Heilsa & lívsstílur

maggi@sosialurin.fo

- Tað er gott at kunna hitta aðrar mammur at børnum við etingarólagi, tí vit skilja hvørja aðra og tosa sama mál, sigur ein mamma, sum er við í bólkinum fyri avvarðandi at børnum við etingarólagi

Modellmynd: Bárður Lydersen

Skilja hvørja aðra

Tað finst ikki nakar felagsskapur í Føroyum fyri fólk, sum líða av etingarólagi - ei heldur fyri teirra avvarðandi. Men fyri nøkrum árum síðani byrjaðu nakrar mammur at hittast, sum allar hava børn við etingarólagi

ETINGARÓLAG
Solby A. Eliasen
solby@sosialurin.fo

Seks mammur ymsastaðni frá í Føroyum hittast av og á at práta um sjúkuna hjá døtrum teirra. Døtur teirra, sum allar hava tað í felag, at tær antin líða av ella hava liðið av etingarólagi. Endamálið, við at hittast soleiðis, er, at fáa sett orð á kenslurnar og at tosa við onnur, sum veruliga skilja, hvat hesar familjurnar, sum verða raktar av etingarólagi, fara ígjøgnum.

Alt byrjaði fyri nøkrum árum síðani, tá tvær mammur tilvildarliga hittust og prátaðu um hesa herviligu sjúkuna. Í dag eru tær seks, sum hittast, tá tørvur er fyri tí.

Tá bólkurin av fyrstan tíð kom fram í ljósið, varð roynt at fáa gjørt nakað burtur úr fyri at seta etingarólag undir sjóneykuna. Men hóast tað finnast ongi nágreinilig føroysk hagtøl yvir, hvussu umfatandi trupulleikin er í Føroyum í dag.

Keldur, sum Sosialurin hevur tosað við, siga, at sjúkan í alt ov stóran mun, verður tagd burtur, men tað er við at batna í dag. Í øllum førum verður meiri ljós varpað á sjúkuna, og fleirir miðlar hava eisini tikið hendan álvarsliga trupulleikan upp.

Tað var eisini sera trupult at finna nakran at tosa við um sjúkuna, áðrenn bólkurin við teimum avvarðandi byrjaði at hittast. Tí vildu hesar mammurnar bara hava onkran at tosa við, sum skilti teirra mál. Síðani hava mong vent sær til bólkin, men tíverri er tann misskiljingin íkomin, at fólk halda, at bólkurin liggur inni við viðgerðarhættum og ymiskum møguleikum til at hjálpa. Men so er ikki. Bólkurin er eina og aleina til fyri, at avvarðandi til sjúklingar við etingarólagi kunnu tosa saman, tá tørvur er fyri tí.

Etingarólag er ein sálarlig sjúka, har sjúklingurin antin púra gevst at eta ella spýr alt tað uppaftur, sum hann ella hon etur.

- Eg ynski ikki mínum ringasta fígginda at vera raktur av hesari sjúku, sigur ein av mammunum, sum er í bólkinum. Hon leggur tó dent á, hvussu gott tað er at kunna práta við onnur, sum hava verið úti fyri líknandi.

Hóast ongin uppskrift finst í bólkinum, so er tað ein lætti fyri tær at kunna práta um trupulleikarnar.

- Vit eru blivnar sum systrar gjøgnum árini, sigur mamman, sum tó ikki fjalir, at ynskið um at kunna venda sær til ein stovn ella okkurt líknandi við trupulleikanum er stórt. Hon sigur, at trupulleikin er stórur kring alt landið, og tí fegnast hon um, at meira og meira ljós verður varpað á herviligu sjúkuna, etingarólag.

Anoreksi verður staðfest tá:

Ein persónur tapir meira enn 15 prosent av sínari vanligu kropsvekt
Ræðsla fyri at varðveita bara eina vanliga kropsvekt
Órógvað sjálvsuppfatan og mynd av sær sjálvum.Tann ungi kennir seg tjúkkan, hóast vektin liggur undir tí vanliga.
Seinkað pubertitetsmenning, men eftir pubertitetin - ongin menustratión.
Bulimi verður staðfest tá:

Fleiri føri, har tann sjúki innan fyri tveir tímar etur nógv meira enn eitt vanligt menniskja hevði megnað. Hetta hendir í meðal tvær ferðir um vikuna innan fyri tríggjar mánaðir.
Kenslan av at tey missa valdið á etingini.

Ítøkilig tekin um bulimi:

Tekin um groveting
Óstøðug kropsvekt
Tekin um kropsliga útreinsan
Spýttkertlarnir undir høkuni hovna orsakað av at tey spýggja so ofta
Óvanligar trupulleikar við tonnunum

Kelda: Sundhedsstyrelsen

Ítøkilig tekin um anoreksi:

Sjónligt vekttap uttan at hava nakað við sjúku at gera
Samstundis sum tey eta minni, nokta tey at vera svong
Slankikur, hóast tey ikki hava ov nógv uppiá
Tunt hár, hártap, fínan og hvítan hárvøkstur á kroppinum
Menustratiónin hvørvur
Óvanligar matvanar

Kelda: Sundhedsstyrelsen

Visti tú at:

At tað finnast ongi ítøkilig hagtøl fyri etingarólag í Føroyum
At upp móti 25 prosent av donskum gentum í aldrinum 15 til 18 ár geva sær sera nógv far um teirra vekt og royna at tapa seg

At eitt prosent av gentunum í aldrinum 15 til 18 ár í Danmark líða av anoreksi

At fýra prosent hava bulimi. Tann sjúkan kemur oftari fyri, hóast hon byrjar seinni

At bert ein út av tíggju anoreksi-sjúklingum er drongur, men nógv bendir á, at talið er vaksandi.

At í álvarsomum førum av anoreksi eru bert helmingurin av teimum frískar aftan á fimm ár. Í minni álvarsomum førum gerast tær skjótt frískar aftur.

Kelda: Sundhedsstyrelsen

Stríðið um matin

Tá eitt barn fær etingarólag, anoreksi ella bulimi, broytist lívið hjá allari familjuni fullkomiliga. Gerandisdagurin verður á flestu mátar merktur av ræðslu og sorg. Ræðslan, fyri at barnið fer at doyggja og sorgin yvir at síggja tað pínast, verður ein byrða fyri familjuna.

Bókin, *Madkampen - om spiseforstyrrelse i familien*, snýr seg um tað, sum hendir, tá man má liva við sjúkuni etingarólag í familjuni. Við støði í bólkasamrøðum á einum viðgerðarstovni fyri etingarólag í Svøríki lýsir bókin, hvussu serliga tey avvarðandi uppliva tað at hava eitt barn við anoreksi ella bulimi. *Madkampen - om spiseforstyrrelse i familien* greiðir ítøkiliga og út í æsir frá sjúkuni og eyðkennum, vit eiga at geva okkum far um. Endamálið við bókini er at vísa, hvussu familjan kann arbeiða saman um at hjálpa tí sjúka at gerast frískur aftur. Á hendan hátt gevur bókin lesaranum ein serstakan møguleika at liva seg inn í og royna at skilja, hvussu anoreksi og bulimi eisini rakar foreldur og systkin, ja øll, sum eru um tann sjúka.

Í bókini geiða fimm familjur frá sínum persónligu upplivingum og royndum við at hava etingarólag sum part av teirra gerandisdegi.

ave

Bulle Davidsen & Christina Lillman Ringhof, *Madkampen - om spiseforstyrrelse i familien*, Kroghs Forlag, 2001

SISSANDI OG STIMBRANDI

Kúludýnan
- anoreksi
- autisme
- epilepsi
- tunglyndi o.a.

Kúlupútan
- balansutrupulleikar
- damp
- hyperaktiv
- sansatrupulleikar

Ergo & Hjálpartól

J.C. Svabosgøta 8 · FR-100 Tórshavn
Tel. 315 777 · Fax 315 772
ergo@ergo.fo · www.ergo.fo