

## 食事療法を始めると・・・

### 1. 食事再開時に見られる身体症状

#### 1)浮腫：

治療前に下剤を使用していたり、嘔吐の習慣があったり、脱水状態にあった方は、規則的な食事を開始すると浮腫が出現するため、急激な体重増加が起こります。通常は規則的な食事を続けていけば浮腫がとれてまた体重は減少し、数週間で安定します。しかし、下剤乱用、嘔吐などで低カリウム血症が続いていた方は、偽性バーター症候群というホルモン異常を起こしていることがあります。その場合、下剤・嘔吐をやめて食事を開始すると著しい浮腫が出現します。その状態は通常は6週間以内に改善するとされており、その程度の期間は浮腫の苦痛・不安に耐える必要があります。そこで不安に負けて下剤・嘔吐に戻ってしまうと、そのサイクルからは抜けられません。

#### 2)心不全：

急激な水分摂取などによって起こることがあります。しかし、経口摂取、経管栄養を医学的管理下で行う場合には、そのようなことはまず起こりません。

#### 3)肝機能障害：

低栄養でも肝障害が起きますが、食事再開時にも起こることがあります。それが医学的に大きな問題になることはありません。

#### 4)急性胃拡張：

急激な食事摂取や、上腸間膜動脈症候群\*がある場合に不用意な経管栄養によって起こります。\*極度のやせで内臓脂肪ないため、上腸間脈と大動脈の間で十二指腸横行部が圧迫されることで胃からの排泄障害が起こる。治療は体重(体脂肪)を増やすこと。

#### 5)頭髪脱毛：

低栄養時にも見られるが、食事再開したころから目立つこともある。身体的に改善すれば治まる。

#### 6)急性膵炎：

食事再開膵炎の影響で軽度イレウスを来すこともあります。

### 2. 食事療法を始めた後の行動上の問題

入院前には精神的に追いつめられていたり、身体的に苦しかったりするので、治療動機

がはっきりしています。しかし、食事療法や点滴などを始めて、身体的苦痛がとれ、環境ストレスからも一時解放されると、カロリーや体重恐怖が再び強くなってくるものです。ましてや、体重が急激に増加すると、ひどく心が動揺するものです。本当の治療はここから始まるのです。この時点で、治療を受け入れる気持ちが無くなった場合には、無理には治療を継続しません。再度、話し合い治療動機が確認されたら治療を続行します。

その他、入院治療後に起こりうる問題をあげておきます。

#### 1) 家族と離れることへの不安

入院前は、家族に対して圧迫感を感じていても、離れるとさみしさ、心細さに絶えられなくなる場合があります。入院生活の軌道に乗れば、その気持ちは軽減していくものなので、その気持ちをかくさず治療スタッフに伝え、共に乗り切ることが望ましいですが、やむなく退院となる場合もあります。家族と離れることは耐えられないが、退院することも不安である場合には、一時外泊するなど話し合いの上工夫することになります。

#### 2) 入院の集団生活に耐えられない

本疾患の方は、一般に対人関係に過敏な方が多いです。気を遣いすぎることによって精神的にまいってしまい、自分の課題に集中できなくなる場合があります。本人の希望があり、病院の事情が許せば個室での治療となります。最終的には対人関係の距離の取り方も改善することが、疾患からの回復のためにも重要です。

#### 3) 行動制限に耐えられない

低体重の方は、体重がある程度回復するまでは行動が制限されます。自由が奪われている苦痛や、食べたカロリーがそのまま身についてしまうという不安で病院生活が耐えられなくなる場合があります。そういう場合には何のために入院治療しているかを思い出す必要があります。入院治療を続ける以上、決められた行動制限は絶対に守らなくてはなりません。それが守れない場合には、危険な体重でなければ通院治療となり、危険な体重の場合には行動制限が厳しくできる病院へ転院する必要があります。

#### 4) 間食禁止に耐えられない

入院治療の目的は、規則的な食生活を取り戻すことです。それが分かっている治療を始めても、発作的に間食衝動が起こることがあります。院内の自販機でも間食を購入できてしまうので、そこに近づかないようにした方が良いでしょう。思わずしてしまった場合には、隠さずスタッフに相談してください。隠すことで罪悪感を持ったり、心の中で間違った正当化をしてしまうと、入院治療に支障をきたします。間食というより過食衝動が強い場合にも、

隠さず相談してください。そういう方は外来治療の方が適当である場合もあります。