摂食障害 1

若い女性に多くみられます
からだもこころも大きくゆれて
ときには命にかかわりこともあります

●どんな病気？

自分の体重や体型に、こだわりすぎていまい
うまく食べることができなくなってしまう病気
いわゆる拒食症と過食症にわけられます

●どんなことがおきるの？（症状）

□たべられない
（拒食）

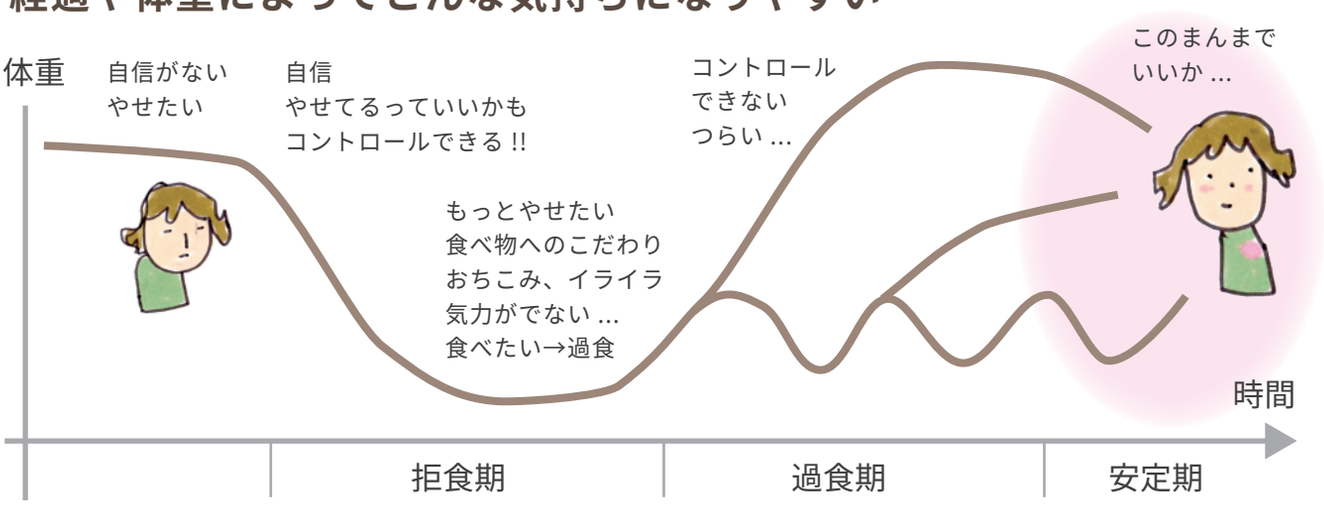
□むちゃ食い
（過食）

□はく
□下剤をつかう

□からだの症状

低栄養　脈↓血圧↓体温↓
月経（生理）がない
意識がぼんやりする
など

経過や体重によってこんな気持ちになりやすい



図：精神保健福祉士養成講座編集員会 (編)：精神保健福祉士養成講座 1- 精神医学 , 中央法規出版 ,2007 を改変
子ども情報ステーション by ぷるすあるは ＞子どもも大人もイラストで学ぶ『摂食障害』ver.1　kidsinfost.net

摂食障害 2

回復のカギは
「このままの自分でいいかな」
と思えるようになることです

●回復のサポートになることは？

○からだのケア

- からだのメンテ
- からだの休憩時間を作る
- 食事の工夫
  （食べられるものから、食べられる
  食べ方で、こわくない量を）

やせがとてもひどいときには、身体の治療を優先します。入院することもあります

○こころのケア

- 病気について知る
- できていることを見つける
- きもちを話せる場所や人を見つける
  自助グループや病院など

病気の症状と、本人とを、きりはなして考える

●まわりはどうしたらいいの？

本人のきもちをうけとめ心配していることを伝えます

ひとりでかかえこまずに。家族も自分の時間を！

●どれくらいの人がいるの？

治療を受けている人は　全国に２万６千人いる
という報告があります＊

このシートの全文、さらにくわしい
情報はウェブサイトで公開中

子ども情報ステーション
摂食障害　検索

＊厚生労働省の発表 ,2016