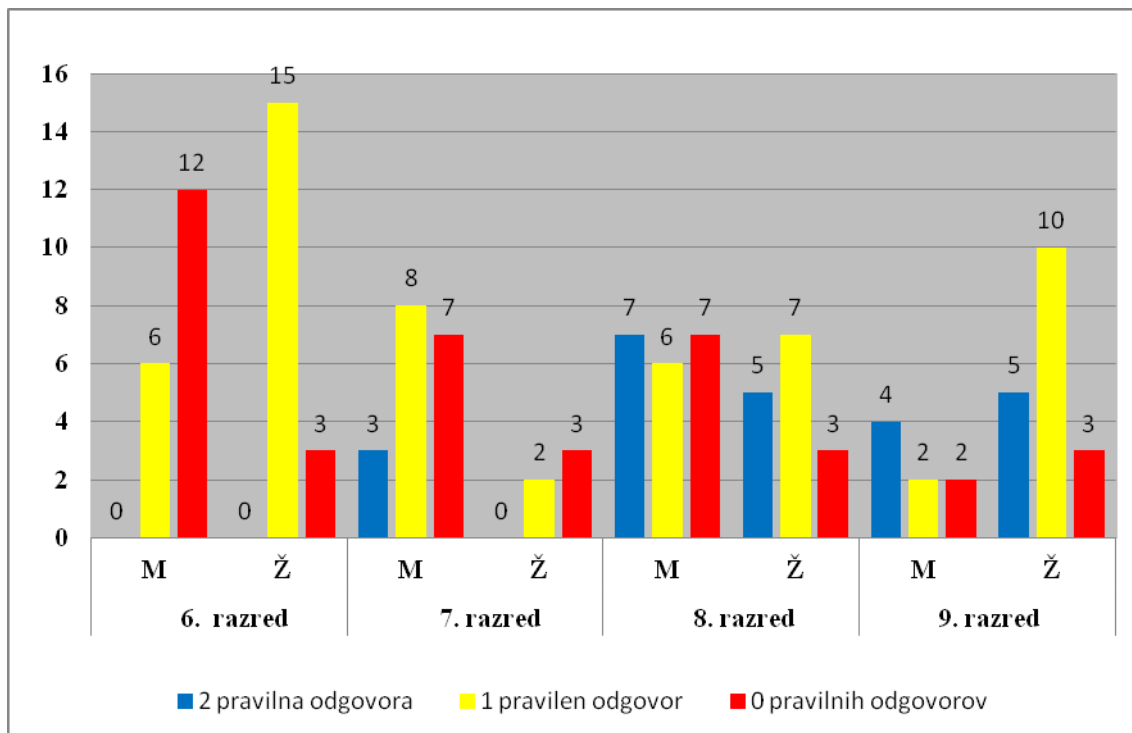


Graf 4: Znaki anoreksije

Iz grafa je razvidno, da je večina učencev na to vprašanje odgovorila pravilno vsaj z enim odgovorom.

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>2 pravilna odgovora</b>	0	0	3	0	7	5	4	5
<b>1 pravilen odgovor</b>	6	15	8	2	6	7	2	10
<b>0 pravih odgovorov</b>	12	3	7	3	7	3	2	3

Tabela 2: Pravilnost odgovorov o znakih anoreksije



Graf 5: Pravilnost odgovorov o znakih anoreksije

Pri pregledu vprašalniku smo ugotovili, da učenci niso dobro prebrali vprašanja oz. dodatnega navodila (možnih več odgovorov), zato je večina obkrožila le en odgovor. Iz grafa je razvidno, da je poznavanje znakov anoreksije slabo predvsem v šestem in sedmem razredu, kjer je bilo največ učencev z nobenim pravilnim odgovorom; v osmem



in devetem razredu je že nekoliko bolje, saj je več učencev odgovorilo pravilno z dvema odgovoroma.

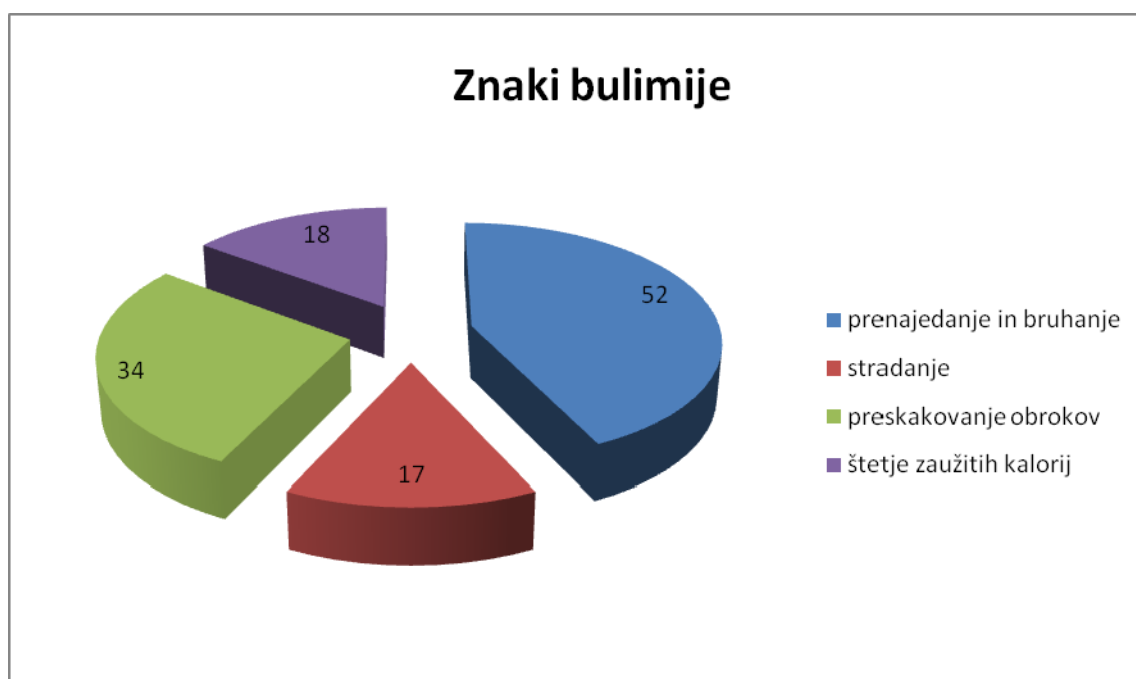
### 3. Obkroži znake bulimije (možnih več odgovorov).

a) **Prenajedanje in bruhanje.**

b) **Stradanje.**

c) **Preskakovanje obrokov.**

č) **Štetje zaužitih kalorij.**

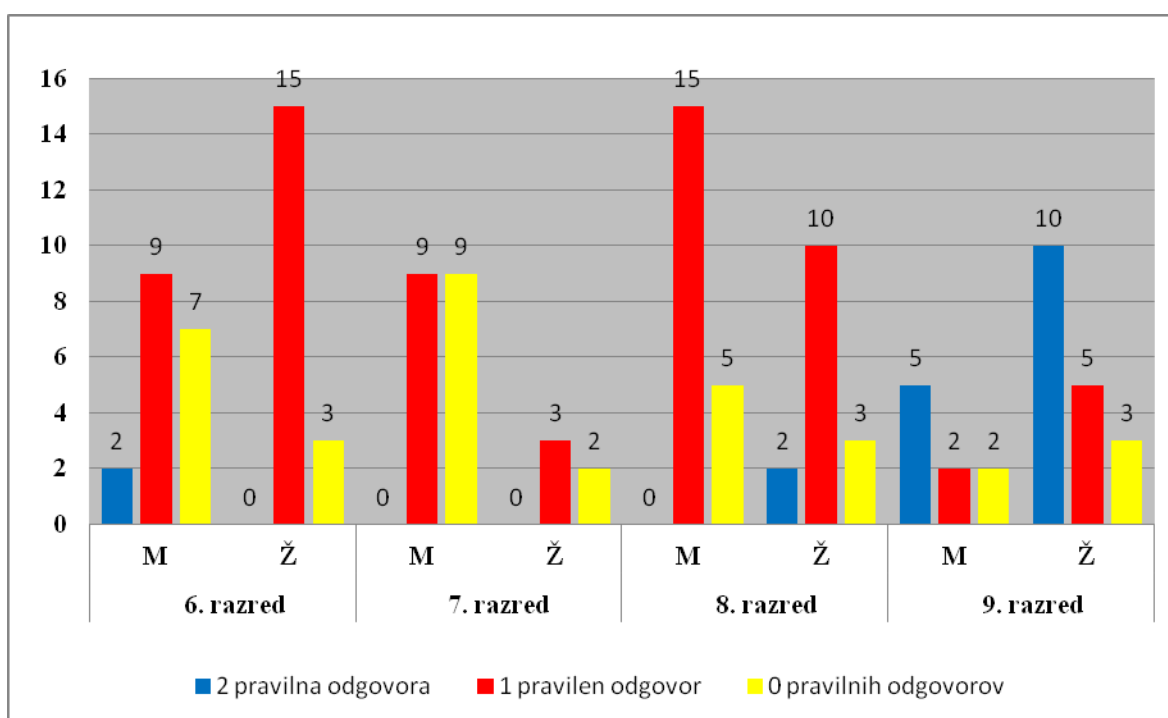


Graf 6: Znaki bulimije

Tudi pri tem vprašanju so učenci v večjem številu odgovorili pravilno in obkrožili vsaj en pravi odgovor.

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>2 pravilna odgovora</b>	2	0	0	0	0	2	5	10
<b>1 pravilen odgovor</b>	9	15	9	3	15	10	2	5
<b>0 pravih odgovorov</b>	7	3	9	2	5	3	2	3

Tabela 3: Pravilnost odgovorov o znakih bulimije



Graf 7: Pravilnost odgovorov o znakih bulimije

Ponovno se je pokazalo pomanjkljivo branje vprašanja, saj so nekateri učenci obkrožili le en odgovor. Veliko jih je za znak prepoznalo le prenajedanje in stradanje. Tudi tu se je pokazalo pomanjkljivo poznavanje znakov bolezni predvsem v nižjih razredih (šesti in sedmi), medtem ko je v devetem razredu več kot polovica pravilno obkrožila oba odgovora.

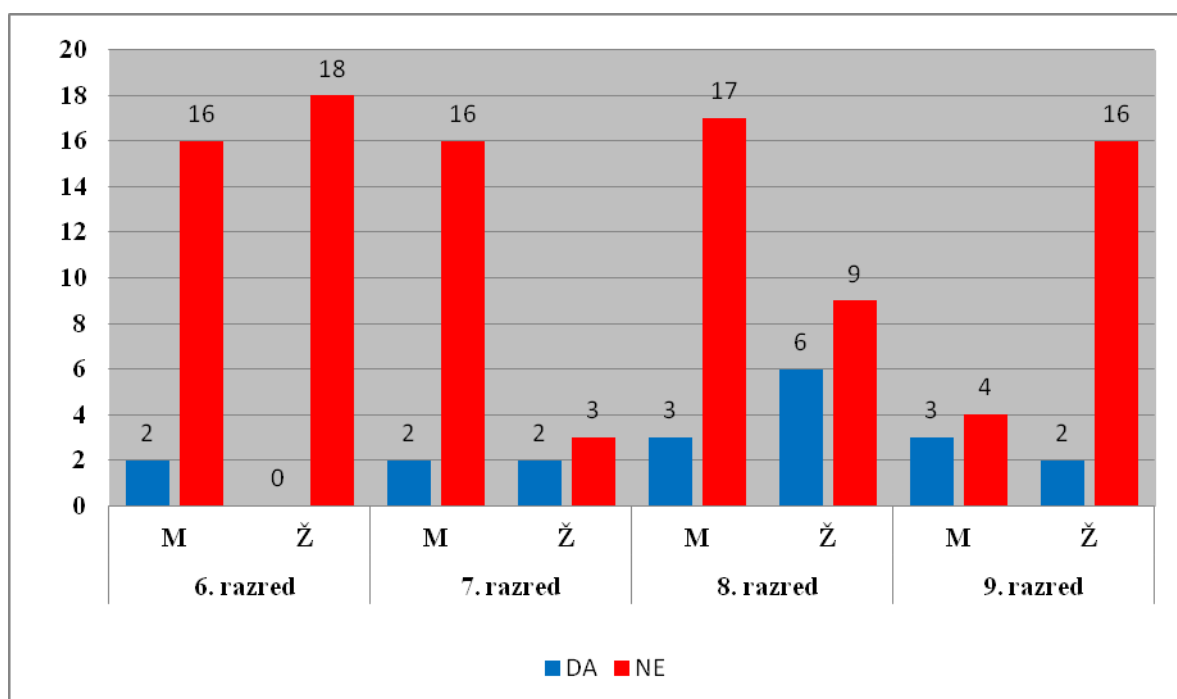
#### 4. Ali poznaš koga z anoreksijo/bulimijo?

a) Da. (Nadaljuj pri 5. vprašanju.)

b) Ne. (Nadaljuj pri 6. vprašanju.)

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>DA</b>	2	0	2	2	3	6	3	2
<b>NE</b>	16	18	16	3	17	9	4	16

Tabela 4: Ali poznaš koga z anoreksijo/bulimijo?



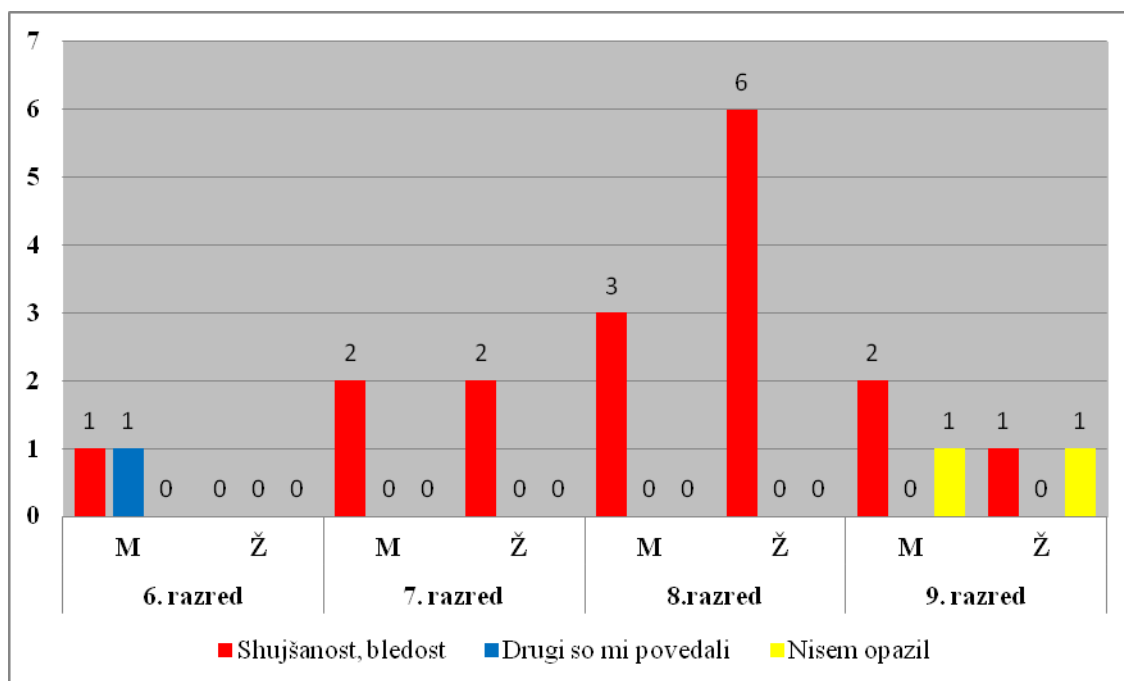
Graf 8: Poznavanje oseb z anoreksijo in bulimijo

Iz grafa je razvidno, da večina učencev na naši šoli ne pozna osebe z anoreksijo ali bulimijo.

## 5. Na kakšen način si opazil, da ima oseba anoreksijo/bulimijo?

	6. razred		7. razred		8.razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>Shujšanost, bledost</b>	1	0	2	2	3	6	2	1
<b>Drugi so mi povedali</b>	1	0	0	0	0	0	0	0
<b>Nisem opazil</b>	0	0	0	0	0	0	1	1

Tabela 5: Na kakšen način si opazil, da ima oseba anoreksijo/bulimijo?



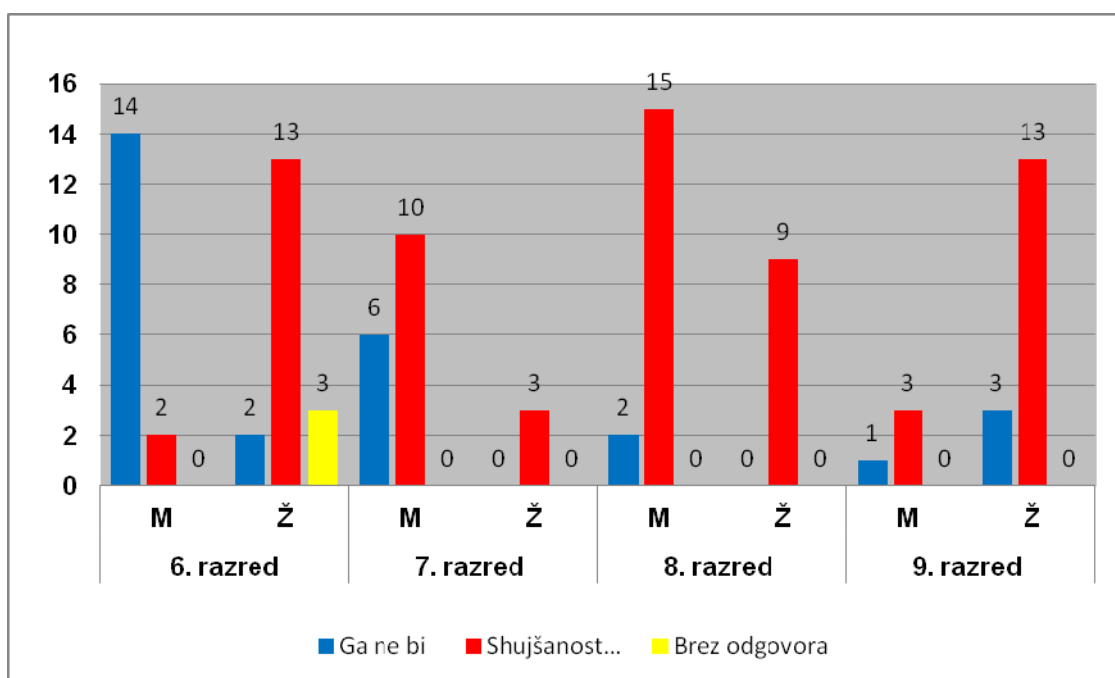
Graf 9: Opažanje znakov anoreksije in bulimije

To vprašanje je bilo odprtega tipa, zato smo odgovore razvrstili v tri kategorije: shujšanost, bledost; drugi so mi povedali; nisem opazil (sama oseba mi je povedala). Večina učencev, ki pozna osebo z anoreksijo ali bulimijo, je pri tej osebi opazila shujšanost in bledost osebe.

## 6. Kako bi prepoznal nekoga s takšno boleznijo?

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>Ga ne bi</b>	14	2	6	0	2	0	1	3
<b>Shujšanost ...</b>	2	13	10	3	15	9	3	13
<b>Brez odgovora</b>	0	3	0	0	0	0	0	0

Tabela 6: Kako bi prepoznal nekoga s takšno boleznijo?



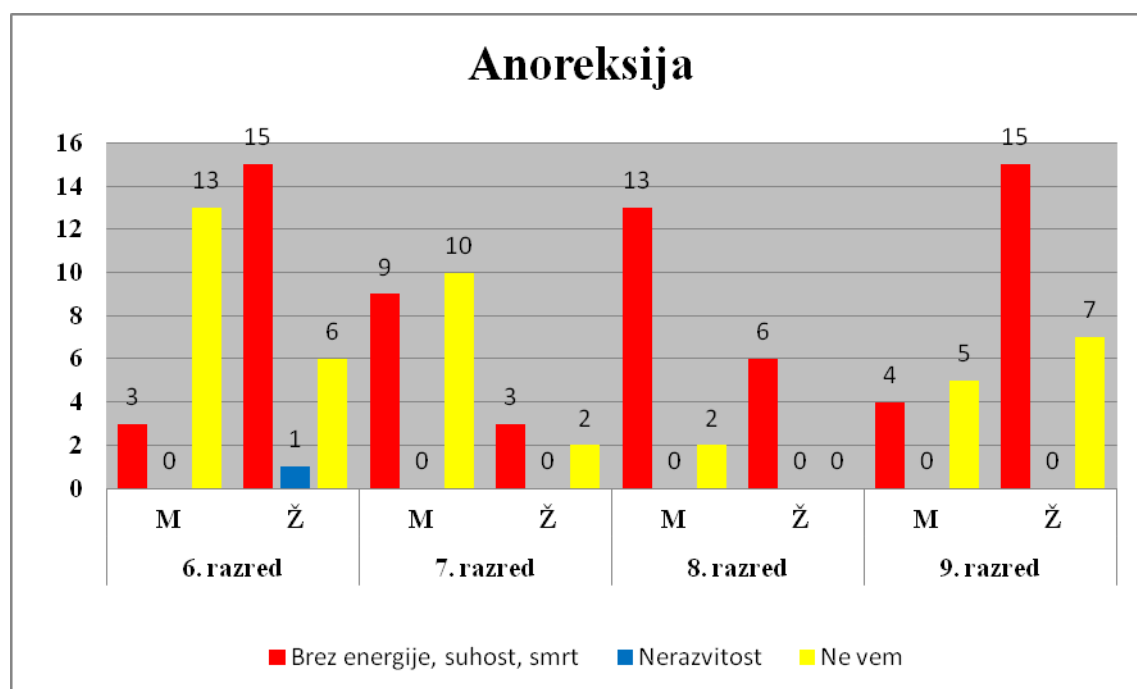
Graf 10: Prepoznavanje oseb z anoreksijo in bulimijo

Tudi to vprašanje je bilo odprtega tipa. Poleg shujšanosti so učenci navedli še odklanjanje obrokov, nedružabnost, da nosijo vrečasta oblačila, odsotnost itd. Iz grafa vidimo, da bi večina učencev prepoznala osebo z anoreksijo ali bulimijo po shujšanosti osebe. Vidimo lahko, da predvsem fantje šestih razredov ne bi prepoznali osebe z anoreksijo ali bulimijo.

## 7. Kakšne posledice povzročata ti dve bolezni?

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>Brez energije, suhost, smrt</b>	3	15	9	3	13	6	4	15
<b>Nerazvitost</b>	0	1	0	0	0	0	0	0
<b>Ne vem</b>	13	6	10	2	2	0	5	7

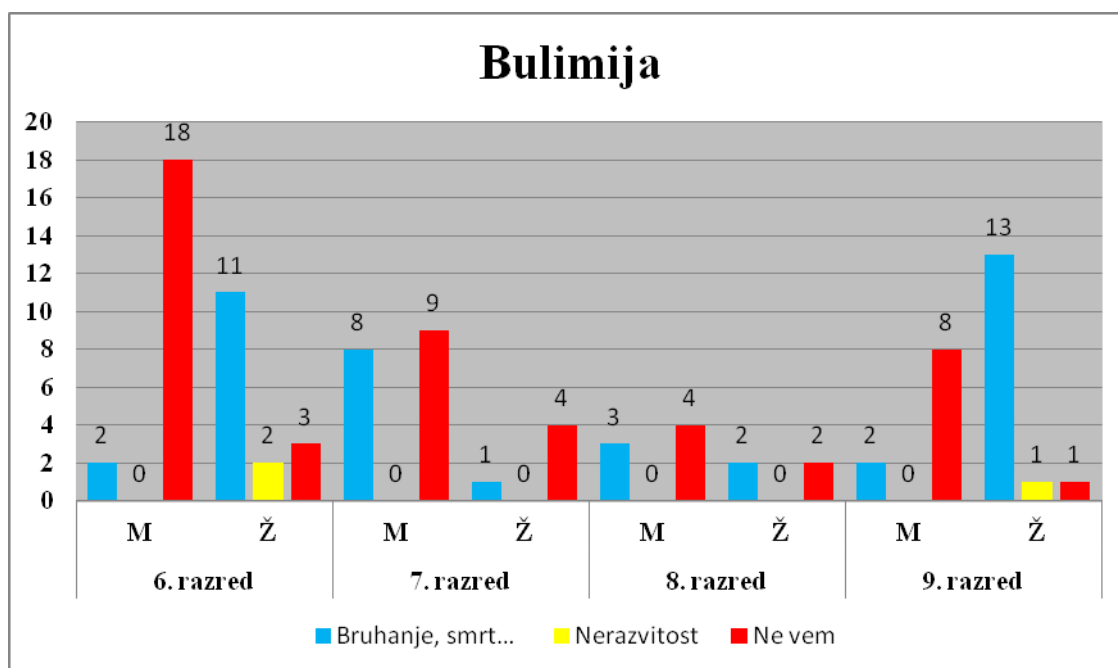
Tabela 7: Posledice anoreksije



Graf 11: Posledice anoreksije

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
<b>Bruhanje, smrt ...</b>	2	11	8	1	3	2	2	13
<b>Nerazvitost</b>	0	2	0	0	0	0	0	1
<b>Ne vem</b>	18	3	9	4	4	2	8	1

Tabela 8: Posledice bulimije



Graf 12: Posledice bulimije

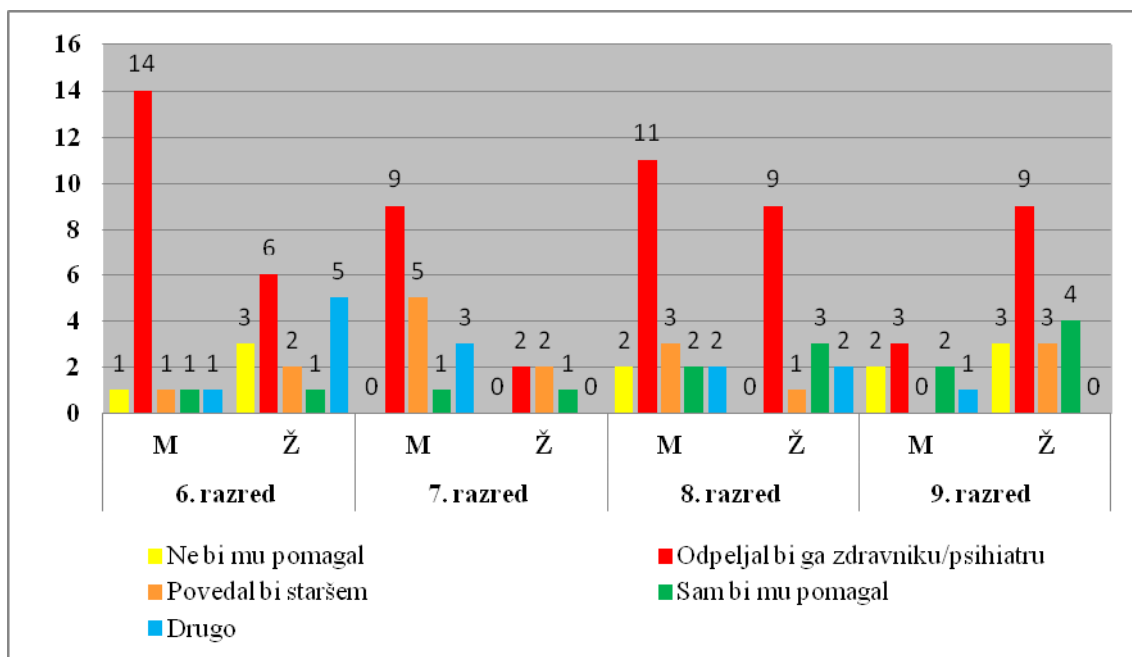
Vprašanje je bilo odrtega tipa, zato smo sešteli podobne odgovore. Učenci nižjih razredov ne poznajo posledic bulimije in anoreksije. Lahko pa vidimo, da učenci višjih razredov ločijo posledice tako anoreksije kot bulimije.

## 8. Kako bi pomagal osebi z anoreksijo/bulimijo?

- a) Ne bi mu pomagal.
- b) Odpeljal bi ga k zdravniku.
- c) Povedal bi staršem.
- č) Sam bi mu poskušal pomagati.
- d) Drugo\_\_\_\_\_

	6. razred		7. razred		8. razred		9. razred	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
Ne bi mu pomagal	1	3	0	0	2	0	2	3
Odpeljal bi ga k zdravniku/psihiatru	14	6	9	2	11	9	3	9
Povedal bi staršem	1	2	5	2	3	1	0	3
Sam bi mu pomagal	1	1	1	1	2	3	2	4
Drugo	1	5	3	0	2	2	1	0

Tabela 9: Pomoč osebi z anoreksijo in bulimijo



Graf 13: Pomoč osebi z anoreksijo in bulimijo



Vidimo lahko, da bi večina učencev osebo z anoreksijo ali bulimijo odpeljala k zdravniku, psihiatru, kar nas je zelo presenetilo. Nekateri bi povedali svojim staršem, drugi pa jim sploh ne bi pomagali ali pa bi jim poskušali pomagati sami.

## 5. ZAKLJUČEK

Anoreksija in bulimija sta bolezni modernega časa v razvitem svetu. Sta duševni motnji, pri katerih hrana postane središče človekovih misli, bojev in slabe vesti. Ljudje se v hitrem ritmu življenja vse pogosteje ocenjujemo le po zunanosti in videzu pripisujemo zelo velik pomen. Pogosto gre tudi za odziv na stiske, s katerimi se prizadeti ne zmore ali pa noče soočiti drugače, kot da se zateče k hrani. Tako se izognejo stiski, ki jo doživljajo zaradi različnih življenjskih dogajanj in sprememb (Sternad, 2001).

Z našo raziskovalno nalogo smo želeli izvedeti, ali učenci poznajo, ločijo in prepoznajo anoreksijo in bulimijo.

Prvo hipotezo, da učenci vedo, da sta anoreksija in bulimija prehranski in duševni bolezni, smo s pomočjo raziskave potrdili, saj je večina na prvo vprašanje odgovorila pravilno.

Drugo hipotezo, ali učenci ločijo med anoreksijo in bulimijo in poznajo znake posamezne bolezni, smo preverjali z vprašanji številka 2, 3, 4, 5, 6 in 7. To hipotezo smo deloma potrdili, deloma pa ovrgli. Ugotovili smo, da učenci višjih razredov (osmi in deveti) bolje ločijo ti dve bolezni, medtem ko ju učenci nižjih razredov (šesti in sedmi) pogosto zamenjujejo.

Tretjo hipotezo smo preverjali s 5 in 6 vprašanjem in jo deloma potrdili. Večina učencev bi namreč osebo z anoreksijo ali bulimijo prepoznala po videzu. Težave pri poznavanju take osebe so navedli predvsem fantje šestega razreda, ki so odgovorili, da takšne osebe ne bi prepoznali.

Četrto hipotezo, učenci bi sami poskušali pomagati osebi z anoreksijo ali bulimijo, smo ovrgli, saj bi učenci to osebo odpeljali k zdravniku ali k psihiatru.

Na koncu smo ugotovili, da učenci premalo poznajo ti dve bolezni, ker se z njima ne srečujejo pogosto. Upamo, da bomo s to raziskovalno nalogo učence opozorili na ti dve bolezni, anoreksijo in bulimijo, saj se danes tako pogosto pojavljata, da bi bilo čudno, če ju ne bi prepoznali. Ugotovili smo tudi, da bi bilo dobro več časa posvetiti tema boleznima modernega časa pri razrednih urah in pripraviti predstavitve teh bolezni.

## 6. VIRI IN LITERATURA

1. ASHWORTH, Sherry. 2000. Proč z namišljen debelostjo. Ljubljana: Hekure. ISBN 961-90839-6-2
2. COLCLOUGH, Beechy. 1998. Ne kaj ješ - kaj te žene, da ješ! Ljubljana: Debora. ISBN 961-6122-35-5
3. STERNAD, Dragica Marta. 2001. Motnje hranjenja: Od besed, ki ranijo, k besedam, ki celijo. Ljubljana: Samozaložba.
4. FIJAVŽ, Maruša, HAJD, Klavdija, KACBEK, Urška. 2007. Raziskovalna naloga: Motnje hranjenja. Slovenska Bistrica.

## **ZAHVALA**

Zahvaljujemo se za pomoč naši mentorici ge. Poloni ŠTANTE in ge. Zarji LEDNIK za lektoriranje raziskovalne naloge.

## **PRILOGA** (anketni obrazec)

### **ANOREKSIJA ≠ BULIMIJA**

Devetošolci smo se odločili, da izvedemo raziskovalno nalogo na temo anoreksija≠bulimija. Z anketo želimo izvedeti ali učenci poznajo in ločijo med anoreksijo in bulimijo.

Eva, Alma, Gašper

razred:    5.    6.    7.    8.    9.  
starost:   10-11    12-13    14-15  
spol:        M    Ž

1. Kakšni bolezni sta anoreksija in bulimija?

- a) spolna bolezen
- b) genetska bolezen
- c) prehranska bolezen
- d) prenosljiva bolezen

2. Obkroži znake anoreksije (možnih več odgovorov).

- a) prenajedanje in bruhanje
- b) stradanje
- c) preskakovanje obrokov
- d) štetje zaužitih kalorij

3. Obkroži znake bulimije (možnih več odgovorov).

- a) prenajedanje in bruhanje
- b) stradanje
- c) preskakovanje obrokov
- d) štetje zaužitih kalorij

4. Ali poznaš koga z anoreksijo/bulimijo?

- a) DA    (nadaljуй pri 5. vprašanju)
- b) NE    (nadaljуй pri 6. vprašanju)

5. Na kakšen način si opazil da ima oseba anoreksijo/bulimijo?

---

---

---

6. Kako bi prepoznal nekoga s takšno boleznijo?

---

---

---

7. Kakšne posledice povzročata ti dve bolezni?

Anoreksija: \_\_\_\_\_

---

Bulimija: \_\_\_\_\_

---

8. Kako bi pomagal osebi z anoreksijo/bulimijo?

- a) ne bi mu pomagal
- b) odpeljal bi ga zdravniku/psihiatru
- c) povedal bi staršem
- d) sam bi mu pomagal
- e) drugo \_\_\_\_\_

HVALA ZA VAŠO POZORNOST!