

Anorexie mentale

Introduction

L'anorexie mentale est un trouble de l'alimentation qui affecte principalement les jeunes femmes. Les personnes souffrant d'anorexie ont une peur intense de prendre du poids et de perdre contrôle de la forme de leur corps.

Le manque de nutrition adéquate peut entraîner des problèmes de santé physique et mentale, si bien que l'anorexie doit être traitée dès que possible.

L'anorexie mentale commence souvent entre les âges de 15 et de 25 ans, mais peut atteindre des enfants dès l'âge de 10 ans et les personnes plus âgées. Bien que 90 % des personnes atteintes d'anorexie soient des femmes, l'anorexie peut aussi affecter les hommes.

Il est difficile d'estimer à quel point l'anorexie mentale est répandue mais, d'après les recherches, 1 % des jeunes filles (de 15 à 25 ans) en sont atteintes.

Symptômes

Le symptôme physique principal de l'anorexie est la perte de poids due à une ingestion insuffisante d'aliments. Les enfants atteints d'anorexie peuvent quand même prendre du poids, mais à une vitesse inférieure à celle des enfants de leur âge.

Les autres symptômes sont les douleurs d'estomac, la constipation ou la diarrhée; les évanouissements et les vertiges; la sécheresse, la rugosité et la décoloration de la peau; les cheveux devenant fins, cassants et la chute des cheveux; les problèmes de dents dus à l'acide de l'estomac rongant l'émail des dents suite à des vomissements répétés; l'insomnie et la fatigue.

Les femmes souffrant d'anorexie ont souvent une interruption des règles. Chez les enfants et les adolescents, l'anorexie peut retarder la puberté et entraîner des problèmes de développement physique.

L'anorexie peut causer des changements de personnalité et de comportement. Une personne atteinte d'anorexie peut éprouver une peur intense de prendre du poids et avoir une perception déformée de son propre corps: un poids sain et normal peut les rendre tendues et paniquées.

Elles peuvent devenir déprimées, introverties ou agitées; éprouver de brusques changements d'humeur; perdre intérêt à leurs activités normales; faire trop d'exercice; commencer à se faire vomir en secret ou prendre des laxatifs; utiliser des coupe-faim ou des diurétiques.

Causes

La cause exacte de l'anorexie mentale est inconnue. C'est une situation complexe probablement due à un mélange de facteurs biologiques et sociaux: pression de la société d'être mince afin d'être attirante sexuellement, histoire familiale (génétique), type de personnalité et relations familiales.

D'après les recherches, le stress, des expériences difficiles et la confusion due à la maturation sexuelle peuvent aussi être des facteurs déclenchant de l'anorexie.

Diagnostic

Une personne atteinte d'anorexie a un poids généralement au moins 15 % inférieur au poids qu'elle devrait avoir pour sa taille et son âge.

Le diagnostic consiste à évaluer les facteurs psychologiques et physiques. Il peut nécessiter l'évaluation de l'attitude par rapport au poids, aux aliments, aux régimes et à l'image de soi.

Il peut être difficile de diagnostiquer l'anorexie mentale, car la plupart des personnes qui en sont atteintes refusent d'admettre qu'elles sont malades. Généralement, c'est un membre de la famille qui les emmène consulter. D'autre part, l'anorexie n'atteint pas tous les individus avec la même gravité. Une personne anorexique peut consulter son médecin en raison de symptômes tels que l'interruption des règles, une douleur abdominale, des ballonnements ou de la constipation.

Traitement

L'anorexie est une maladie grave et complexe, qui nécessite généralement des soins médicaux spécialisés.

Le traitement se fait généralement à l'hôpital en consultation externe. Le but est d'augmenter le poids corporel, de reprendre des habitudes alimentaires saines et de résoudre les fausses croyances sur les aliments, le poids et l'image de soi. Des soins psychologiques tels que la thérapie comportementale cognitive seront généralement proposés. Des centres d'appels spécialisés dans les troubles alimentaires proposent soutien et conseils.

Parfois, une personne anorexique peut devenir tellement faible qu'elle doit être admise à l'hôpital. Dans ce cas-là, l'hôpital gèrera son absorption d'aliments et de liquides.

D'autres maladies qui se produisent suite à l'anorexie mentale devront peut-être être traitées avec des médicaments. Dans certains cas, des antidépresseurs seront recommandés.

Complications

Les femmes souffrant d'anorexie peuvent avoir des difficultés à concevoir et ont plus de risques d'avoir des bébés prématurés ou d'un poids faible.

Les personnes sujettes à l'anorexie avant ou durant la puberté peuvent avoir des retards de changements physiques dus à la puberté ou des retards de croissance. Les personnes atteintes d'anorexie ont un risque accru d'ostéoporose (os fragiles) par la suite. En outre, l'anorexie peut diminuer la force des muscles (y compris des muscles cardiaques) ce qui augmente le risque de maladies cardio-vasculaires par la suite.

Service de traduction confidentiel

NHS Direct peut faire appel à des interprètes confidentiels, dans de nombreuses langues, quelques minutes après le début de votre appel.

Suivez notre guide simple en 3 étapes :

Étape 1 - Composez le numéro de NHS Direct – 0845 4647.

Étape 2 – Quand une personne répond, dites en anglais la langue que vous voulez utiliser. Attendez d'être mis en relation avec un interprète qui aidera NHS Direct à vous donner les informations et conseils médicaux dont vous avez besoin.

Étape 3 – Si vous préférez, vous pouvez demander à un ami ou à un parent d'appeler de votre part. Attendez qu'un interprète soit en ligne avant d'expliquer la raison de votre appel.