

便覽：飲食失調與物質濫用

- 飲食失調證實與物質濫用有關。研究顯示很多有飲食失調毛病的女性都有依賴酒精和藥物的問題。除此之外，濫用物質的女性有更大機會出現飲食失調毛病。
- 神經性厭食症患者濫用物質的個案比神經性貪食症患者為低。因為厭食症患者有強烈需要去維持操控的感覺，尤其是傾向限制攝取卡路里熱量。有貪食衝動的人濫用物質的情況較普遍。
- 研究顯示至少三成神經性貪食症患者（無論康復前或康復後）過去曾經或現有濫用物質的情形。患貪食症的人通常暴食催瀉之外還會飲酒或是以狂飲代替大量進食。
- 飲食失調的人會服用藥物和飲酒來試圖控制情緒，緩和心理創傷，處理壓力，緊張，罪惡感，情緒低落和羞恥。
- 飲食失調的人又會濫用物質來減肥或催瀉。部份物質具有鎮靜作用，可增進食欲。

常被濫用的物質：

- 酒
- 安非他明 包括減肥藥
- 咖啡因包括咖啡和減肥飲品
- 阿士匹靈
- 香煙
- 可卡因和海洛英
- 膠水和其他供吸用的藥物
- 迷幻藥
- 吐根製劑毒藥
- 通便劑和利尿劑
- 止痛藥包括含可待因的藥物例如 **TYLENOL** 或 **DEMEROL**
- 鎮靜劑

飲食失調和濫用物質一般分別治療，但這樣就會忽略兩者的相互關係。因此，治療飲食失調時應要一同考慮物質濫用的問題，醫治物質濫用時又要顧及飲食失調的情況。由於飲食失調和濫用藥物有密切關係，單單治療其中一項都有可能令到餘下的一個問題惡化或更難對付。診治方法包括十二步驟療程，認知行為干預和心理教育小組。