

Lapsellani on rajoittava syömishäiriö

Rajoittava syömishäiriö on sairaus, joka saa henkilön pelkäämään tavallisia, elämää ylläpitäviä asioita kuten syömistä ja ruokaa. **Henkilö ei voi tälle pelolleen mitään eikä sairastuminen ole ollut hänen oma valintansa.** Hän ei myöskään voi päättää lopettaa pelkäämistä – pelosta pitää opetella eroon. Ravitsemustilan normalisointi on äärimmäisen tärkeää, ja lapseni kehon oltua pitkään aliravitsemustilassa, se tarvitsee toipuakseen tavanomaista enemmän ravintoa ja ehkä useammin kuin tavallisesti. Ympäristön suhtautuminen ja reaktiot näyttävät ratkaisevaa osaa siinä, miten syömishäiriöstä toipuminen etenee.

Siksi toivon, että yhteisissä hetkissä lapseni kanssa otat huomioon nämä asiat:

Et huomauttele lapseni ulkomuodosta, painosta tai sen muutoksista – et arvostellen etkä myöskään kiittäen! Ylipäänsä kenenkään ulkomuotoon tai painoon puuttuminen ei ole suotava keskustelun aihe.

Et arvostele tai kommentoi millään tavalla hänen ottamiensa ruokien laatua ja määrää tai sitä, kuinka usein hän syö. Asia ei kuulu Sinulle. Hän tarvitsee kaiken ruuan minkä syö!

Et puhu omista laihdutuspyrkimyksistäsi tai siitä, mitä saat syödä ja mitä et pysyäksesi jossain tietyssä kehonkoostumuksessa tai kuinka paljon pitäisi liikkua hävittääkseen jonkun herkun antamat kalorit. Negatiivinen keho-puhe muilta on vihonviimeinen asia mitä lapseni tarvitsee, kun hänen pitäisi oppia arvostamaan omaa kehoaan.

Et arvostele tarjolla olevia ruokia, et ruodi niiden ravintosisältöä tai terveellisyyttä etkä luokittele niitä sallittuihin tai kiellettyihin. Lapseni yrittää päästä peloistaan ruokaa kohtaan, ja tuollainen puhe ei todellakaan auta siinä.

Syömishäiriöt ovat vakavia sairauksia, joiden aiheuttama kuolleisuus on suurin kaikista psykiatrisista sairauksista. Tiedän, ettet varmasti tahallasi halua pahentaa lapseni sairautta. Siksi pyydän Sinua ottamaan ylläolevan vakavasti! **Mikäli et pysty noudattamaan näitä ohjeita, minun on pakko rajoittaa lapseni kanssakäymistä kanssasi,** jottei hänen toipumisensa syömishäiriöstä vaarantuisi.