



Når mat blir fiende

VED THERESE FOSTERVOLD MATHISEN, PHD

HØGSKOLEN I ØSTFOLD, WWW.HIOF.NO

NORSK SELSKAP FOR SPISEFORSTYRRELSER, WWW.NSFSF.NO

Spiseforstyrrelse

- ▶ Psykiske lidelser
- ▶ Flere uttrykksformer
- ▶ Flere (u)synlige former
- ▶ Emosjonsregulering
- ▶ Håndtere uro og «det vanskelige»





Et spiseforstyrra land

Hvorfor snakker vi om mat når vi snakker om fedme?



Hilde Østby
Forfatter og idéhistoriker

Publisert 19. mars kl. 17:08
Oppdatert i går kl. 10:15

“Jeg overspiser fordi jeg ikke klarer å forholde meg til følelser.

Å føle seg utstøtt og ensom er en sterk driver inn i alle typer spiseforstyrrelser, skriver kronikkforfatteren.
FOTO: AXEL MUNTHE-KAAS HÆRLAND



Mari-Mette Graff,
Leder for Landsforeningen for Overvekt

Hennes vei til 150 kilo startet inne i klesskapet på rommet der hun gjemte seg og spiste fyrstekake for å døyve smerten hun følte.
– Smerten kom i kjølvannet av å bli mobbet på barneskolen, og jeg klarte ikke å regulere følelsene på annen måte, forteller hun.

Fredrikshavn Blad

Adresseavisen

NYHETSSTUDIO

NYHETER

SPORT

KULTUR

DEBATT

UKEADRESSA

Innlagt i tre år med anoreksi

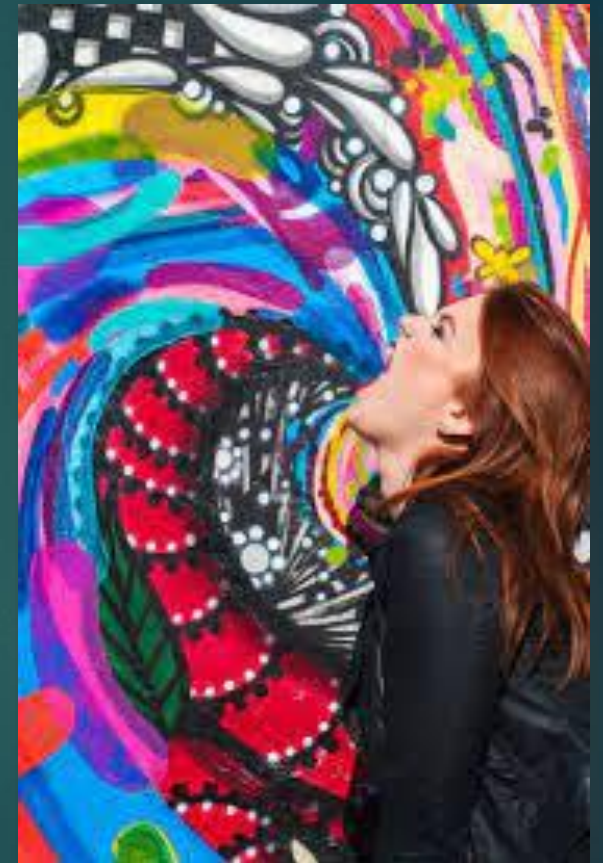
Ingeborg Senneset (32) fra Trondheim var nær ved å dø av spiseforstyrrelse men trente i smug og løy om vekta som psykiatrisk pasient.



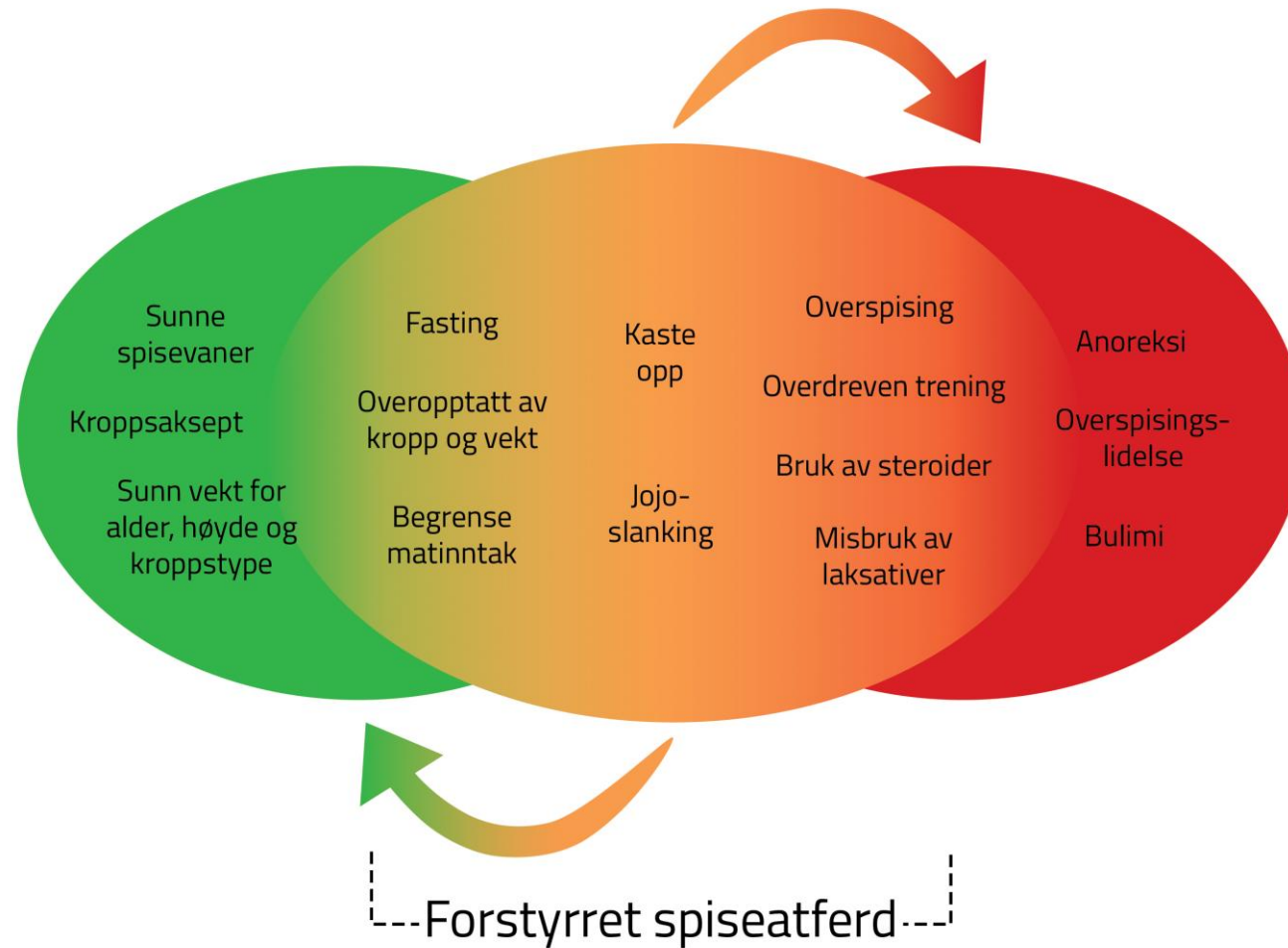
Sårbar jente

– Hvorfor begynte du med denne formen for selvskading?

– Det var en kombinasjon av ting som skjedde i barndomsårene, en serie uheldige omstendigheter og min sårbarhet. Det som utløste akkurat de symptomene jeg fikk, var at jeg leste ei barne- og ungdomsbok da jeg var åtte, ni år. Hovedpersonen var ei jente som hadde spiseforstyrrelser. Jeg hadde behovet for selvskading og kontroll før jeg leste boka, men lesingen ga de konkrete tipsene. Jeg kunne med andre ord endt opp i en annen type selvskading eller rus.



Spiseforstyrrelser kontinuum



Spiseforstyrrelser, diagnoser

Anorexia Nervosa



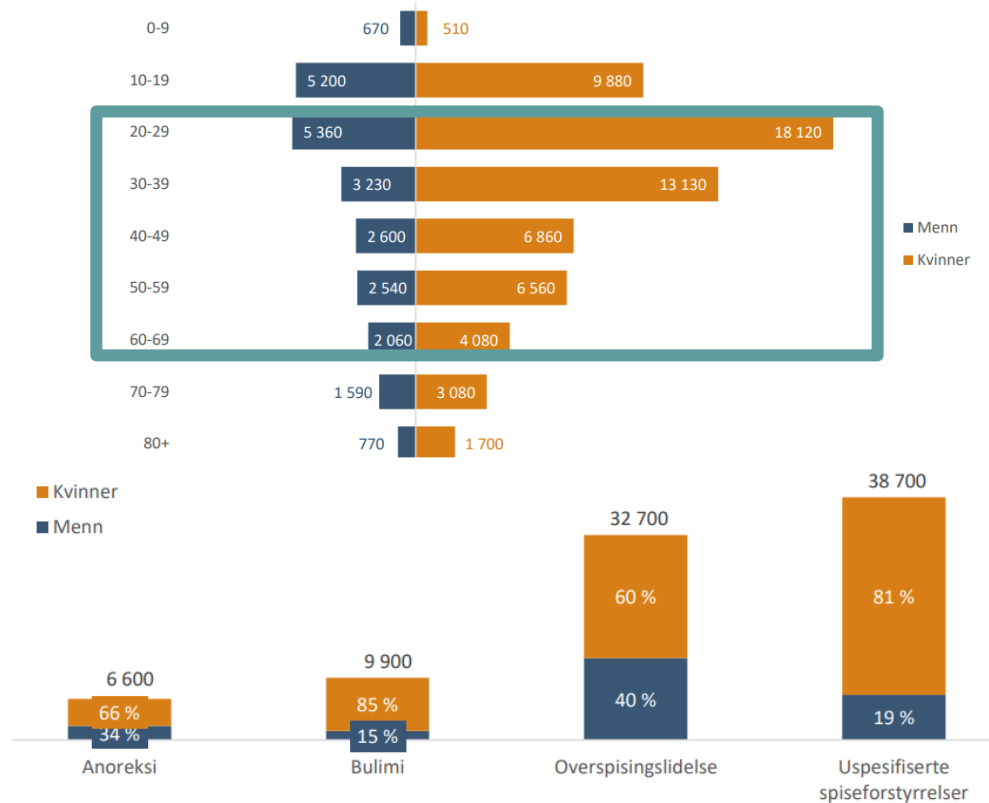
Bulimia Nervosa



Overspisingslidelse



Figur 1-1: Forekomst av spiseforstyrrelser i Norge basert på 2021-befolkningstall. Kilde: Streatfeild mfl. (2021), SSB og Menon



Ikke bare ungdom,
Ikke bare kvinner
Ikke bare anorexia

Når ingen vet

Alder: 36 år i snitt

Lidelsesvarighet: 11 år i snitt

* Mindre enn $\frac{1}{4}$ får tilbud om behandling *



Mia Holtet Aalmen

Allmennlegers erfaringer med spiseforstyrrelser

MED-3950 Masteroppgave i Medisin/kull 2013

Profesjonsstudiet i medisin

Det helsevitenskaplige fakultet,

Universitetet i Tromsø - Norges arktiske universitet

Konklusjon: Studien viser at allmennleger har lite erfaring med pasienter med spiseforstyrrelser. Det er behov for å styrke allmennlegers kompetanse i å identifisere pasienter med spiseforstyrrelser, da det kan tenkes at det vil øke andelen pasienter som kommer i behandling.

EN NORSKE LEGEFORENING

Tidsskriftet

FAGOMRÅDER

UTGAVER

PODKAST

FORFATTERVEILEDNING

MEDISIN OG VITENSKAP

Spiseforstyrrelser i allmennpraksis

TEMA: SPISEFORSTYRRELSE

Sigrid Bjørnelv Om forfatteren

Tidlig diagnostikk og behandling av spiseforstyrrelser er viktig for prognosen og vil også redusere belastningen for pasient og familie. Samtidig viser befolkningsstudier at bare halvparten av pasientene blir identifisert i primærhelsetjenesten. Kompetanseheving blant allmennpraktikere innenfor dette feltet blir derfor svært viktig.

Monica Stokken (52) har undervist om spiseforstyrrelser. En dag innså læreren at hun selv hadde en ukjent overspisingslidelse.

I flere år har Monica Stokken slitt med overvekt. Men selv om hun hadde all nødvendig kunnskap om ernæring og trening, klarte hun ikke å gå ned i vekt.



Den skamfulle spiseforstyrrelsen

Når mat blir medisin mot vonde følelser, utvikler noen en overspisingslidelse.



10.0 – 15.0% kvinner 0.7 – 2.2% menn

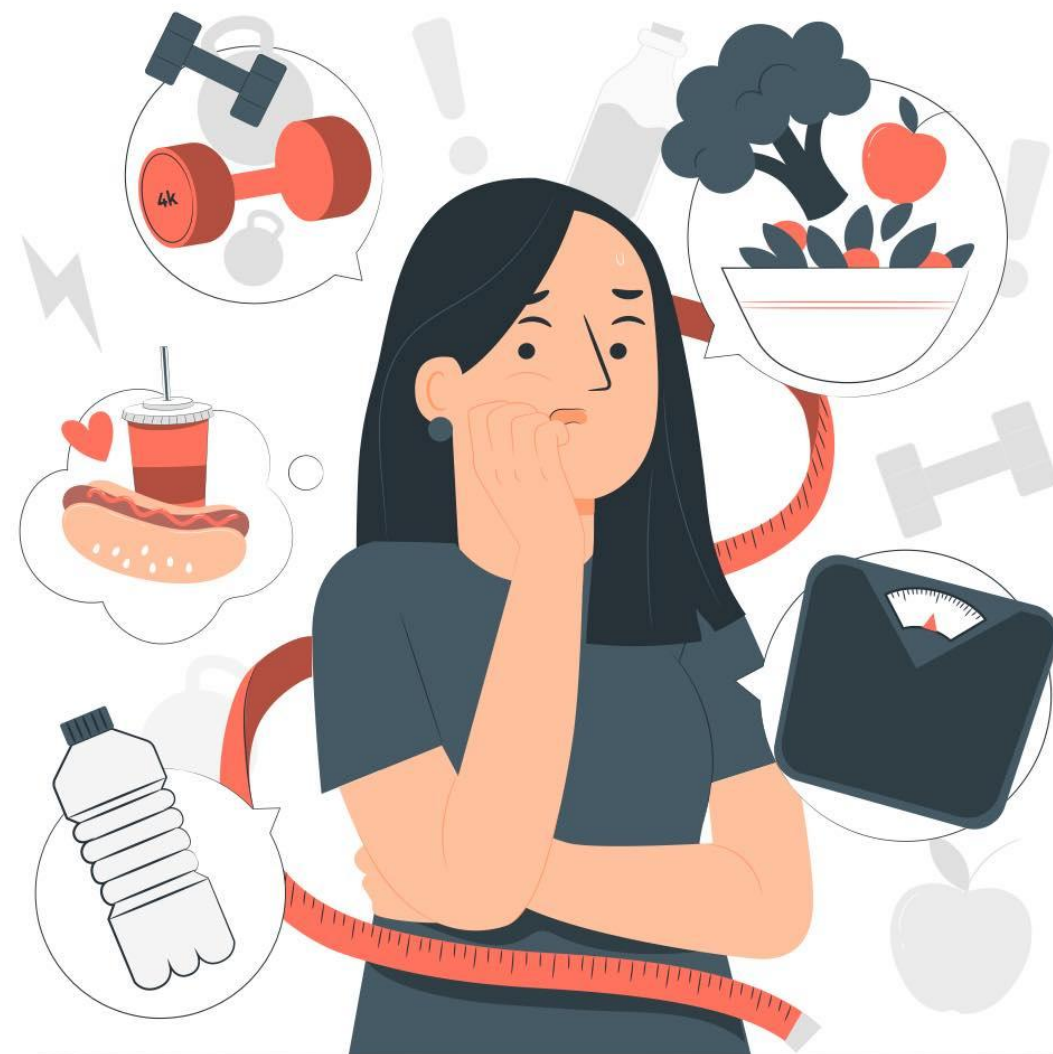
6000 UK kvinner midt i livet (40-50 årene):

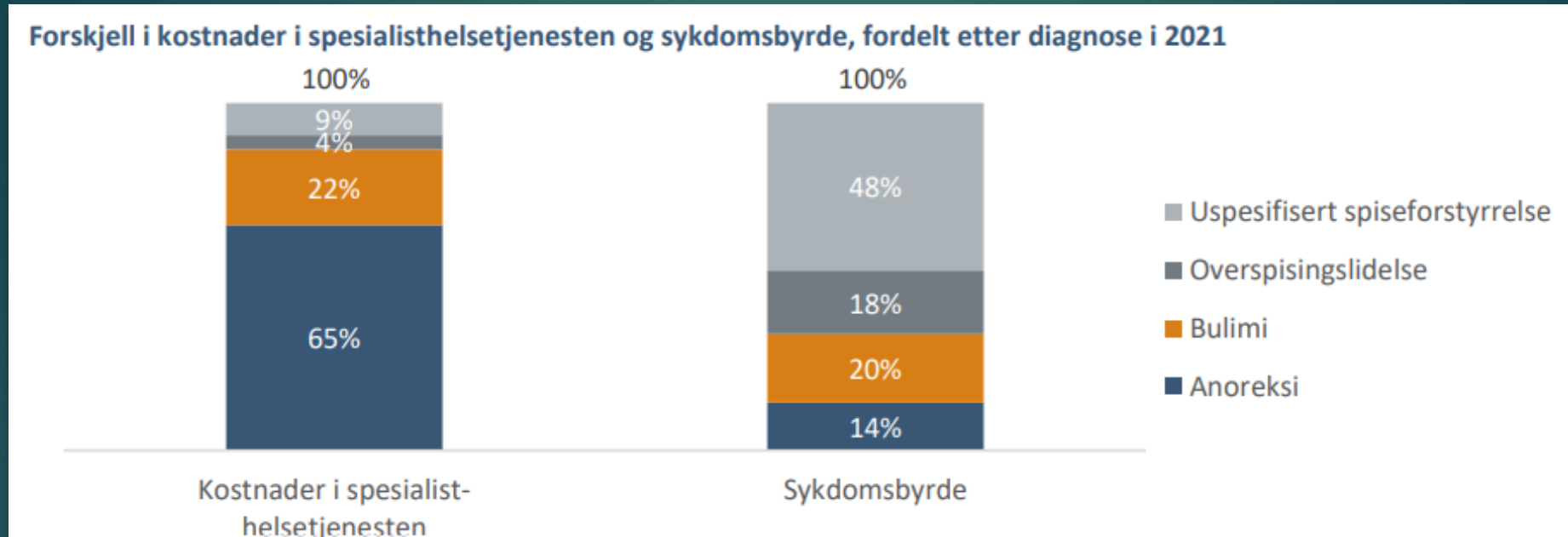
15,3% i livstids-prevalens

3,6% i 12 måneders prevalens

- BED hyppigst
- 42% var nyoppstått SPF
- 27% har fått/søkt behandling

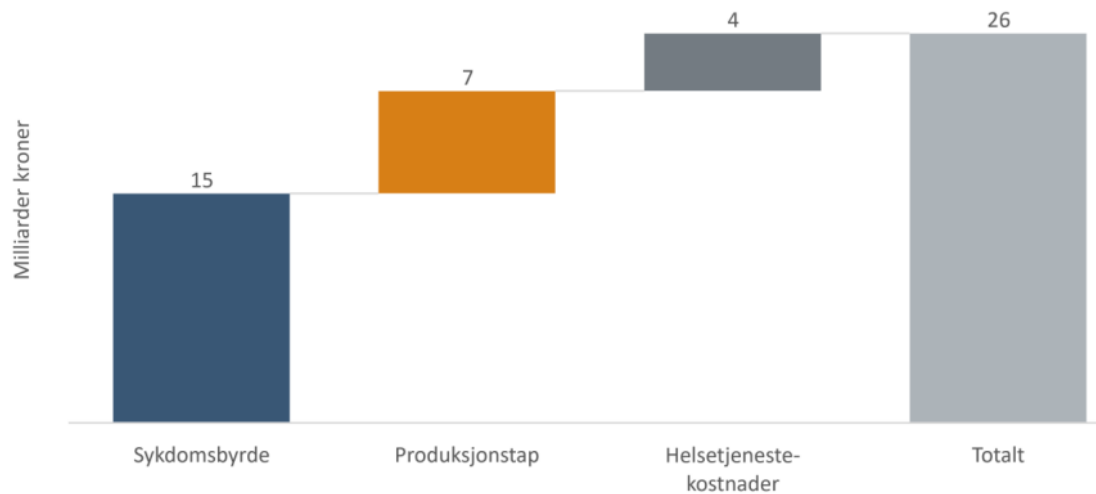
*Skilsmisse, overgrep, omsorgssvikt,
ekstern kontroll oppfatning*



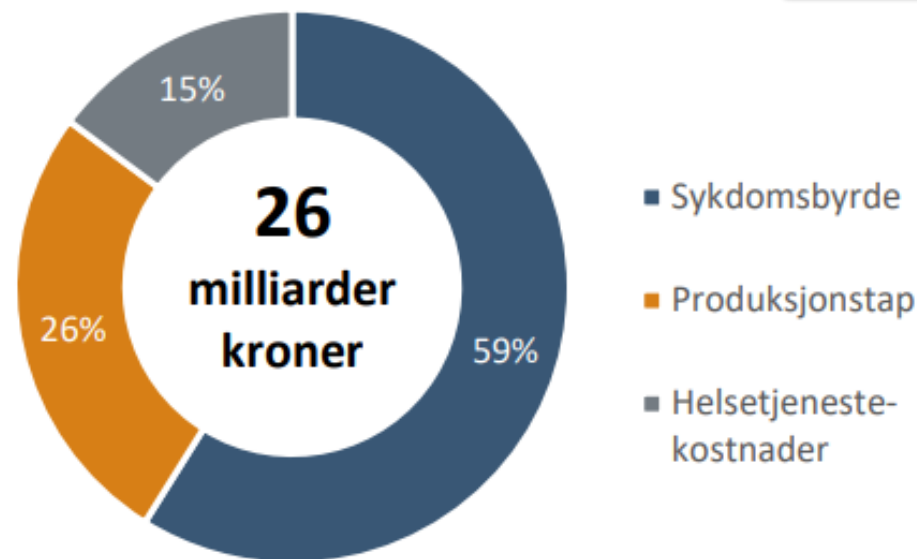


Samfunnskostnader *versus* sykdomsbyrde

Figur 2-1: Samlede samfunnskostnader fra spiseforstyrrelser i milliarder kroner, 2021. Kilde: Menon

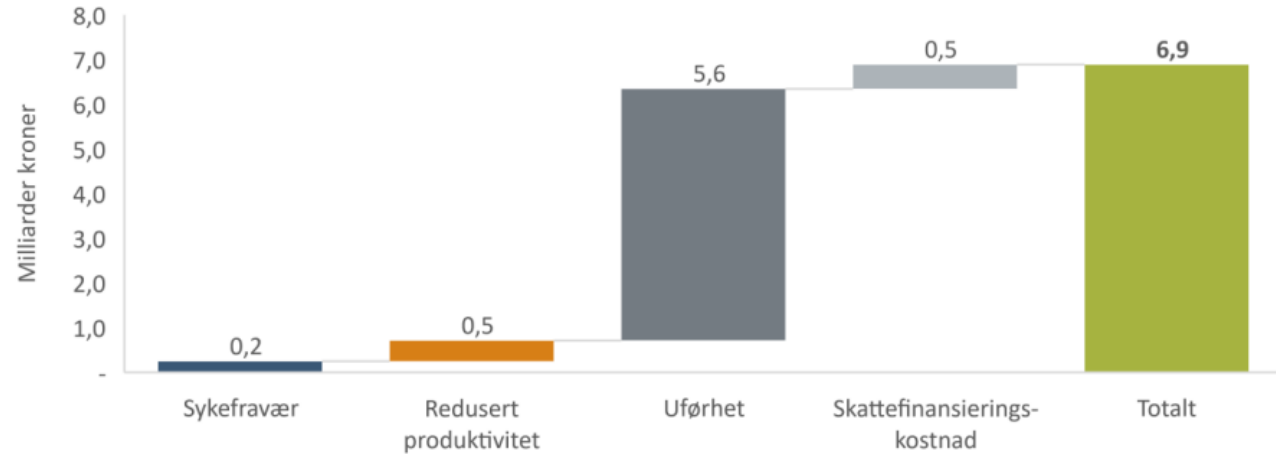


Estimerte samfunnskostnader knyttet til spiseforstyrrelser i Norge i 2021



Kostnader *

Figur 2-6: Totalt produksjonstap knyttet til spiseforstyrrelser fordelt på sykefravær, redusert produktivitet, uførhet og skattefinansieringskostnad. Kilde: Menon

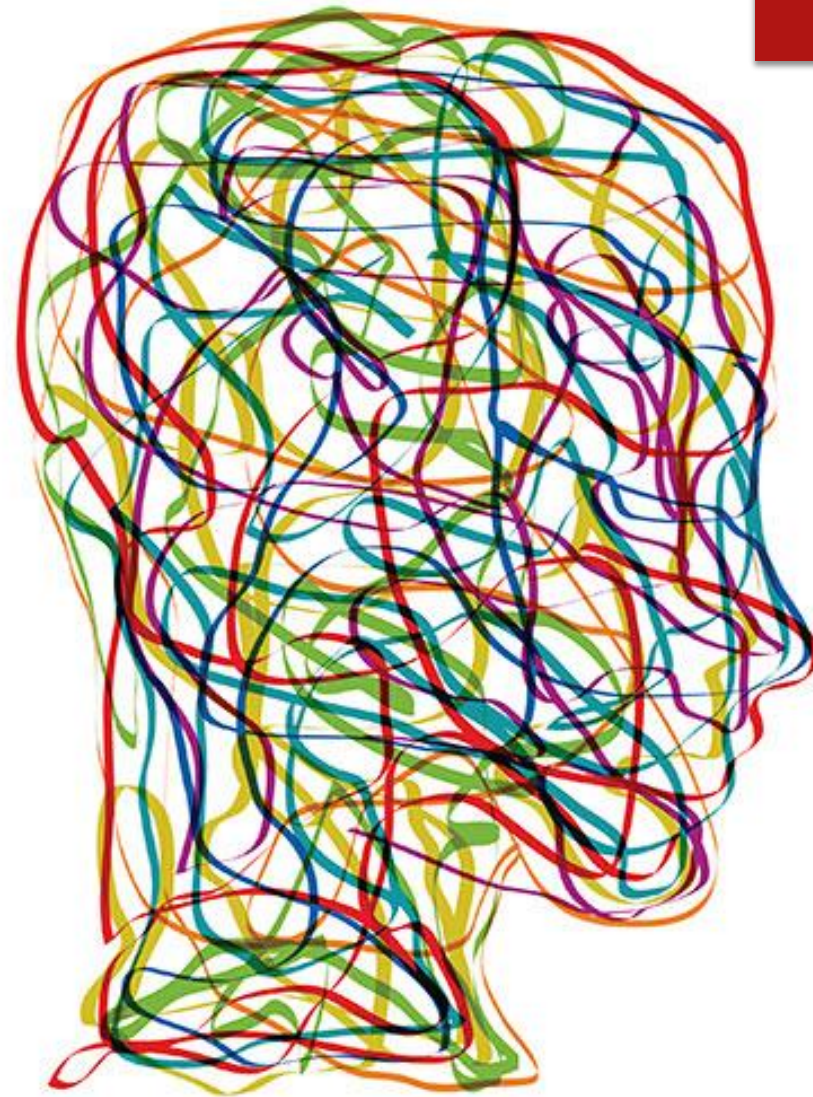


Produksjonstap

6.9
milliarder

Økt behov for helsehjelp

- ▶ Depresjon
- ▶ Angst
- ▶ Tvangstanker/handlinger
- ▶ Rus/alkoholmisbruk
- ▶ Hjerte- og karlidelser
- ▶ Metabolsk syndrom
- ▶ Type-2 diabetes







Bedrifts-
helsetjeneste

– Mer enn å trekke konklusjoner basert på det synlige, kan han invitere pasienten til dialog om det usynlige, altså tanker, følelser og atferd som kan ha medvirket til overvekt/fedme, sier hun

Mari-Mette Graff

Leder i landsforeningen for overvekt

– I stedet for å bli møtt med en moraliserende pekefinger, trenger vi med overspisingslidelse og blir møtt av en åpen favn. En åpen favn som inviterer til trygghet, refleksjon og økt selvinnsikt, slik at vi står tryggere i oss selv og hevder våre behov i våre relasjoner, mener diakonen.

Det går under navnet People Need People (PNP).

Behandlingen legger ikke vekt på vekta, men på de underliggende årsakene til overspising.

Så banebrytende er miljøet på Distriktpsikiatrisk senter (DPS) i trønderkommunen Stjørdal at Trine blir kontakta av kolleger fra hele verden.

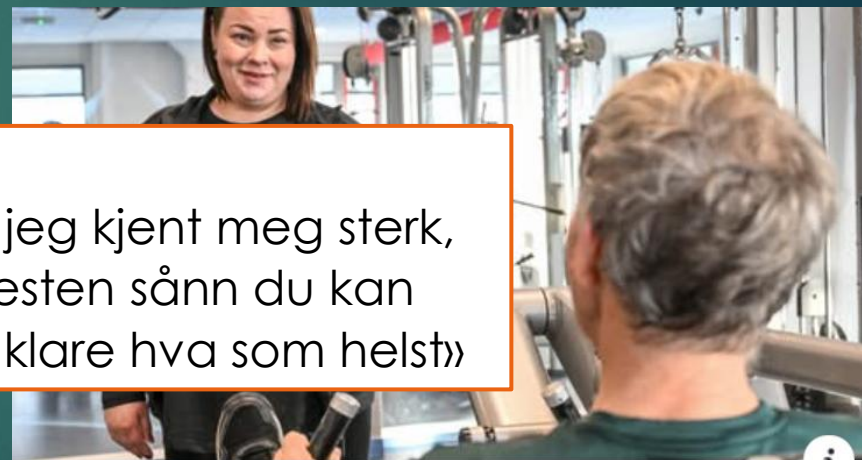
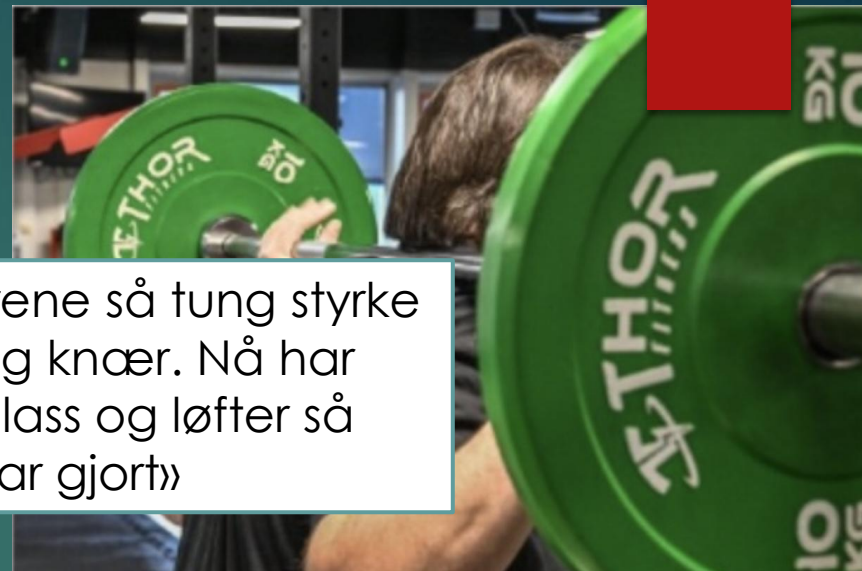


Physical Exercise & Dietary therapy, PED-t

- Behandling for bulimi og overspisingslidelse
- Gruppebasert
- 16 uker
- 1 terapi-økt i uka

«Jeg har ikke turt å trene så tung styrke pga vondter i rygg og knær. Nå har jeg ikke smerter en plass og løfter så tungt som jeg aldri har gjort»

«Jeg har kjent meg sterk. Både mentalt og fysisk har jeg kjent meg sterk, og jeg tenkte at det er nesten sånn du kan klare hva som helst»



F-B.NO

Sandra (34) fikk et nytt liv med nytt behandlingskonsept

Sandra Hurrød (34) var overvektig som ung og har alltid følt på ska...



Høgskolen i Østfold



Therese.F.Mathisen@hiof.no

www.TFMathisen.no

 **@TFMathisen**

