

## مقدمة في مرض اضطرابات الأكل (الجزء الثالث) الإفراط في الأكل

وفقاً للجمعية الوطنية لإضطرابات الأكل يعتبر الإفراط في الأكل مرض من أمراض اضطرابات الأكل ويشخص بالإفراط المتكرر في الأكل من غير اللجوء الى إستخدام وسائل التخلص من نتائج الأكل المفرط. إن المصابين بهذا المرض يأكلون كميات كبيرة من الطعام في فترة زمنية قصيرة بالرغم من عدم شعورهم بالجوع. وليس لديهم القدرة على ضبط النفس، فيتناولون الطعام في الخفاء بسبب شعورهم بالخجل والإشمئزاز من تصرفهم.

### أعراض وعلامات المرض

المصابون بمرض الإفراط بالأكل هم من ذوي الوزن الطبيعي أو الوزن المرتفع أو السمنة المرضية. وعند نوبات النهام يتناولون كميات أكبر من الطعام وبسرعة أكبر من الوجبات العادية. ويتبعون الحمية الغذائية في كثير من الأوقات دون أن ينقص وزنهم. ويخفون عبوات الأغذية الفارغة ويشعرون بالإكتئاب والتوتر ويخزنون الطعام وكثيراً ما يأكلون لوحدهم.

### العواقب الصحية

يرتبط مرض الإفراط بالأكل عادةً مع السمنة المرضية ولكن هناك عواقب صحية أخرى مثل إرتفاع ضغط الدم وإرتفاع مستوى الكوليستيرول في الدم والإرهاق وألم المفاصل والإصابة بداء السكري من النوع الثاني وأمراض المرارة والقلب.

