**Katotohanan: Anorexia Nerbosa**

**Mga obserbasyon o' signales ng Anorexia Nerbosa:**

- Pagtutol ng pagmentena ng normal na timbang na naayon sa tamang edad at timbang
- Pagbaba ng timbang ng katawan ng 15 porsyento o' mahigit sa normal na timbang
- Malaking takot na madagdagan ang timbang o' tumaba
- Takot na madagdagan ang timbang ayon sa kanyang paniniwala
- Abnormal na anyo ng katawan
- Hindi pagdating regla

**Ugali na-naayon sa Anorexia Nerbosa:**

- Nakadyeta
- Pagtago ng pagkain, pagngongot, pagtikim, o' itinatapon ang pagkain
- Pagsali sa paulit-ulit o' parehong gawain, halimbawa paghiwa ng pagkain sa maliliit na parte o' paulit-ulit na pag-ayos o' preparasyon ng pagkain
- Takot sa paghawak ng gamit sa pag-prepara ng pagkain, halimbawa pagsukat o' pagtimbang ng pagkain
- Tuloy-tuloy na pag-isip at pagbasa ng recipe, at pag-handa ng pagkain para sa iba
- Pagsuot ng maluwang na pantalon o' patong-patong na damit para matakpan ang payat ng katawan
- Paulit-ulit na actibidad at ehersisyo
- Paglayo sa mga grupo, pagka secreto

**Mga pisikal na makikita sa payat na tao:**

- Mahirap na concentrasyon at pagisip na malinaw
- Takot sa malamig na panahon
- Pagbaba ng presyon na nahuhulog sa pagkahilo
- Pagkahapo ng katawan
- Pagliit ng masel at ibang parte ng katawan kagaya ng utak
- Pagnipis ng buhok or pagkakalbo
- Maputla na kulay ng balat
- Kulang sa tubig na nagre-resulta sa konstipasyong (hirap sa pagbawas) o' kaya tuyo at sugat-sugat na balat
- Sakit sa buto (madaling mabali na buto)
- Pagkakaroon ng abnormal na tubo ng buhok sa mukha at braso

Ang anorexia nerbosa ay masnakikita sa mga kababaihan (95 porsyento ay mga babae) at nauumpisa sa maaga o' huling pagdadalaga/pagbibinata. Ang tao na may anorexia nerbosa ay dalaga na may mataas na gustong marating. Ang mao-obserbehan mo sa tao na may anorexia ay sila ang taong mahilig sa perpection o' may kahirapan sa kahit anong pagbabago.

Ang anorexia nerbosa ay nakukuha sa pagdi-dyeta at tuloy-tuloy na circulo ng pagbaba ng timbang at hindi pagkakain. Ang mga taong ito ay magpapakita ng pagamit ng purga o' pagpilit sa sarili na magsuka. Sila ay magpapakita ng ugali kagaya ng hindi pagkakain ng tama, pagtutol sa mga pagkain na mataas ang kalorias, at pagsali sa mga mahirap na ehersisyo. Ang mga nabanggit na ugali ay nagpapababa ng katawang normal, lakas ng loob, at sariling tiwala. Nga 15 porsyento ng mga taong may anorexia ay mamatay dahil sa resulta ng maling pagkain kagaya ng paghinto ng puno.

Ang pag-gamot sa anorexia nerbosa ay depende sa pagkatao ng pasyente. Ang pasyente ay puedeng maadmiti sa ospital o' pumunta lang sa ospital pag-kailangan, gumamit ng anti-depressant na gamot para mabawasan ang sintimos ng depression, sumali sa isahan o' grupong pag-gamot sa sakit na mentalidad. Ang mga taga-gamot ay gumagamit ng maraming bagay, mga karinawan ay pag-gamot sa ugali, pag-iisip, discusyon sa pamilia o' hilingin ang mga pasyente na gumawa ng artistic na projekto. Ang lugar na Sheena ay isa na tulong at suporta galing sa komyunidad para sa mga tao na may anorexia nerbosa.

**Sheena's Place, 87 Spadina Road, Toronto, Ontario M5R 2T1 (416) 927-8900 Fax (416) 927-8844**