

# PORUCHY

PŘÍJMU POTRAVY

## JAK JE POZNÁTE?

neustálé myšlenky na jídlo • strach z tloustnutí • život ohrožující stravování • kritický pohled na vlastní postavu



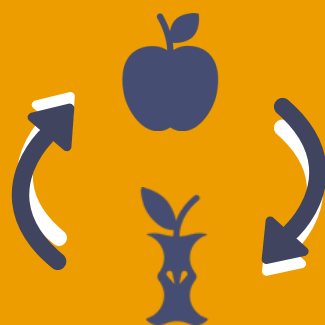
### Mentální anorexie

Nadměrné omezování potravy a chování vedoucí k redukci hmotnosti (cvičení, zvracení atd.).

Nadměrná kontrola složení jídelníčku a potravin.

### Mentální bulimie

Období záchvatovitého přejídání následovaná nadměrnou kontrolou hmotnosti (zvracení, užívání projímadel, cvičení atd.).



### Záchvatovité přejídání

Opakující se stavy nadměrné konzumace jídla, kdy člověk nemá nad svým chováním kontrolu.

## MÝTY

- ✗ Lidé s poruchou příjmu potravy jsou vždy hubení.
- ✗ Poruchy příjmu potravy mají pouze mladí lidé nebo ženy.
- ✗ Lidé s poruchami příjmu potravy se potřebují jen pořádně najíst a budou v pohodě.
- ✗ Poruchu příjmu potravy má člověk na doživotí.

## CO SE DÁ DĚLAT?

Promluvte si s někým blízkým • Buďte na sebe hodní • Všimněte si momentů, kdy je vám lépe • Vyhledejte odbornou pomoc

**KONTAKTUJTE  
CENTRUM ANABELL!**

**Anabell**

- Nabízíme podporu lidem s poruchami příjmu potravy i jejich blízkým.
- Jsme v Praze, Brně, Ostravě, Žilině a Bratislavě.
- Krizová Linka Anabell: **848 200 210, 774 467 293**
- Internetové poradenství: **iporadna@anabell.cz**
- Adresy poboček a bližší informace na **www.anabell.cz**

Tyto materiály byly vytištěny  
z dotací městské části Brno-střed  
a Jihomoravského kraje



Jihomoravský kraj

