

# Krásné k smrti

Autor: Matěj Hušek

Uveřejnil: magazín Právo, 11.10.2003

Desítky, možná stovky dívek v České republice právě v tuto chvíli doslova bojují o život. K vyřešení jejich problému by přitom stačilo tak málo: sednout si ke stolu a normálně se najíst. Ony to ale nedokáží, jsou nemocné.

Laik by si mohl říct: chtějí jít s módou a být hubené. Stačí, když jim rodiče promluví do duše a bude všechno v pořádku. Ten problém je ale mnohem vážnější. Je doslova smrtelně vážný. "Ty dívky trpí vážnou duševní poruchou," říká psycholog Martin Hajný, který se bulimií a anorexií zabývá. Nemoc je o to vážnější, že na ní neexistuje univerzální lék a léčení je velice zdlouhavé a bez záruky. "Na vznik poruch příjmu potravy má vliv řada faktorů. Od módních vlivů až po vztahy v rodině," vysvětluje Hajný. Poruchy příjmu potravy jsou podle něj typické pro příslušníky středních a vyšších tříd ve vyspělých zemích. Všude tam, kde lidé přisuzují významnou roli módním trendům a mají čas se zabývat sami sebou. "Například v Africe nic podobného nenajdete," říká Hajný.

Nejohroženější jsou dívky kolem třinácti let. Ty snadno podléhají diktátu módy, která dnes podle odborníků zobrazuje ženské tělo nerealisticky. Ideál ženské krásy totiž v posledních letech extrémně zeštíhlé. "Varující na tomhle trendu je, že hned tři z finalistek letošní soutěže Miss (v roce 2003, poznámka Anabell) měly Body Mass Index, tedy váhový ukazatel, který získáme, když váhu vydělíme výškou v metrech na druhou, menší než 17,5. To už je pod hranicí anorexie!" říká vedoucí z Centra pro léčbu poruch příjmu potravy Všeobecné fakultní nemocnice v Praze Hana Papežová. Anorexií přitom podle lékařky onemocní asi jedno procento rizikové populace, do které patří mladí lidé, modelky, herečky, zpěvačky, tanečnice a specificky v České republice i zdravotní sestry.

Spouštěcím mechanismem onemocnění je zpravidla více faktorů. Kritická situace nastává ve chvíli, kdy se sejde několik událostí, které by samy jednotlivě u člověka poruchu nevyvolaly. "Dost často se s bulimií či anorexií setkáme v rodinách, kde je v nějaké podobě kladen nadměrný akcent na postavu. Tam, kde například matka odjakživa dietař nebo babička neustále zasahuje do života rodiny a všechny extrémně překrmuje. Existuje zřejmě i určitá genetická citlivost, která ale doposud nebyla nijak zvlášť prokázána," říká psycholog Martin Hajný. Dalším podnětem mohou být traumatické události. "Například více životních změn pohromadě, které člověk najednou nevstřebá. Když se rodina odstěhuje do jiného města a dítě změni školu a kamarády, nebo když v rodině někdo umře," dodává psycholog.

Když se tedy k touze po "dokonalosti" přidají ještě další faktory, například nefungující vztahy v rodině nebo zásadní životní změna, se kterou se dívka není schopná vyrovnat, může se nevinná dieta zvrhnout v tragédii.

A kolik je vlastně v České republice anorektiček? Oba odborníci se shodují na tom, že jim prošly rukama stovky případů. "To je ale jen vrchol ledovce. Když jdu po ulici, vidím potenciální pacientky všude, kam se podívám," říká lékařka.

## Zhubla o dvacet kilo

Jednou z takových dívek byla i Eva Černá. Před čtyřmi lety zhubla tenkrát třináctiletá dívka během několika měsíců o téměř dvacet kilogramů a odmítala dále jíst. Babička a starší bratr, se kterými žila, si nevěděli rady, maminka byla na pracovní stáži na Floridě.

"Rodina si toho všimla, až když už bylo všechno rozběhnuté. Lékaři v České republice nebyli schopni pomoci. Eva se stále zhoršovala a hubla. Řekla jsem, ať za mnou okamžitě přiletí do Spojených států. Když jsem ji uviděla na letišti, rozplakala jsem se. V té době Eva vážila třiatřicet kilo. Myslela jsem, že umře," říká Jarmila Černá.

Když už byly spolu, přišla matka na to, co bylo pravděpodobně jedou z příčin těžkého onemocnění dcery. "V Ostravě měla koně, kterého milovala. Byla na něj doslova fixovaná. Kam si sedla, tam napsala nebo vyryla

jeho jméno. Doma měla vylepené jeho fotky. Když už se o něho nemohla starat, zlomilo ji to," říká. Proto začala přemýšlet, jak by své dceři ztrátu nahradila. "Na Floridě jsem znala kuchaře z jedné velké koňské šou. A tak jsem Evě domluvila, aby tam mohla pomáhat u koní. Nejdříve nechtěli ani slyšet. Když jsem jim ale ukázala její fotku, pochopili, že to je moc naléhavé," říká Jarmila Černá. Postupem času dostala dívka na starost vlastního koně, o kterého se mohla starat. Po představeních ho dokonce projížděla v aréně. "To byl jeden z impulsů, které jí vrátily chuť do života. Za rok přibrala všechnu váhu, kterou ztratila," říká šťastná maminka. "Jak jsem jezdila na tom koni, jak jsem se ho dotýkala, jak jsem cítila jeho vůni, úplně jsem vždycky zapomněla na všechno, na celý svět," vzpomíná Eva.

Ale během roku na matku s dcerou čekalo ještě několik dramat. Když například odvedla dceru k lékaři, nechali zdravotníci dívku násilím odvézt do nemocnice. Mysleli si zřejmě, že ji někdo týrá hlady. "Až když zjistili, že nebude jíst, dokud u ní nebudu já, zavolali mne," říká Černá. Zbytek roku chodila rodinu kontrolovat kurátorka ze sociální péče. Jarmila Černá vytvořila své dceři speciální jídelníček a program po každém jídle, aby její dcera neměla výčitky svědomí a deprese. "Eva se ze začátku děsila každého kilogramu. Já ale do té nemoci pronikla vlastní duší, cítila jsem přesně to, co ona. Věděla jsem přesně, co dělat po jídle, co před jídlem, jak na ni v té které situaci mluvit," vzpomíná Černá. Eva se pak na každé jídlo vysloveně těšila. "Jedla úplně se slzami v očích s radostí. Nepředstírala, že nemá hlad a klidně se sama najedla. Sice to byla taková jídla, která by normální lidi asi neuspokojila, třeba jen rýži nebo nudle s kečupem a ovoce, ale nešidila se," říká Jarmila Černá.

Příběh dívky, která patří mezi tu hrstku šťastných, jež se s tímto onemocněním uměly především díky pochopení a lásce svého okolí poprat, končí happyendem. Doslova jako v hollywoodském filmu. Eva totiž začala postupem času trénovat náročné kousky s ostatními v koňské šou. "Vypracovala se tak, že ji nakonec angažovali, stala se z ní úplně nádherná holka, a v šou jezdila i sólo," říká šťastná maminka. "Jsem ráda, že jsem přišla jak na to. Dokázala jsem se totiž vžít do toho člověka. Dnes vím, že bych mohla klidně radit i psychologům a psychiatrům. Dokázala bych odhalit, v čem dělají chybu," dodává.

Ne každý příběh má ale tak šťastný konec. Podle lékařky Hany Papežové se úplně vyléčit podaří méně než polovinu dívek. Naopak asi dvacet procent nemocných hubne tak dlouho až zkolabuje. Pokud přijde pomoc včas, lékaři je zachrání a v nemocnici uměle dokrmí sondou. Po propuštění dívka hubne dál. Podle statistik až pět procent pacientů s touto nemocí umírá. Hana Papežová má na svém oddělení v pražské Všeobecné fakultní nemocnici dvanáct lůžek, na které dívky s anorexií musejí čekat až několik měsíců. "Léčebná kúra u nás trvá osm neděl," říká lékařka. Některé z dívek s dvaceti kilogramy podváhy, zachrání doslova před smrtí. Dívky týdně přibírají asi půldruhého kilogramu. "Problém je ale v motivaci. Ty pacientky, které na léčbě nemají zájem a do nemocnice jdou jen kvůli rodině, získaná kila po odchodu od nás během chvíle shodí," popisuje realisticky beznadějnou situaci některých patientek Hana Papežová. "Je to stejné jako s alkoholem. Někteří alkoholici pomoc vyhledají, jiní ne. Stejně tak se některé dívky rozhodnou se svým problémem něco dělat. Jsou to především ty starší, vyzrálejší a ty, u kterých se už objevují další zdravotní potíže. Padají jim vlasy, kazí se zuby, řídnu a lámou se jim kosti, nemenstruují," říká lékařka.

Kromě tělesných mají nemocní i vážné psychické problémy. Jsou izolovaní, lidé je nebaví. "Rozcházejí se s partnery, selhávají ve škole, mají problémy s koncentrací, protože jsou vyhladovělé a podvyživené," říká Papežová. Postupem času se ústředním tématem jejich života stává jen jídlo a váha. "Mají vtíravé myšlenky na to, jak zhubnout. Jak ošdit matku, aby s ní nemusely jíst," dodává lékařka.

U dívek dochází ke zhroucení sebeúcty. "Chápání sebe jako člověka - osobnosti se redukuje na chápání sebe jako těla. Člověk je se sebou hluboce nespokojený. Když se takové třicetkilové dívky, jejichž život je z našeho pohledu zcela v troskách, zeptáte, co by chtěla změnit, jediné, co pojmenuje, je počet kilogramů. Připadá si tlustá, jinak je se sebou spokojená. Přitom má úplně vniveč vztahy s lidmi, a pravděpodobně nebude mít nikdy děti. To ale ona nevidí," říká psycholog Hajný. K rizikovým skupinám přitom podle psychologa patří především inteligentní perfekcionistky orientované na výkon. Ať už ve škole nebo ve sportu. "Takže se může zdát, že inteligence je z tohoto hlediska vlastně rizikový faktor," říká Hajný.

### **Chtěla jsem být perfektní**

Do tohoto popisu přesně zapadá i Jana Sladká. Bulimií začala trpět ve dvanácti letech. "Byla jsem tenkrát ve čtvrtém ročníku na vysoké škole. Mou nemoc vlastně nastartovala smrt kamaráda. Zhubla jsem o osm kilogramů. Když jsem se vrátila na původní váhu, jeden známý se mne pak zeptal, jestli prý najednou nejsem nějaká tlustá. A to byla přesně ta startovací věta," říká sympatická pětatřicátnice. V té chvíli přestala

normálně jíst. "Jedla jsem naprosto chaoticky. Pak jsem vždycky dostala úplně nesnesitelný vlčí hlad. Následovaly záchvaty přejídání a zvracení," říká inženýrka ekonomie.

"Připadala jsem si něčím špinavá, špatná, divná. Vůbec by mne nenapadlo, že to je nemoc která se dá léčit a kterou trpí spousta dalších žen," říká. Ve škole ale neměla žádné problémy. "Všechny bulimičky a anorektičky mají jeden významný jev: jsou perfekcionistky. Ve škole chcete být perfektní, doma se chováte perfektně, snažíte se vypadat perfektně, ale uvnitř jste hromádka nervů a pronásledují vás pocity viny. Chcete být strašně moc úspěšná a dokonalá a najednou přijde záchvat. A vy máte pocit totálního zmaru," vysvětluje.

Nikdy nenašla odvahu se s někým poradit a deset let se léčila sama. "Byla jsem sama sobě takovým pokusným králíčkem. Zkoušela jsem, co jíst a co ne a postupně jsem začala přicházet na to, že ta nemoc není ani tak o jídle, jako o sebevědomí a vážení si sebe sama," říká.

A jak člověk pozná, že už není nemocný? Úspěch je prý, když se dívka dokáže najíst bez výčitek a nekontroluje každý den svou váhu. "Těch deset let u mne docházelo k recidivám. Na začátku jednou za týden, pak jednou za měsíc, pak jednou za půl roku, pak se záchvaty přestaly vracet," vysvětluje Jana Sladká. Dvanáct let prý myslela, že je se svým problémem sama. Před rokem založila v Brně občanské sdružení a poradnu pro podobně postižené lidi Anabell ([www.anabell.cz](http://www.anabell.cz)). "Dodnes mne překvapuje, kolik dívek a žen touto poruchou trpí. Já se jim teď snažím pomáhat a zjišťuji, že kam se podívám, a to myslím doslova, narazím na dívku, která má problémy ať už anorektického nebo bulimického charakteru," tvrdí.

## Úskalí léčby

Protože léčba poruch příjmu potravy je velmi náročná, dochází často i k paradoxu. Dívky, které se pro ni rozhodnou, nemohou najít terapeuta, který by se jim mohl věnovat. "Z mé praxe tvoří tito klienti asi čtvrtinu. Mít jich víc by bylo velmi náročně. Léčba je totiž těžká a velmi zdlouhavá," říká psycholog Martin Hajný.

Terapeut musí být také neustále ve střehu. "Dívky jsou totiž zvyklé si vymýšlet záminky, proč nemohou jíst, skrývat svou nemoc. Dokáží lidmi manipulovat. Obelhat psychologa nebo psychiatra pro ně není problém," vysvětluje další úskalí Hana Papežová. Poruchy příjmu potravy - anorexie a bulimie jsou podle ní také politické téma. V posledních letech jsou ženské časopisy pod palbou permanentní kritiky ze strany psychologů a psychiatrů, že propagují nerealistický obraz lidského těla. Tím prý přispívají k rostoucímu počtu poruch, jako jsou anorexie a bulimie. Britské lékařské sdružení dokonce obvinilo módní agentury, že na těchto onemocněních mají přímý podíl. "Stupeň štíhlosti modelek, které propagují různé výrobky, je nedosažitelný a biologicky neadekvátní," uvedlo lékařské sdružení ve své studii. Modelky a herečky mají zhruba 10 až 15 procent tuku, zatímco průměrná zdravá žena ho má mezi 22 a 26 procenty. Tedy asi dvakrát více.

Milada Karasova, ředitelka modelingové agentury Czechoslovak Models říká, že se při své práci s anorektičkami setkala. "S takovou dívkou je však špatná spolupráce. Je unavená, není na ni spoleh," říká. Podle ní je tato porucha mezi modelkami spíše výjimkou než pravidlem. S výtkami odborníků k nepřírozené štíhlosti modelek ale souhlasí. "Bohužel na přehlídkových molech jsou k vidění skutečně takové chlapecké postavy. Je to dáno návrháři. Ti si vyloženě vybírají tyto typy. Většina z nich jsou totiž homosexuálové, takže jsou pro ně takové dívky zajímavější než kypré ženské tělo. Já osobně ale mám ráda ženskost. Myslím, že je, jak pro nás pro ženy, tak pro muže, přitažlivější."