



Recomandari APTTA **Ghidul parintilor**

● **Conduita in tratament si medicatia in bolile de alimentatie**

Buna experienta in tratamentul bolilor de alimentatie, acumulata in ultimii ani si folosita pentru dezvoltarea unor modalitati din ce in ce mai eficiente de tratament, arata ca medicatia poate fi utilizata cu succes in tratamentul bolilor de alimentatie si nu numai atat: desi exista fara nici o indoiala situatii cand tratamentul in lipsa ei este unul de succes, aplicand diverse psihoterapii, medicatia are rolul ei bine definit, complementar la psihoterapie, mai ales in acele cazuri in care exista comorbiditati.

Fiecare pacient este unic si, ca urmare, tratamentul fiecaruia este profund individualizat si bazat pe o anamneza detaliata. Nu putine sunt situatiile in care acele cazuri ce ajung la noi (spitalul Obregia) sunt critice, grave, de multe ori caracterizate prin emaciere accentuata, respingerea ideii de tratament/ajutor, negarea bolii, inchidere fata de lumea exterioara. Evident, acestia sunt in general copii, insotiti de parinti disperati, unii dintre ei au parcurs deja un circuit spitalicesc complet: medic de familie - nutritionist - boli interne - endocrinologie - alte specialitati - adesea diverse camere de garda si urgenta, pentru a ajunge in cele din urma la noi. In special in primele faze ale tratamentului medicatia s-a dovedit salvatoare, eficace si a facilitat deschiderea catre tratamentul complet si inceperea psihoterapiei.

1. Care sunt scopurile tratamentului medicamentos?

- ameliorarea depresiei, anxietatii ce insoteste de obicei bolile de alimentatie;
- ameliorarea comportamentului compulsiv, acolo unde este cazul;
- eliminarea ideatiei obsesive.

2. Perioada de acomodare la medicatie

Primele saptamani in orice tratament sunt foarte importante si cooperarea medic-pacient-familie este esentiala.

Recomandarile pentru medicatie incep cu doze cat mai mici si se ajusteaza in urma mai multor sedinte de evaluare, precum si in urma reactiilor raportate de pacient din proprie initiativa. Incurajez pacientii mei sa-mi spuna cum se simt, sa tina legatura cu mine si sa decidem impreuna aceste ajustari ale medicatiei, tocmai pentru ca fiecare pacient poate reactiona usor diferit de la caz la caz. Intotdeauna exista o solutie personalizata si eficienta pentru fiecare si, cu rabdare si cooperare medic-pacient-familie, aceasta poate fi gasita.

3. Perioada de tratament propriu-zis

În urma evaluărilor și discuțiilor din perioada de ajustare se ajunge, în general, la un optim, la o soluție personalizată de tratament. Evident, ajustările au loc continuu, pe măsura ce tratamentul decurge și în funcție de evoluția pacientului. În permanență, legătura medic-pacient-familie este extrem de importantă și de ea depinde reușita tratamentului. Psihoterapia este puternic recomandată în această perioadă, eventual completată de vizite la un consilier nutrițional cu experiență în bolile de alimentație, până la adoptarea unei conduite de alimentație adecvate.

4. Durata tratamentului

Durata tratamentului depinde **întotdeauna** de evoluția pacientului și este decisă de reevaluări periodice. Evident, este greu de prezis o durată, dar este bine să se ia în considerare ca tratamentul complet în bolile de alimentație este în general de lungă durată și se face cu multă răbdare și înțelegere. Aceeași cooperare medic-pacient-familie este în continuare esențială pe toată durata tratamentului. Pacientul/familia au în orice moment controlul - și în aceeași măsură le revine și răspunderea în cazul devierii de la recomandările medicale.

5. Întreruperea tratamentului

Întreruperea tratamentului se decide, evident, tot în urma evaluărilor de pe parcurs și se face treptat și gradat, cu aceeași răbdare aplicată în general în decursul tratamentului.

6. Foarte important!

Recomand insistent ca întreruperea tratamentului să **NU** se facă unilateral, din propria inițiativă a pacientului, fără consultarea în prealabil cu mine. Strategia abordării unui tratament este rezultatul unei anamneze laborioase și a unor evaluări periodice, și nu trebuie să fie modificată fără consultarea în prealabil cu medicul care a făcut această strategie. Repet ceea ce am spus mai sus:

Pacientul/familia au în orice moment controlul - și în aceeași măsură le revine și răspunderea în cazul devierii de la recomandările medicale. E mai bine să găsim o soluție la eventualele dileme împreună.

7. Secretele unui tratament de succes:

● *Porniti la drum cu încredere!*

Aveti încredere ca întotdeauna veti găsi înțelegere pentru discutarea nelămuririlor sau dubiilor legate de tratament și libertatea de a face sugestii și propuneri legate de acesta. Parerea pacientului și senzațiile acestuia sunt foarte importante și sunt întotdeauna nu numai tratate cu atenție, ci și foarte necesare pentru reușita tratamentului.

● *Colaborarea medic-pacient-familie: absolut esențială!*

Ideal ar fi să participați la sedințe de psihoterapie - în cazul pacienților din provincie încurajați găsirea unui psihoterapeut local. Indiferent unde și dacă alegeți să faceți psihoterapie, este totuși foarte important să ne întâlnim din timp în timp pentru evaluări și ajustări ale medicației.

- *Participați din timp în timp la întâlnirile [Grupului de Suport!](#)*

Acestea sunt anunțate în [Forum](#) și vă facilitează accesul la experiența directă a altor părinți și persoane care au sau au avut o boală de alimentație. Pastrați legătura cu Grupul de Suport pe durata tratamentului, creați legături cu persoanele ce voluntariază în Grupul de Suport și care vă pot ajuta să depășiți unele momente dificile prin sfaturi, sau chiar prin simplul fapt că vă înțeleg și știu prin ce treceți. Comunicarea este, iarăși, esențială!

- *Folosiți Forumul*

Grupul de Suport este activ în Forum și vă poate răspunde la întrebări acolo, deci vă sugerez să [folosiți Forumul](#), care este un instrument creat special pentru cei care doresc să-și împărtășească experiența de tratament și să contribuie la susținerea altora. De asemenea, în Forum eu răspund la întrebări adresate mie la rubrica "[Întreaba un doctor](#)".

- *Așteptați-vă să reușiți!*

Indiferent de situația inițială și gravitatea bolii, așteptați-vă să meargă din ce în ce mai bine! Uitați-vă la cei care au depășit boala - Grupul de suport vă poate pune în legătura cu ei - și fiți convinși că și dvs. o veți depăși! Nu se va întâmpla peste noapte, ci cu pași mici și cu răbdare și perseverență, dar se va întâmpla!