

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΕΠΕΙΣΟΔΙΑΚΗΣ ΠΟΛΥΦΑΓΙΑΣ

Η επεισοδιακή πολυφαγία χρειάζεται την ανάγκη ειδικών που θα βοηθήσουν την αντιμετώπιση, τόσο των ψυχολογικών αιτιών, όσο και τις σωματικές επιπλοκές.

Η επικοινωνία με κάποιο ειδικό γιατρό σε θέματα διατροφικής συμπεριφοράς(παθολόγο, παιδίατρο) είναι ο πιο εύκολος τρόπος να αναζητήσει κάποιος βοήθεια και θεραπεία .Ο ειδικός μπορεί να προσφέρει συμβουλές και οδηγίες για τη διατροφή ή να παραπέμψει τον πάσχοντα σε κάποιον άλλο ειδικό π.χ ψυχίατρο για περαιτέρω βοήθεια.

Η οικογένεια και οι φίλοι, μπορούν επίσης να βοηθήσουν με την υποστήριξη και τη φροντίδα.Είναι πολύ χρήσιμο για τους συγγενείς να κατανοήσουν ότι η διαταραχή διατροφής του συγγενικού τους προσώπου, είναι ο τρόπος που εκείνος αντιμετωπίζει τα προβλήματα και τις συναισθηματικές δυσκολίες και ότι πολύ πιθανό να έχει ανάμεικτα συναισθήματα σχετικά με την αλλαγή των διατροφικών του συμπεριφορών.

Οι θεραπείες που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση της επεισοδιακής υπερφαγίας, περιλαμβάνουν τη διαιτητική συμβουλευτική και τη γνωστική συμπεριφορική θεραπεία. Επίσης άλλες μορφές θεραπείας που στηρίζονται στη συμβουλευτική παρέμβαση, είναι πολύ χρήσιμες. Η γνωστική συμπεριφορική θεραπεία είναι πολύ διαδεδομένη μέθοδος τα τελευταία χρόνια και μπορεί να μειώσει τα συμπτώματα, καθώς αναγνωρίζει, αναδεικνύει και τροποποιεί τις αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα που οδηγούν στα επεισόδια υπερφαγίας. Επίσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί και φαρμακευτική αγωγή με αντικαταθλιπτικά που μειώνουν την επιθυμία για επεισόδια υπερφαγίας και θεραπεύουν τα καταθλιπτικά συμπτώματα.

