

## 7 摂食障害 ～食を通した訴えとは～

### (1) 摂食障害とは

いわゆる **拒食症**（神経性無食欲症・思春期やせ症）と **過食症**（神経性大食症）を併せて摂食障害と呼びます。摂食障害は、単なるダイエットのし過ぎや食べ過ぎではありません。思春期から30歳前後の女性にみられ、近年増加しています。これまで、拒食症と過食症は別のものと考えられていましたが、両者は密接に関連していて、一方から他方に移りやすいことがわかってきています。①病気でもないのに目立ってやせてくる、②3ヶ月以上無月経が続く、③体重へのこだわりが見られる、④体重の大きな変動がみられる（4～5kg以上）、⑤下剤ややせ薬を乱用することがある、⑥無気力・気分の落ち込みが見られる（過食症の場合）、などの状態が現れます。

摂食障害になると、拒食の極限状態→過食の極限状態→嘔吐の悪循環を繰り返す場合があります。心と体のバランスが崩れ、命が危険な状態になるのにもかかわらず、やせているという自覚がなく、もっとやせたいと願うようになります。食を通して、怒りや屈辱感、それに絶望感といった激しい感情を忘れようとしています。摂食障害は、幼いころの家族との関係も反映していて、まさに、愛情に飢えた心を満たそうとしているのです。進行すれば**死につながる危険性**もあります。

### (2) 発見とリファーを念頭においた対応

摂食障害の根底にある心理的な問題は複雑なものがあります。学校では、担任はもとより、養護教諭のリーダーシップのもと、**複数の眼で対応していくことが重要**です。生徒の精神的SOSのサインを見落とさないためにも、毎朝の健康観察時の顔色、昼食時の様子、体育時の見学等に気を配って観察していくことが大切です。

摂食障害であることがわかった場合には、直ちにカウンセリングを行っていくとともに、**親や家族を含めた生活環境全体の調整**を図りながら、心も体もみてる**専門医や専門の相談機関**へのリファー（委託、紹介）を念頭に置くことが必要です。

