

تغذیه در اختلالات خوردن

مؤلفان:

دکتر رضا همایون‌نشر

(استاد ارشد تغذیه دانشگاه علوم پزشکی فسا)

دکتر بهرام احرام پوش

(کارشناس ارشد تغذیه دانشگاه علوم پزشکی فسا)

دکتر علیرضا خانی

(استادیار تغذیه دانشگاه علوم پزشکی مازندران)



کتابخانه ملی وزارت بهداشت و آموزش پزشکی

فصلنامه علمی-پژوهشی تغذیه و سلامت

۱۳۹۷

سرشناسه	همايونفر، رضا، ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور	تغذیه در اختلالات خوردن / رضا همايونفر، الهام احرامپوش، عليرضا قائمی؛ [به سفارش دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا، مرکز تحقیقات بیماریهای غیرواگیر].
مشخصات نشر	تهران: نشر بید، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	۱۲۴ ص.
شابک	۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۵۹۲ - ۱۱ - ۶
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبیا
یادداشت	کتابنامه.
یادداشت	نمایه.
موضوع	غذا خوردن -- اختلالات -- درمان
موضوع	Eating disorders -- Treatment
موضوع	تغذیه
موضوع	Nutrition
شناسه افزوده	احرام‌پوش، الهام، ۱۳۵۹ -
شناسه افزوده	قائمی، علیرضا، ۱۳۴۹ -
شناسه روده	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا. مرکز تحقیقات بیماریهای غیرواگیر
رده‌بندی دی‌وجی	۱۳۹۷ ر.ع/۵۵۲ RC
رده‌بندی دی‌وجی	۶۱۶/۸۵۲۶
شماره کتابشناسی	۵۵۷۷۷۷۷



انتشارات بید

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، کوچه مهدی زاده،

شماره ۲۷، واحد ۱۲

تلفن: ۰۹۰۲۴۸۶۸۹۵۶ - ۶۶۴۷۹۶۱۵ - ۶۶۴۳۵۶۳۷

تغذیه در اختلالات خوردن

مؤلفان: رضا همايونفر - الهام احرام‌پوش - عليرضا قائمی

• چاپ اول: ۱۳۹۷ • شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه • ناشر: بید

شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۵۹۲ - ۱۱ - ۶

قیمت: ۲۰,۰۰۰ تومان

تمامی حقوق این اثر محفوظ است.

فهرست

مقدمه.....	۹
فصل ۱ - طبقه بندی و شناسایی مشکل.....	۱۱
فصل ۲ - اپیدمی و شیوع مشکلات خوردن.....	۱۹
عوامل خطر اصلی.....	۲۲
منابع.....	۲۴
فصل ۳ - بیولوژی اشتها و کنترل آن.....	۲۷
انسولین.....	۳۱
فاکتورهای محیطی سیری.....	۳۲
کنترل هیپوتالاموسی.....	۳۳
فصل ۴ - اختلالات مربوط به اشتها و هموستاز وزن در مشک در خوردن.....	۳۹
اشتها در پراشتهای عصبی.....	۴۱
پیام های جانبی در پراشتهای عصبی.....	۴۱
کنترل مرکزی اشتها و وزن در پراشتهای عصبی.....	۴۲
اختلال اشتها در پراشتهای عصبی.....	۴۳
پیام های جانبی در پراشتهای عصبی.....	۴۳
کنترل مرکزی اشتها و وزن در پراشتهای عصبی.....	۴۴
رفتارهای سورچرانی و مشکل چاقی.....	۴۵
منابع.....	۴۶
فصل ۵ - درمان تغذیه ای.....	۵۵
نیازمندی های انرژی.....	۵۸

۵۹	ریزمغذیها
۶۱	برنامه‌های تکمیلی
۶۴	مدیریت مؤثر در استفاده از NTF
۶۵	پاسخ به بازتوانی‌های تغذیه‌ای
۶۶	مشاوره تغذیه و توصیه‌های کاربردی
۶۸	درمان تغذیه‌ای چاقی ناشی از اختلالات خوردن
۷۱	منابع
۷۷	فصل ۶ - فوبست: بانیشینی مواد غذایی
۸۹	فصل ۷ - دارودرمانی در اختلال عصبی
۹۲	ضد افسردگی‌ها
۹۲	فلوکستین
۹۳	بوپروپیون
۹۳	کاربرد، مقدار مصرف و عوارض ضداافردگی
۹۴	داروهای ضد روان‌پریشی نسل اول (FGA)
۹۴	داروهای ضد روان‌پریشی نسل دوم (SGA)
۹۵	اولانزاپین
۹۶	سایر داروهای خانواده ضد روان‌پریشی
۹۶	کاربرد و اثرات جانبی این دسته دارویی
۹۷	سایر داروها
۹۷	ترکیبات جدید
۹۸	پایبندی به درمان
۱۰۰	منابع
۱۰۵	فصل ۸ - دارودرمانی در پراشتهایی عصبی
۱۰۸	پیشینه درمان
۱۰۹	فلوکستین: استاندارد طلایی
۱۱۲	سایر راهبردهای درمان ضدافسردگی

۱۱۲	داروهای غیر از ضدافسردگی‌ها.....
۱۱۳	داروهای با مطالعات محدود.....
۱۱۳	توصیه نهایی.....
۱۱۵	منابع.....
۱۲۱	نمایه.....

مقدمه

در واقع اختلالات تغذیه‌یی جزئی از بیماری‌های روانی هستند. این مشکل زمانی برای فرد ایجاد می‌شود که تصورات غیرعادی یا انتظارات غیرمنطقی از خود و بدن خویش داشته باشد. چنین تصوراتی باعث ایجاد رفتارهای مخرب می‌شود و نتایج جسمانی و احساسی منفی در فرد بر جای می‌گذارند. افراد مبتلا به اختلالات تغذیه‌یی اغلب اوقات علایم بیماری خود را مخفی می‌کنند و به درمان علاقه‌یی نشان نمی‌دهند. اغلب اوقات افسردگی، اضطراب و سایر بیماری‌های روحی در افراد مبتلا به اختلالات تغذیه‌یی مشاهده می‌شوند.

اختلالات تغذیه‌یی باعث ایجاد وضعیت نامطلوب تغذیه‌یی شده که می‌تواند عوارض مرگباری را برای فرد ایجاد کند. یک متخصص یا مشاور تغذیه که بتواند به‌خوبی با بیمار مشاوره کرده و برای او برنامه‌ی غذایی سالم تنظیم کند، یکی از اجزای ضروری فرآیند درمان هریک از اختلالات تغذیه‌یی است.

در این کتاب برآن بوده‌ایم که آخرین یافته‌های مرتبط با اختلالات خوردن را گردآوری کرده و راهنمای مختصری برای متخصصان درمانی و متخصصین تغذیه فراهم آوریم تا حداقل کمک ناچیزی در راه مدیریت این اختلالات در حال افزایش بکنیم.

دکتر رضا همایونفر

الهام احرام‌پوش

دکتر علیرضا قائمی