

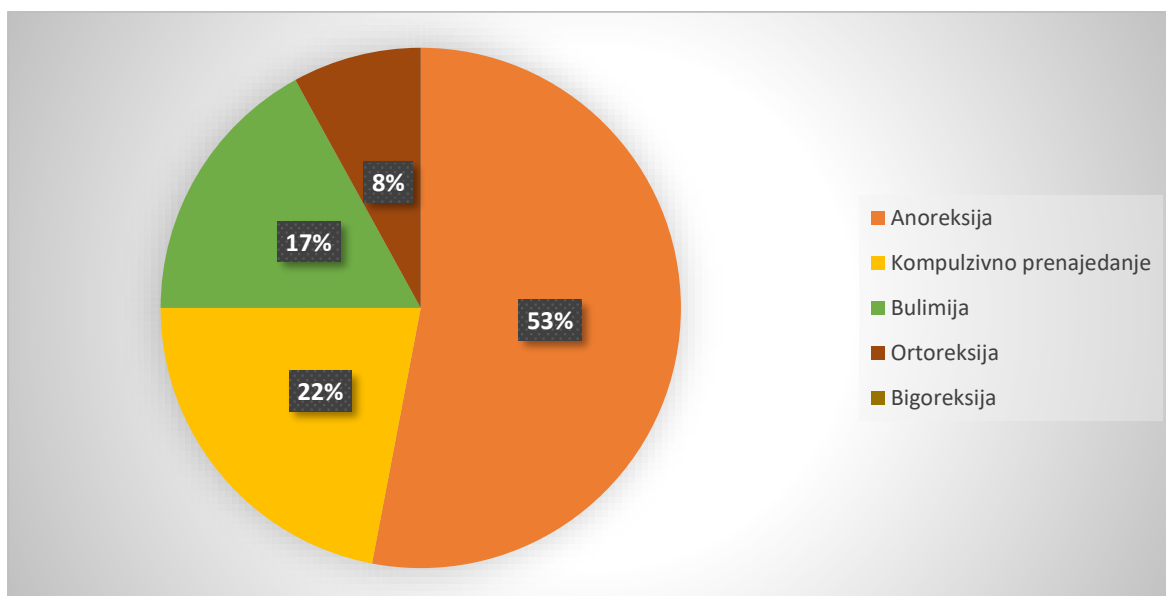
TEDEN OZAVEŠČANJA O MOTNJAH HRANJENJA

Analiza anketnega vprašalnika

Neža Jurančič, Ana Kukanja (2. a gimnazija)

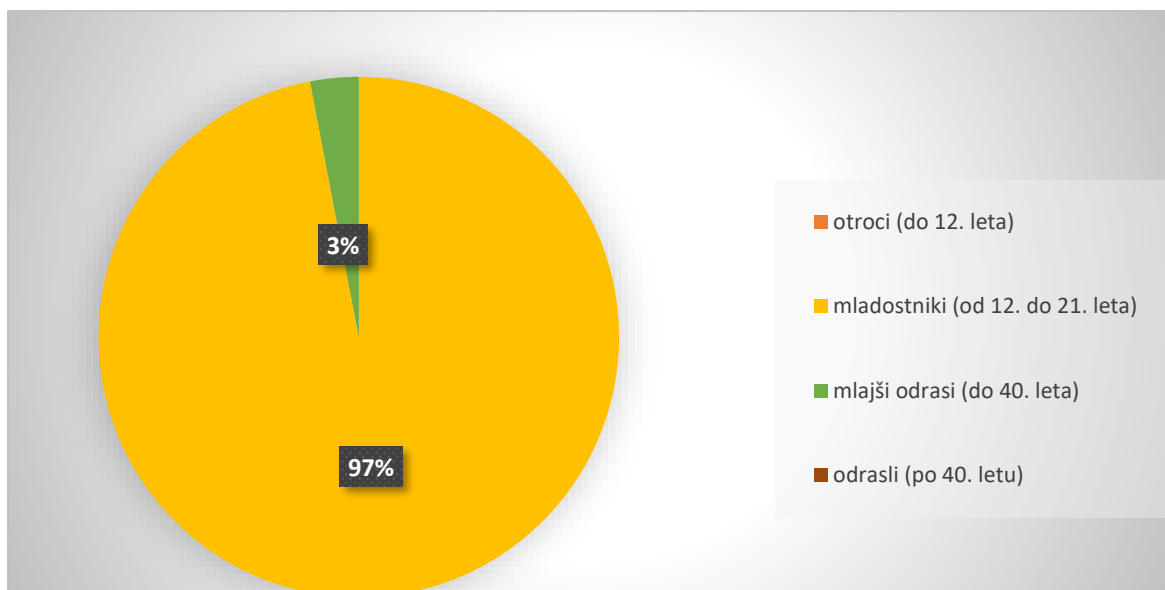
Dijakinji Ana Kukanja in Neža Jurančič, sva pri ITS družboslovje preučevali motnje hranjenja. Želeli sva izvedeti, koliko so o tej temi ozaveščeni najini vrstniki in sva zato naredili anketo. Poskušali sva zajeti čim več zornih kotov te teme, da bi lahko vrstnike še bolj informirali na oddaji šolskega radija. Anketo sestavlja 8 vprašanj na katere je odgovorilo 36 dijakov 2. gimnazije. Rezultate te ankete si lahko ogledate spodaj.

1. Katera od spodaj navedenih motenj hranjenja je po vašem najpogostejša?



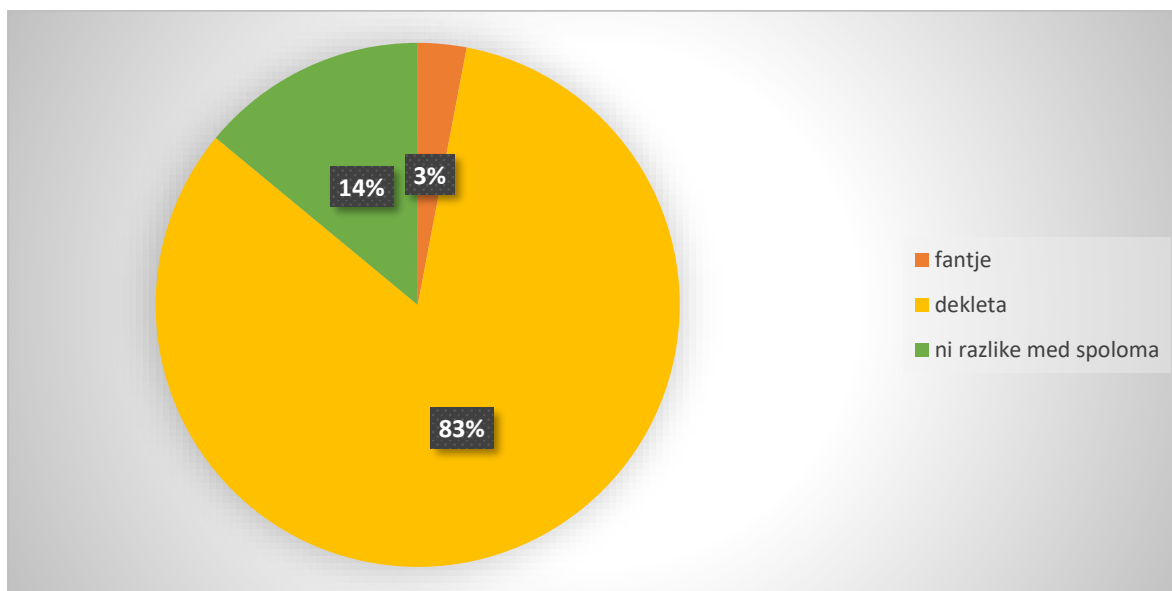
Večina dijakov meni, da je najpogostejša motnja hranjenja anoreksija. Dejansko pa se z anoreksijo sreča 0,5 do 1 % populacije. Bistveno pogostejši sta bulimija in kompulzivno prenajedanje, obe motnji se pojavljata pri 3 in 5 % populacije, njuna pogostost pa narašča. Po nekaterih podatkih je kompulzivno prenajedanje značilno za 70-80 % ljudi s čezmerno telesno maso.

2. Katera starostna skupina najpogosteje doživlja motnje hranjenja?



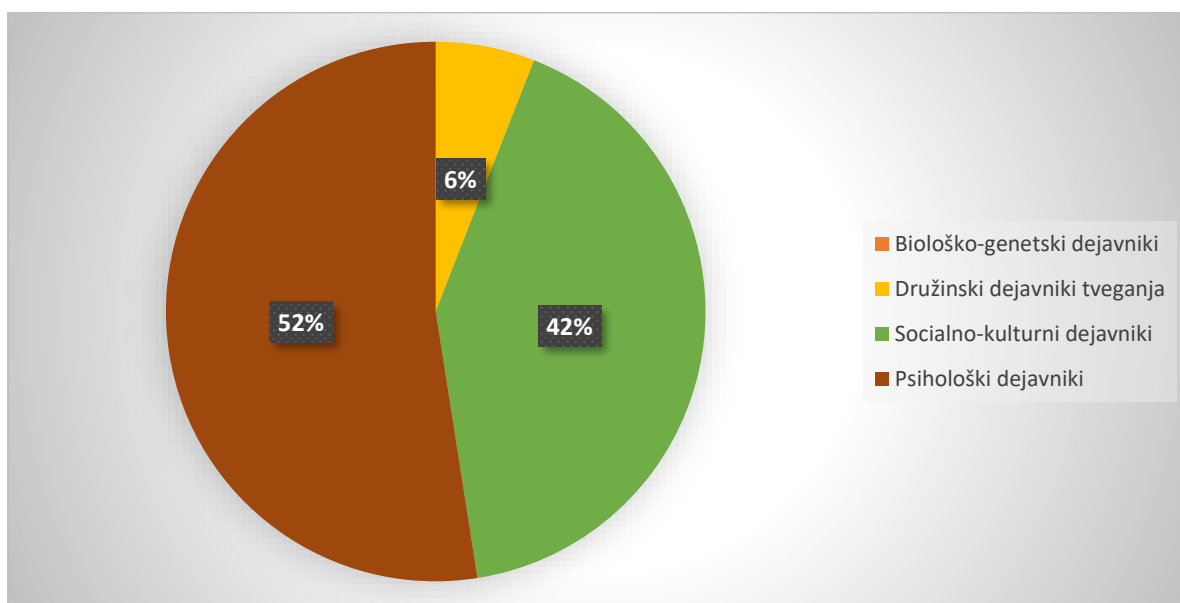
Velika večina dijakov meni, da so motnje hranjenja najpogostejše pri mladostnikih med 12. in 21. letom. Ta trditev je delno pravila, saj se anoreksija in bulimija v večini pojavljata pri mladostnikih. Izjema pa je kompulzivno prenažjedanje, ki se večinoma pojavlja pri mlajših odraslih med 30. in 40. letom.

3. Kdo je po vašem bolj dovzeten za motenj hranjenja?



Večina dijakov meni, da so za motnje hranjenja bolj dovzeta dekleta. To je v večina primerih pravilno, saj so za anoreksijo (90 %), bulimijo (70 %) in ortoreksijo veliko bolj dovzeta dekleta. Tudi tukaj pa imamo izjeme, saj pri kompulzivnem prenažjedanju razlike med spoloma skoraj ni, za bigoreksijo pa so bolj dovzetni fantje.

4. Kateri je po vašem najpogostejši dejavnik tveganja, ki lahko privede do motenj hranjenja?



Večina dijakov meni, da so najpogostejši dejavnik tveganja psihološki dejavniki. Res je, da imajo psihološki dejavniki zelo veliko vlogo pri motnjah hranjenja, a pride najpogosteje do kombinacije več dejavnikov. Zaradi tega je zelo težko dodeliti, kateri dejavnik je najpogostejši. Pomembno pa je, da izpostavimo biološko-genetske in družinske dejavnike, ki jih ni izbral skoraj nihče, a imajo prav tako veliko vlogo.

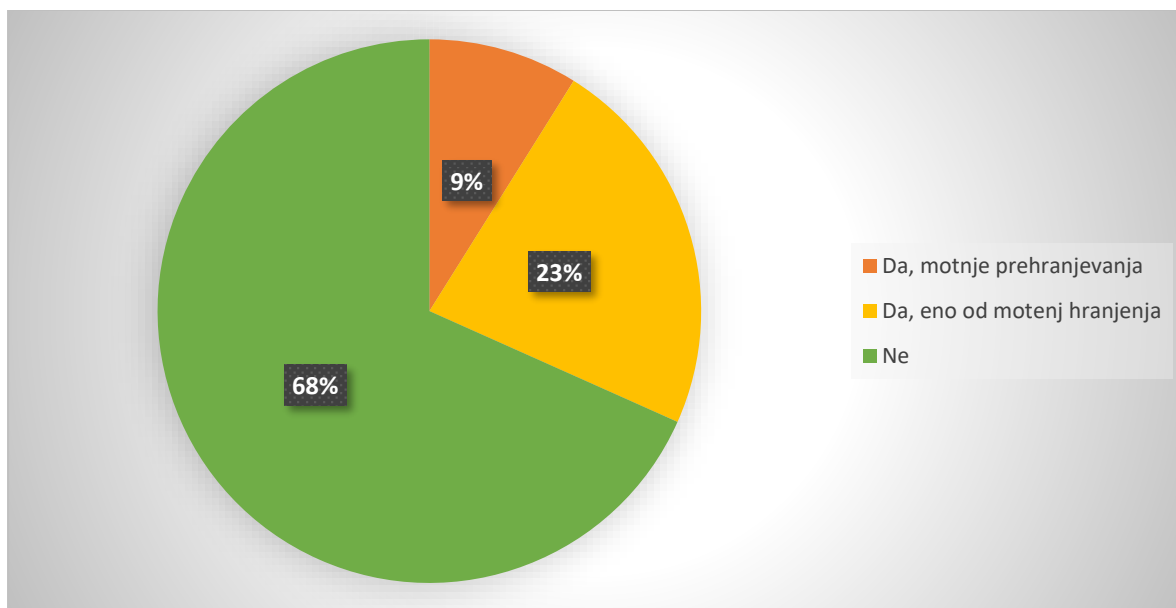
5. Ocenite strinjanje s trditvami na lestvici z ocenami od ena do pet (ocena 1 pomeni nikakor se ne strinjam, ocena 5 pa popolnoma se strinjam).

Trditev	Povprečna vrednost
a) Motnje hranjenja so duševne motnje, pri katerih hrana postane središče človekovih misli, bojev in slabe vesti.	4,2
b) Motnje hranjenja imajo med vsemi duševnimi motnjami najvišjo stopnjo umrljivosti, ki še narašča, najbolj za anoreksijo nervozo.	3,4
c) Z visokim tveganjem za nastanek motenj hranjenja so povezani tudi nekateri športi, npr. tek in tek na smučeh, smučarski skoki, prosto plezanje, gimnastika.	2,9
d) Motnje hranjenja so pogosto povezane z drugimi duševnimi motnjami, npr. z anksioznostjo, z depresijo...	4,4
e) Družba z ideali telesne lepote močno vpliva na razvoj motenj hranjenja.	4,7
f) Socialna omrežja pogosto povečajo nezadovoljstvo z lastnim telesom in podkrepijo idejo zaželenega izgleda.	4,6
g) Motnje hranjenja so vedno vidne navzven. Prepoznamo jih npr. po tem, kako suha je oseba.	1,9

Odgovori dijakov, prikazani v tabeli zgoraj, se ujemajo s strokovnimi spoznanji. Res je, da so ideali telesne lepote v določeni družbi ter mediji in družbena omrežja eden od dejavnikov, ki vplivajo na razvoj motenj hranjenja. A res je tudi, da je stopnja umrljivosti med vsemi duševnimi motnjami pri anoreksiji najvišja, in da so z visokim tveganjem za nastanek motenj hranjenja povezani nekateri športi, s čemer so se dijaki strnjali le delno.

Le trditev, da so motnje hranjenje vedno vidne navzven, je mit, npr. bulimija je lahko zelo prikrita motnja. Osebe z bulimija imajo lahko normalno ali povišano telesno težo, še bolj pa to velja za kompulzivno prenažjedanje.

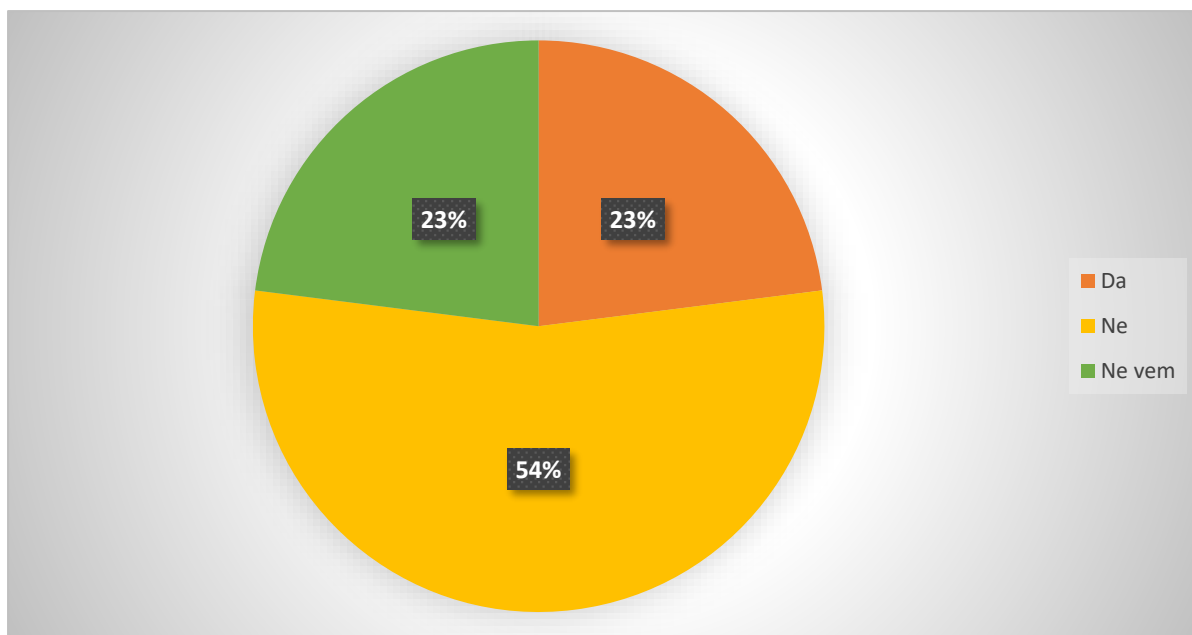
6. Ste kdaj sami izkusili motnje hranjenja ali prehranjevanja?



Motnje prehranjevanja niso isto kot motnje hranjenja. Med motnje prehranjevanja sodijo neustrezne prehranjevalne navade, npr. neredno hranjenje, pogosta nihanja telesne teže zaradi različnih diet, uživanje le določene hrane ... Motnje prehranjevanja se lahko razvijejo v motnje hranjenja.

Čeprav so motnje prehranjevanja veliko pogostejše, je v anketnem vprašalniku 9 % dijakov odgovorilo, da so že izkusili motnje prehranjevanja, kar 23 % dijakov pa, da so že izkusili eno od motenj hranjenja.

7. Ali se je kdo izmed vaših bližnjih že spopadal z motnjami hranjenja?



Dijaki so izrazili, da se večino njihovih bližnjih z motnjami hranjenja še ni spopadalo. Enako število dijakov pa je izrazilo, da so se njihovih bližnjih z motnjami hranjenja že spopadali ali pa, da tega podatka ne vejo. Pri tem lahko opazimo, da so motnje hranjen bolj pogoste, kot si predstavljamo. Hkrati lahko opazimo, da kar nekaj dijakov tega preprosto ne ve, saj se o tej temi z bližnjimi morda redko pogovarjajo in zato ne morajo zagotovo vedeti.

8. Ocenite strinjanje s trditvami na lestvici z ocenami od ena do pet (ocena 1 pomeni nikakor se ne strinjam, ocena 5 pa popolnoma se strinjam).

Trditev	Povprečna vrednost
a) O dani temi se nerad/-a pogovarjam.	2,1
b) O motnjah hranjenja bi se morali pogosteje pogovarjati.	4,5
c) O motnjah hranjenja imam dovolj informacij.	2,8

Večina dijakov je izrazila, da jim pogovor o motnjah hranjenja ne predstavlja večjega nelagodja. Glede informiranosti je bila večina dijakov neopredeljena, velika večina pa meni, da bi se morali o temi več pogovarjati. To nam kaže, da je dodaten pogovor vedno zaželen, saj je tema še vedno nekoliko občutljiva in bi o njej lahko bili bolj informirani.