

Missbruk och ätstörning

Caroline Björck

Leg psykolog, forskningsledare

Innehåll

- Vad är ätstörning?
- Patienter med ätstörning som missbrukar och missbrukare som har symtom på ätstörning, vad är skillnaden?
- Bemötande och behandling

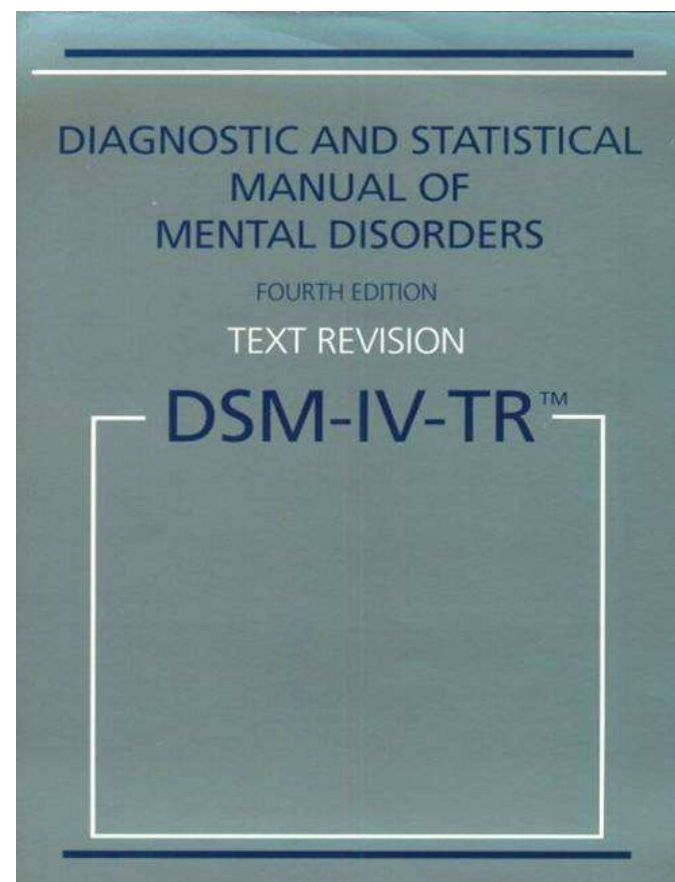


Vilka ätstörnings diagnoser finns?

1. Anorexia nervosa, AN (2 subtyper)
2. Bulimia nervosa, BN (2 subtyper)
3. Ätstörning utan närmare specifikation, UNS (6 subtyper)

(Hetsättningsstörning)

Obesitas (övervikt)





Anorexia nervosa

- Markant undervikt (vanligt gränsvärde är mindre än 85% av förväntad vikt) eller BMI under 18
- Intensiv rädsla för att gå upp i vikt eller bli tjock, trots undervikt.
- Störd kroppsupplevelse, självkänslan överdrivet beroende av kroppsvikt/-form, eller förnekar allvaret i den låga kroppsvikten.
- Amenorré hos kvinnor, d.v.s. minst tre på varandra följande menstruationer uteblir.



Bulimia nervosa

- Återkommande hetsätning, där personen (1) äter mycket stora mängder mat, och (2) saknar kontroll över ätandet.
- Återkommande kompensationsbeteende för att inte gå upp i vikt, t ex kräkningar, missbruk av laxermedel, fasta eller överdriven motion.
- Hetsätning och kompensationsbeteenden förekommer i genomsnitt minst 2 ggr/v under 3 mån
- Självkänslan överdrivet beroende av kroppsform/ -vikt.

Gemensamma kärnsymtom

- Störning i ätbeteendet
- Störning i upplevelsen av den egna kroppen
- Negativ självbild
- Viktfoxi



Hur vanliga är ätstörningar?

- **Anorexi**
 - 0,5 -1 % kvinnor
 - **Bulimi**
 - 1- 2 % kvinnor
 - **Ätstörningar UNS**
 - Sannolikt 3-4 gånger vanligare
- Män**
- Ca 10% av patienter med ätstörningar är män

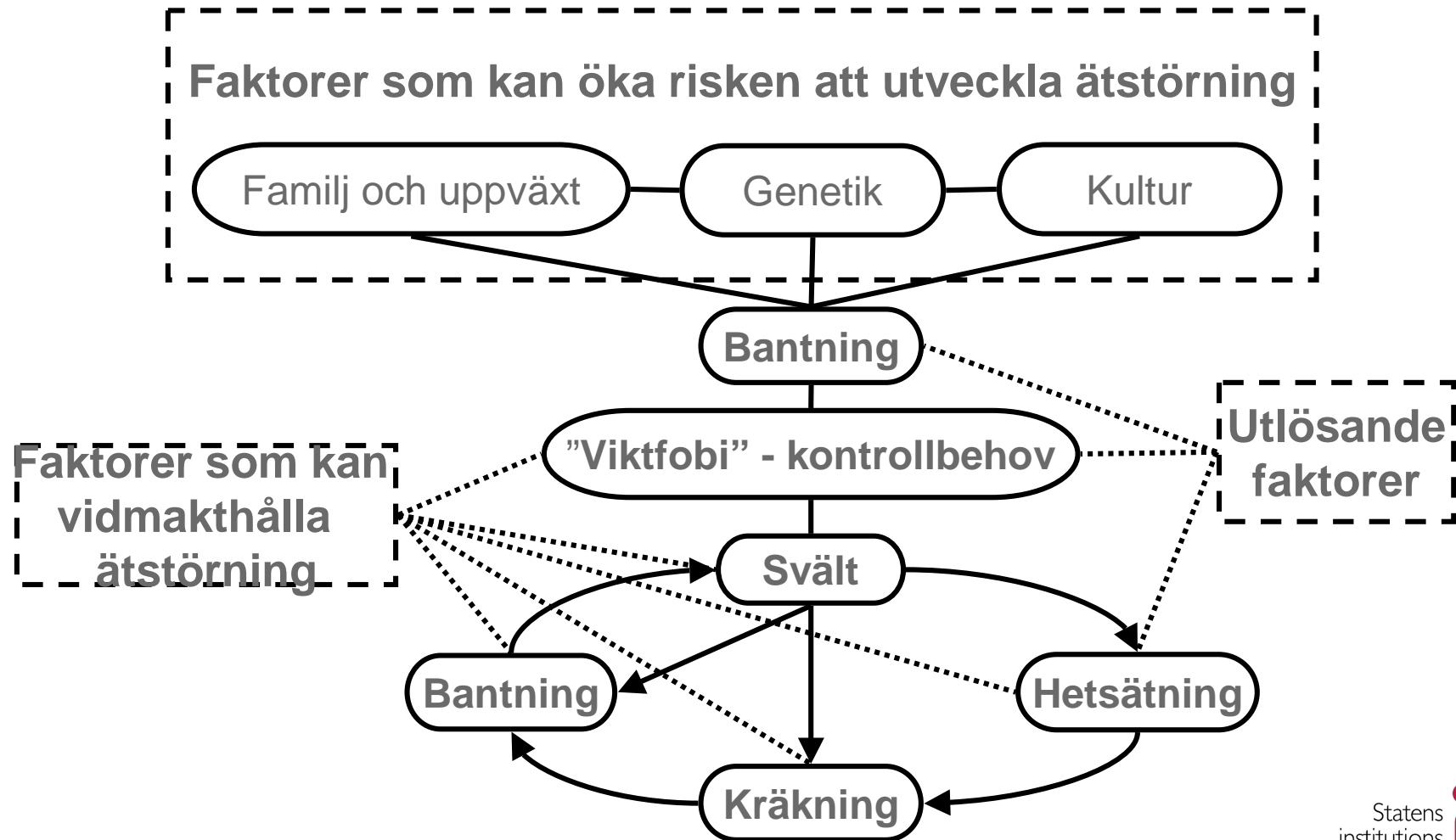


mellan 10-20% av kvinnor mellan 16-30 år rapporterar problem med ätstörningar

Hur utvecklas ätstörning?

Vilka orsaker finns till ätstörning?

Hur utvecklas ätstörning?



Missbruk bland patienter som vårdas för ätstörning och ätstörning bland missbrukare

Vilka skillnader och likheter finns?

Missbruk förekommer i mellan 20% och 50% av fallen (patienter med ätstörning)

- Högt samband mellan ätstörning och missbruk
- Många personlighetsdrag och upprätthållande mekanismer antas vara gemensamma
- Fokus bör vara på hantering av impulsivitet, stress, ångest negativa affekter i behandling snarare än konkreta symtom på ätstörning eller missbruk
- Viktigt att använda självskattning (AUDIT/DUDIT) för att kartlägga missbruk

(Från kliniska riktlinjer för behandling av ätstörning)

Aktuell kunskap och riktlinjer kring missbruk bland patienter med ätstörning

Skillnader

- Patienter som vårdas för ätstörning är oftast unga kvinnor
- Andelen studier som undersökt missbruk bland patienter med ätstörning är betydligt fler än studier som undersökt ätstörning bland missbrukare
- Kunskapsutveckling inom separata områden (ätstörning nära kopplat till psykologi och psykoterapi medan missbruk mer kopplat till neurofarmakologisk forskning)

Svagt kunskapsläge...

- I en aktuell kunskapsöversikt (2009) kring missbruk och ätstörning var 5 av 51 inkluderade studier genomförda på missbrukare
- Tendens att ätstörning rapporteras komma före missbruket (ofta studier med retrospektivt material)
- Uppskattningsvis kan upp till 35 % av personer med missbruk även lida av ätstörning

Självrapporterad ätstörning bland tvångsvårdade missbrukare

- Har du haft någon längre period då du haft
ätstörningar?

(Från DOK inskrivningsintervju)

31% av de kvinnliga klienterna och 17 % bland
männen uppger att de haft problem med
ätstörningar

Kliniska riktlinjer för ätstörning bland missbrukare

- Saknas helt

Likheter

- Sannolikt gemensamma upprätthållande mekanismer (ångest, impulsivitet) och bakomliggande faktorer (låg självkänsla)
- Allvarliga tillstånd (hög risk för somatiska komplikationer)
- Hög dödlighet (Ätstörning och missbruk har högst dödlighet bland psykiatriska tillstånd)

Behandling och bemötande

Generella behandlingsstrategier

- 1. Pedagogiskt stöd
 - Dialog om symtom och känslor
 - Information om hur kroppen fungerar och hanterar den mat som tillförs

- 2. Måltidsstöd/måltidsramar
 - Glöm inte mellanmålen! 3 per dag (yoghurt, flingor, smörgås)
 - Lagom med dryck (ca 6 glas om dagen)
 - Tydliga strukturer kring mat och ätande
 - Pedagogiska måltider (vara modell för patienten)

- 3. Motivation
 - Förändrat beteende
 - Hantera ambivalens (t ex. *vill bli frisk men samtidigt rädd för att gå upp i vikt*) kring att bryta mönster

(Från kliniska riktlinjer för behandling av ätstörning)

Vårdnivåer

			Specialiserad
			Ätstörningsvård
		BUP	Diagnosticera, behandla allvarliga ätstörningstillstånd
		Allm psyk	
	Primärvård	Upptäcka, diagnosticera Behandla, remittera	
	BUM		
Skolhälsovård	Upptäcka, diagnosticera Stödja		
Ungdomsmott	Lågintensivbehandling Somatiska kontroller		
Upptäcka, stödja, motivera Remittera	Remittera		

Vad kan missbruksvården göra?

- Utred ätstörningssymptom
- Utbilda personal
- Upprätta tydliga måltidsstrukturer
- Bistå med sjukdomsinformation – psykopedagogiska insatser
- Lyft in ätstörningsproblemen i motivationsarbetet kring missbruket
- Reglera träning och motion med hjälp av vårdplanen
- Uppmärksamma särskilt problem med affektreglering

Det handlar inte om maten...

Uppmärksamma
symptomen

Erbjud samtal och stöd

Förändrade matvanor –
en förutsättning för
framgångsrik behandling



Hilde Bruch

Enkelt test för att identifiera klinisk ätstörningsproblematik: SCOFF

- Gör du så att du kräks för att du känner dig obehagligt mätt?
- Oroar du dig för att du har förlorat kontrollen över hur mycket du äter?
- Har du nyligen gått ner mer än 6 kg inom loppet av 3 månader?
- Tycker du att du är fet även när andra säger att du är för smal?
- Skulle du säga att mat dominerar ditt liv?

Två eller fler ”Ja” svar:

- ”Om du har svarat ja på två frågor eller fler är det ganska troligt att du har problem med ätande, vikt och figur som är tillräckligt allvarliga för att du bör söka hjälp för att undersöka dina problem närmare. Det betyder inte säkert att du har en ätstörningsdiagnos, men det är troligt att du ligger i riskzonen. Det bästa vore om du fick prata med någon och få en ordentlig utredning”

Aktuell information om ätstörningar

Kunskapscentrum
för ätstörningar



www.atstorning.se

”Highlights”

1. Ätstörning är ett psykiatrisk sjukdomstillstånd. Det finns 5 (6) olika typer av ätstörningsdiagnoser varav ätstörning UNS är den vanligaste
1. Ätstörning omfattar två olika symtomdelar: dels beteenden och dels inre upplevelser t ex rädsla för att gå upp i vikt
1. Missbruk och ätstörning är två allvarliga tillstånd med hög dödlighet
4. Kunskapen är generellt mager kring ätstörning och missbruk och det finns mer studier kring missbruk bland patienter med ätstörning än tvärtom
5. Eftersom båda tillstånden har likartade bakomliggande mekanismer och upprätthållande faktorer är det viktigt att inte blunda för ätstörning bland missbrukare

Tack!