



## Tisková zpráva 1. LF UK

Praha, 31. 5. 2019

### U poruch příjmu potravy už není čas otálet

Čtvrtý ročník Světového dne poruch příjmu potravy (World Eating Disorders Action Day – WEDAD) připadá na neděli 2. června 2019. Celosvětová akce na podporu prevence, léčby a celospolečenského povědomí o poruchách příjmu potravy letos podtrhuje nutnost aktivního přístupu odborníků i laiků k těm, kteří některou z forem onemocnění trpí, ať už jde o anorexii, ortorexii (posedlost zdravou stravou), bulimii, bigorexii (extrémní zaujetí vlastní svalovou hmotou) nebo přejídání.

Podtitulem letošního ročníku je „nenechte lidi s poruchou příjmu potravy čekat“. Všichni, kteří podporují zlepšení péče o poruchy příjmu potravy, jsou vyzýváni, aby v tento den nosili nachovou (purple) barvu. Fotku s hashtagem #ShowUsYourPurple lze zveřejnit na Instagramu. Do kampaně se v ČR zapojila 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v čele s vedoucí lékařkou Centra pro poruchy příjmu potravy při Psychiatrické klinice 1. LF UK a VFN v Praze prof. MUDr. Hanou Papežovou, CSc., akci také podpořila Gabriela Koukalová, která o svém onemocnění otevřeně mluví. Kampaň na Instagramu najdete zde: <https://www.instagram.com/p/ByHzAysiUj4/?igshid=1sub76ob5h7xl>.

Světový den poruch příjmu potravy podporují také Sekce pro poruchy příjmu potravy Psychiatrické společnosti ČLS JEP či Institut pro studium, prevenci a léčbu poruch příjmu potravy a komorbidních poruch (E-clinic). „Celoročně organizujeme odborné konference, workshopy pro širší veřejnost, rozšiřujeme profesionální povědomí a informovanost zdravotnických poskytovatelů péče o standardech léčby i překážkách v jejich včasné implementaci u nás i ve světě,“ říká prof. Hana Papežová. Jak vysvětluje, školení pro přední zdravotnické poskytovatele by mělo zdravotníky naučit, jak rozpoznat časné příznaky těchto závažných onemocnění a stanovit individuálně vhodný postup další léčby.

Odborníci na poruchy příjmu potravy také zvyšují povědomí široké veřejnosti o onemocnění, snaží se o odstraňování strachu ze stigmatizace a boření mýtů spojených s jídlem. Jedním z nejčastějších mýtů o jídle, a zároveň velký nesmysl, je například mýtus večerního hladovění. Večer je naopak vhodné se lehce najíst, a to především kombinací bílkovin (maso, vejce, sýry, jogurty...) a zeleniny, protože pak se u mnoha jedinců zvyšuje kvalita spánku a celkové regenerace. Tělo si dokáže s energií velmi dobře poradit, pokud mu člověk nepřipravuje příliš mnoho zátěžových zkoušek. Pokud se hodně najíme jednou za čas, třeba na oslavě nebo velké večeři, vůbec nic se neděje, se všim se tělo vyrovná. Více vyvrácených mýtů naleznete například zde: <http://www.healthyandfree.cz/index.php/ppp/myty-a-predsudky>.

Protože věk dětí s poruchami příjmu potravy klesá, zaměřují odborníci prevenci již na děti na základních školách. „Existují také preventivní programy (např. [www.zipyhokamaradi.cz](http://www.zipyhokamaradi.cz)), zaměřené na děti a adolescenty směřující ke zdravějšímu zvládnutí stresových situací. Snižuje se tak riziko rizikového chování, mezi které patří i porucha jídelního chování,“ dodává prof. Papežová.



## 9 pravd o poruchách příjmu potravy

Pravda #1: Mnoho lidí s poruchou příjmu potravy může vypadat dobře i přes extrémně vážné onemocnění.

Pravda #2: Rodiny za onemocnění nenesou vinu, mohou být nejlepším spojencem pacientů i zdravotníků.

Pravda #3: Diagnóza poruchy příjmu potravy je zdravotní krizí, která poškozují osobní i rodinné vztahy a fungování.

Pravda #4: Poruchy příjmu potravy nejsou výsledkem volby, ale představují vážnou biologicky ovlivněnou nemoc.

Pravda #5: Poruchy příjmu potravy postihují v současnosti lidi všech věků, etnicit, tělesných tvarů a hmotnosti, sexuálních orientací a socioekonomických úrovní.

Pravda #6: U poruch příjmu potravy narůstá riziko sebevražd i zdravotní komplikace.

Pravda #7: Geny a prostředí hrají důležité role v rozvoji poruch příjmu potravy.

Pravda #8: Geny samotné však neodhalí, kdo poruchou příjmu potravy onemocní.

Pravda #9: Úplné uzdravení je možné, včasné rozpoznání a intervence jsou velmi důležité.

Prof. Papežová dodává pravdu #10: „Nespokojenost s vlastním tělem souvisí často s nespokojeností se sebou, nízkým sebevědomím i porušeným vnímáním vlastního těla spojeným s prožívaným stresem a rizikem pro vznik poruchy příjmu potravy.“

Zdroj: <http://www.healthandfree.cz/index.php/ppp/9-1-pravda-o-ppp>

### Zahraniční výukové programy:

- MindEd program vypracovaný National Health Service v Anglii: <https://www.e-lfh.org.uk/programmes/adolescent-health/>
- Australian Eating Disorders Collaboration v Austrálii: <https://www.nedc.com.au/>

### *O 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy*

*1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy je největší z českých lékařských fakult – navštěvuje ji přes 4500 studentů. Základními studijními programy jsou všeobecné a zubní lékařství, kromě nich nabízí fakulta studium dalších zdravotnických oborů, specializační a celoživotní vzdělávání a řadu doktorských programů. Každoročně absoluuje 1. LF UK více než 300 nových lékařů.*



1. LÉKAŘSKÁ  
FAKULTA  
Univerzita Karlova



*Fakulta je zároveň nejproduktivnější institucí v biomedicinském a klinickém výzkumu. Vědecká práce, pregraduální a postgraduální výuka se koná na 75 teoretických ústavech a klinických pracovištích společných se Všeobecnou fakultní nemocnicí, Fakultní nemocnicí v Motole, Ústřední vojenskou nemocnicí, Thomayerovou nemocnicí, Nemocnicí Na Bulovce i v dalších mezioborových centrech.*

*1. LF UK se rovněž podílí na projektu BIOCEV – evropském vědeckém centru excelence v oborech biotechnologie a biomedicíny – a projektu Kampus Albertov, zaměřeném na rozvoj excelentních vědeckých a výukových aktivit Univerzity Karlovy v oblasti přírodních a lékařských věd.*

### ***O Všeobecné fakultní nemocnici v Praze***

*Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) představuje významné zdravotnické zařízení, patří mezi největší nemocnice v ČR. Všeobecná fakultní nemocnice v Praze poskytuje základní, specializovanou a zvláště specializovanou léčebnou, ošetrovatelskou, ambulantní a diagnostickou péči dětem i dospělým ve všech základních oborech. Zajišťuje také komplexní lékárenskou péči, včetně technologicky náročných příprav cytostatik nebo sterilních léčivých přípravků.*

*Kromě poskytování zdravotní péče je VFN hlavní výukovou základnou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a současně jedním z nejvýznamnějších vědeckých pracovišť v oblasti léčebných a diagnostických metod v České republice. Nemocnice má nejdelší tradici akademické medicíny v ČR a od svého založení do současnosti je největším výzkumným medicínským pracovištěm v ČR.*

Petra Klusáková, DiS.  
Oddělení komunikace 1. LF UK  
[petra.klusakova@lf1.cuni.cz](mailto:petra.klusakova@lf1.cuni.cz)  
tel. 224 964 406  
mob.773 205 725

Kontakt na tiskovou mluvčí ÚVN:

Mgr. Jitka Zinke  
Vedoucí Odboru komunikace a propagace  
Tel.: +420 973 203 554  
e-mail: [jitka.zinke@uvn.cz](mailto:jitka.zinke@uvn.cz)