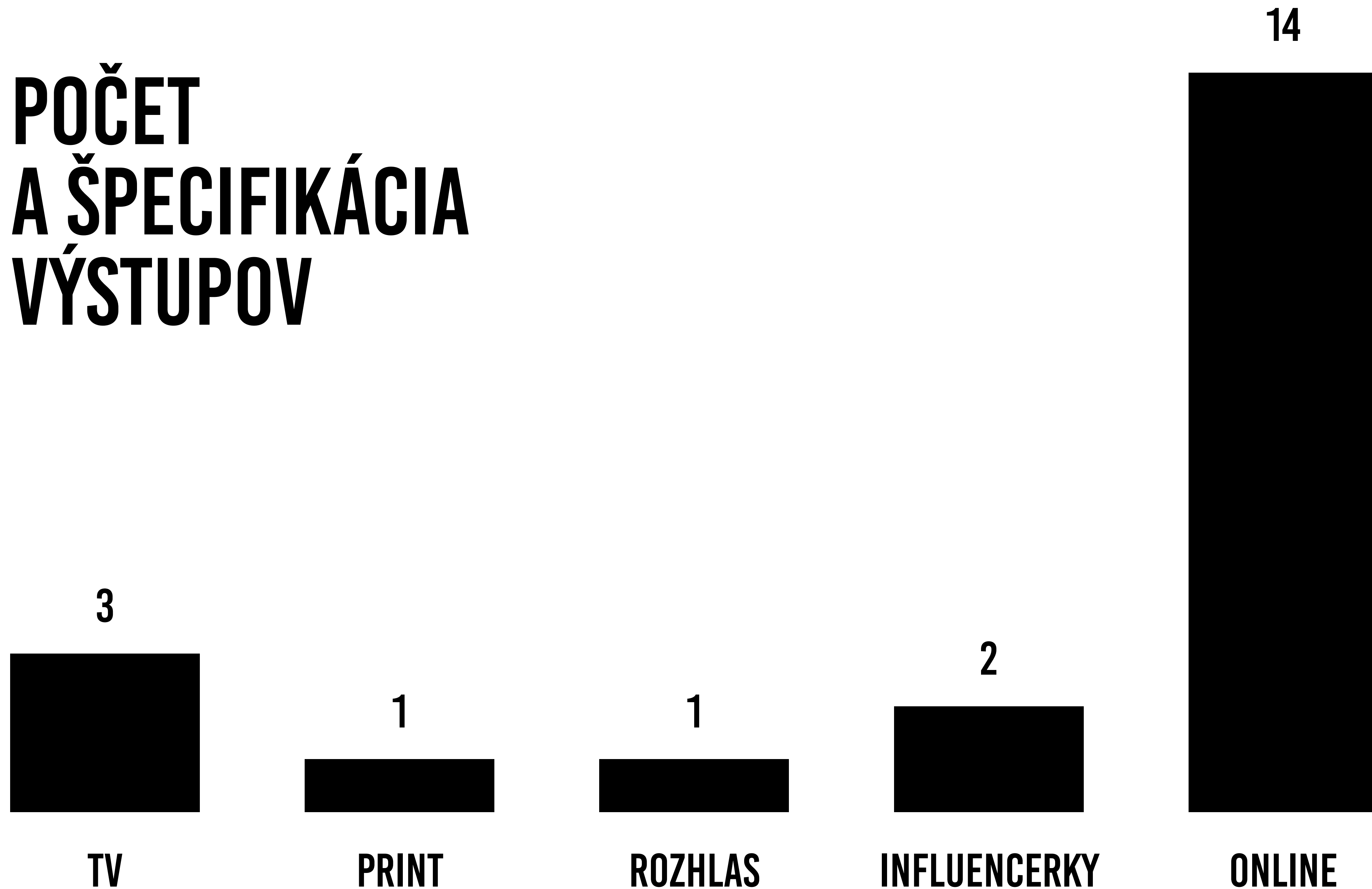




VÝSTUPY

POČET A ŠPECIFIKÁCIA VÝSTUPOV



TV



tv JOJ



BRATISLAVA, SLOVENSKO

Poruchy príjmu potravy

noviny

chuť žiť

RTVS



Dámsky klub



PRINT



Keď sa túžba po peknom tele

zmení

na poruchu príjmu potravy



Cesta k vysnívanej postave nie je vždy ideálna a môže so sebou priniesť hned' niekoľko nástrah. Ak však nevinné chudnutie prerastie do extrémov v stravovaní, môže vážne ohroziť fyzické aj duševné zdravie. Čo sa s tým dá urobiť?

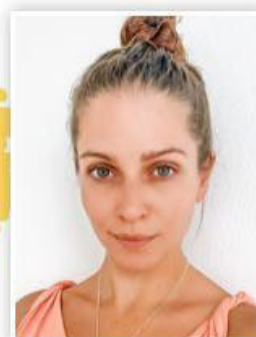
→ Často sme nespokojné s tým, čo vidíme pri pohľade do zrkadla, aj so svojou váhou. Aby sme dosiahli vysnívanú postavu, dokážeme robiť veľa. Oveľa menej jesť i omnoho viac cvičiť. Ak si však nastavíme nereálne ciele, môžeme spadnúť do istých extrémov. Bohužiaľ, neprinesie to žiadne pozitívne výsledky, ale skôr negatívne vplyvy na telo a organizmus. Lahko vás totiž môžu zasiahnuť poruchy príjmu potravy. Pri tomto ochorení je dobré včas rozoznať príznaky a čo najskôr sa obrátiť na odborníka.

Je ich viacero

Možno ani len netušíte, že neexistuje iba jeden druh týchto porúch, ale hned' niekoľko. Každý typ má svoje špecifiká, a preto je dôležité zorientovať sa v nich. Preto sme oslovili dve odborníčky z organizácie Chut' žiť, aby nám objasnili problematiku porúch príjmu potravy a ich liečbu.

Aj niekto, kto má na prvý pohľad úplne normálnu váhu, môže byť zasiahnutý týmto ochorením.

Mgr. Petra Langová, psychologička



Poruchy príjmu potravy (PPP) – o čo vlastne ide a čo všetko zahŕňajú?

PPP je spektrum viacerých diagnóz – tie najznámejšie sú mentálna anorexia, mentálna bulímia, ale aj záchvatové prejedanie. Je to



spektrum ochorení. Často sa jednotlivé diagnózy môžu prelínať či dokonca meniť. Napríklad anorexiu môže striediť bulímia alebo ju nahradiť a podobne. Patria sem obe skupiny ľudí – aj tí, ktorí si jedlo odopierajú, aj tí, ktorí sa prejedajú. Niekedy je prejedanie spojené s kompenzovaním – vracanie, preháňadlá, nadmerné cvičenie a podobne – alebo bez kompenzácie, vtedy hovoríme o záchvatovom prejedaní.

Ako rozoznať príznaky PPP?

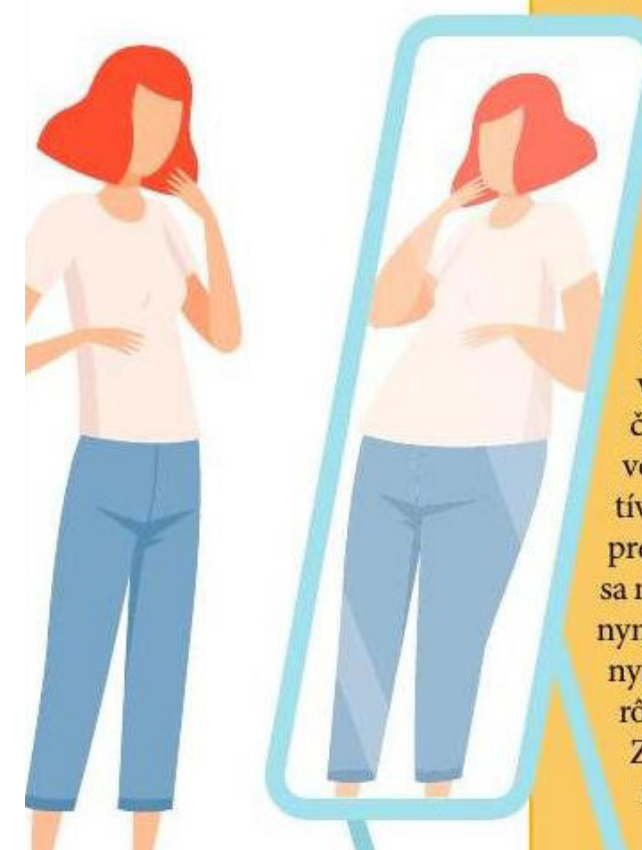
Každý človek je jedinečný, a preto aj príznaky PPP sú veľmi individuálne. Čo je dobré si všimnúť? Ako prvé môžeme pozorovať, že vzťah k jedlu nie je ta-

ký, ako by sme si želali, a myšlienky na jedlo okupujú myseľ aj v momentoch, keď by sme to nečakali. Ďalším faktorom je výrazné kolísanie hmotnosti nadol alebo nahor. No PPP nie sú spojené iba s hmotnosťou a BMI. Aj niekto, kto má na prvý pohľad úplne normálnu váhu, môže byť zasiahnutý týmto ochorením. Zasahuje do toho, ako vidíme svoje telo, ako vnímame svoju hodnotu a akú váhu pripisujeme svojmu vzhľadu. K varovným príznakom PPP môžeme zahrnúť tiež nadmerné cvičenie, obsesívne počítanie kalórií, výčitky a pocit viny spojený s jedlom, striktné rozdeľovanie potravín na dobré a zlé, posadnutosť chudnutím. Varovné signály sú taktiež zmeny v správaní, časté zmeny nálad, strata záujmu o aktivity, ktoré nás predtým bavili, alebo aj zmeny vo vzťahoch. **Prečo je dôležité pri liečbe skombinovať a načasovať psychologickú aj nutričnú starostlivosť?** K niektorým témam nie je jednoduché pristúpiť z pozície psychológa. Klienti často prinášajú témy týkajúce sa samotného jedla, napríklad, či jedla dostatočne, či je ich jedálny lístok dostatočne pestrý a vyvážený, alebo majú objektívne zdravotné obmedzenia.

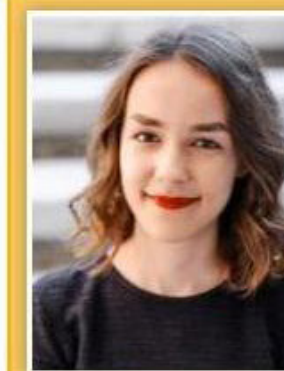
V našej organizácii Chut' žiť pracujem v rámci multidisciplinárneho tímu. Súčasťou nášho programu je aj nutričné poradenstvo. Poskytuje mi to veľkú výhodu, pretože tam, kde sa končia moje odborné znalosti, sa mám o koho oprieť. V momente, keď sa necítim kompetentná zodpovedať niektoré otázky, viem sa spoľahnúť, že je v našom tíme iný odborník na danú oblasť. Práve preto je dôležité skombinovať psychologické a nutričné poradenstvo. V procese liečby sa dopĺňajú a majú synergetický efekt.

Prezradte, aké formy podpory ponúka klientom spomínaný multidisciplinárny program?

Jeho hlavnými piliermi v našej organizácii sú psychologické poradenstvo, nutričné poradenstvo, takzvaná peer podpora a komunita, kde sa klienti môžu stretávať. Celý tento proces zastrešuje case manažérka – sociálna pracovníčka. Je to komplexný program a ako odborníci si dopĺňame chýbajúce kúsky skladačky, ktoré by nám ako jednotlivcom chýbali. Vieme spoločne koordinovať postup, ktorý je vhodný pre daného klienta, a pracovať na dosiahnutí spoločného cieľa. Ako tím sme úzko prepojení a spolupráca medzi nami funguje všetkými smermi. Klienta sprevádzame procesom liečby komplexnou odbornou pomocou ako tím a veríme, že je možné uzdravenie.



Mgr. Katarína Orlovská, nutričná špecialistka



Očami diétny kultúry môže byť pre spoločnosť dostatočne hodnotný len štíhly človek s ukázkovou životosprávou.

Prečo je nutné, aby človek s PPP podstúpil práve nutričné poradenstvo?

V rámci nutričného poradenstva sa s klientom snažíme pracovať na vytvorení správnych stravovacích návykov, na rozšírení jedálneho lístka tak, aby pokrýval nutričné potreby klienta a zároveň viedol k navráteniu telesnej hmotnosti zodpovedajúcej zdraviu. Klienta vzdelávame o zásadách zdravej životosprávy, snažíme sa ukončiť manipuláciu s jedlom, zamedziť kompenzačné správanie (ako je napríklad excesívne cvičenie či vracanie), postupne sa snažíme prekresliť čierno-biely pohľad na potraviny, pracujeme na vnímaní pocitov hladu a sýtosti a snažíme sa klienta podporiť v intuitívnom a slobodnom stravovaní.

Ako vznikajú mýty diétny kultúry, ktoré vyvolávajú narušený vzťah k jedlu?

Na úvod je dôležité povedať, že diétna kultúra nie je presne definovaný vedecký termín, no s týmto pojmom sa často stretávame na internete. Všeobecne sa dá povedať, že ide o súbor presvedčení, ktoré uprednostňujú štíhlosť, vzhľad a tvar tela pred zdravím a celkovou pohodou, a to za každú cenu. Očami diétny kultúry môže byť pre spoločnosť dostatočne hodnotný, zdravý či úspešný len štíhly človek s ukázkovou životosprávou. Tento naratív skreslenej reality, ktorý predostiera diétna kultúra, sa následne šíri aj vďaka rôznym príspevkom na sociálnych sieťach. Vznikajú tak rôzne mýty diétny kultúry. Z oblasti výživy sem patrí napríklad mýtus, že po šiestej hodine sa nesmie

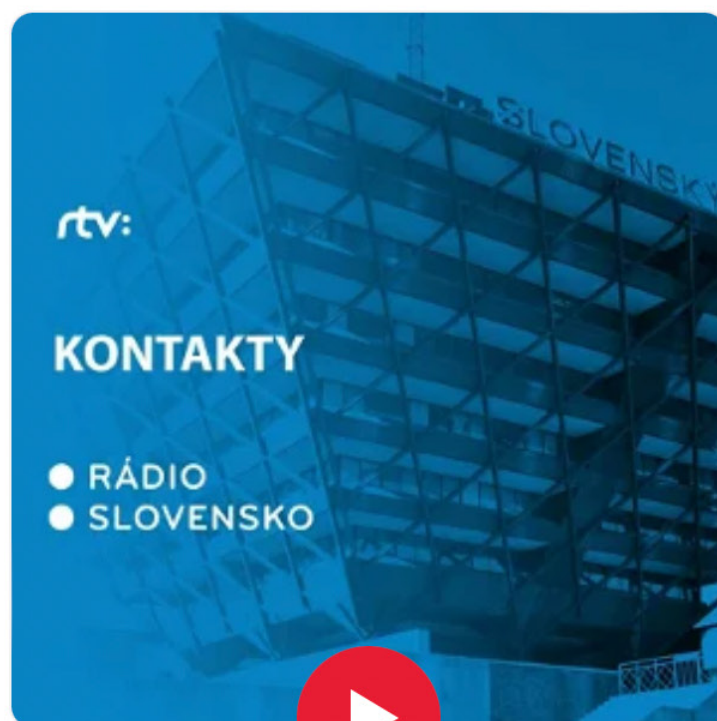
jesť, z pečiva sa priberá, ovocie sa môže jesť len doobeda, lepok a mlieko nám škodia, jarná detoxikácia nám pomôže zbaviť sa toxínov. Mnohé z týchto tvrdení sú často normalizované či vnímané ako fakty, na základe ktorých človek začne obmedzovať jedálny lístok či vynechávať celé skupiny potravín, čo podporuje nezdravý vzťah k jedlu a čierno-biele myslenie, pri ktorom delíme potraviny na „dobré a zdravé“ a „zlé a nezdravé“.

V čom vidíte prínos programu a jeho benefity?

Program vnímam inovatívne práve vďaka multidisciplinarite, prepojeniu odborníkov z rôznych oblastí, ktoré je v oblasti PPP na Slovensku ešte do značnej miery neobvyklé, no v zahraničí sa už bežne využíva. U nás je pacient často odkázaný na pomoc najbližšej rodiny, pre ktorú je proces uzdravovania z PPP veľmi náročný a vyčerpávajúci, prípadne človek s PPP musí vynaložiť veľké úsilie na to, aby si jednotlivých odborníkov našiel sám a skoordinoval všetky stretnutia, a to často za nemalé finančné čiastky. Z klientovej strany vidím teda prínos programu v jeho neobmedzenosti a v tom, že klient pod jednou strechou nájde podporu rôznych odborníkov. Zároveň je tento program prínosom pre mňa ako odborníčku, keďže nie som na klienta sama, ale môžem sa obrátiť na kolegyne psychologičky, keď cítim, že klientove potreby presahujú moju odbornosť, zároveň mi peer konzultantky môžu pomôcť získať pohľad na prežívanie klienta a s celkovou koordináciou sa môžem spoľahnúť na našu case manažérku. Verím, že celé toto prepojenie odborníkov v konečnom dôsledku zabezpečí intenzívnu a čo najefektívnejšiu pomoc pre klienta a prispeje k jeho uzdraveniu. ■

ROZHLAS





24:21

Podcast: **Kontakty**



Poruchy príjmu potravy (5.9.2022 20:05)

05.09.2022

Hostia: Valentína Sedileková (zakladateľka združenia a peer konzultantka; Občianske združenie Chuť žiť) a Ivana Fuseková (psychiatricka). Hladovanie z túžby po dokonalom tele, ale aj záchvatové prejedanie sa - poruchy príjmu potravy, sú vážne duševné choroby. Diagnózami ako anorexia či bulímia trpia už aj deti. Dôležité je včas ich rozpoznať, aby sa človek mohol začať aj liečiť. V Kontaktoch s Lenkou Lelákovou budeme hovoriť o nenápadných príznakoch, ktoré si môže okolie dieťaťa či mladého človeka všimnúť, aj o tom, kde hľadať pomoc. Moderuje: Lenka Leláková. | Kontakty pripravuje RTVS - Slovenský rozhlas, Rádio Slovensko, SRo1.

Podcast **Kontakty** je vložený na túto stránku z otvoreného informačného zdroja RSS. Všetky informácie, texty, predmety ochrany a ďalšie metadáta z informačného zdroja RSS sú majetkom autora podcastu a nie sú vlastníctvom prevádzkovateľa Podmaz, ktorý ani nevytvára ani nezodpovedá za ich obsah podcastov. Ak máš za to, že podcast porušuje práva iných osôb alebo pravidlá Podmaz, môžeš [nahlásiť obsah](#). Ak je toto tvoj podcast a chceš získať kontrolu nad týmto profilom [klikni sem](#).

Autor: **RTVS**

Kategórie: **Spravodajstvo a publicistika**

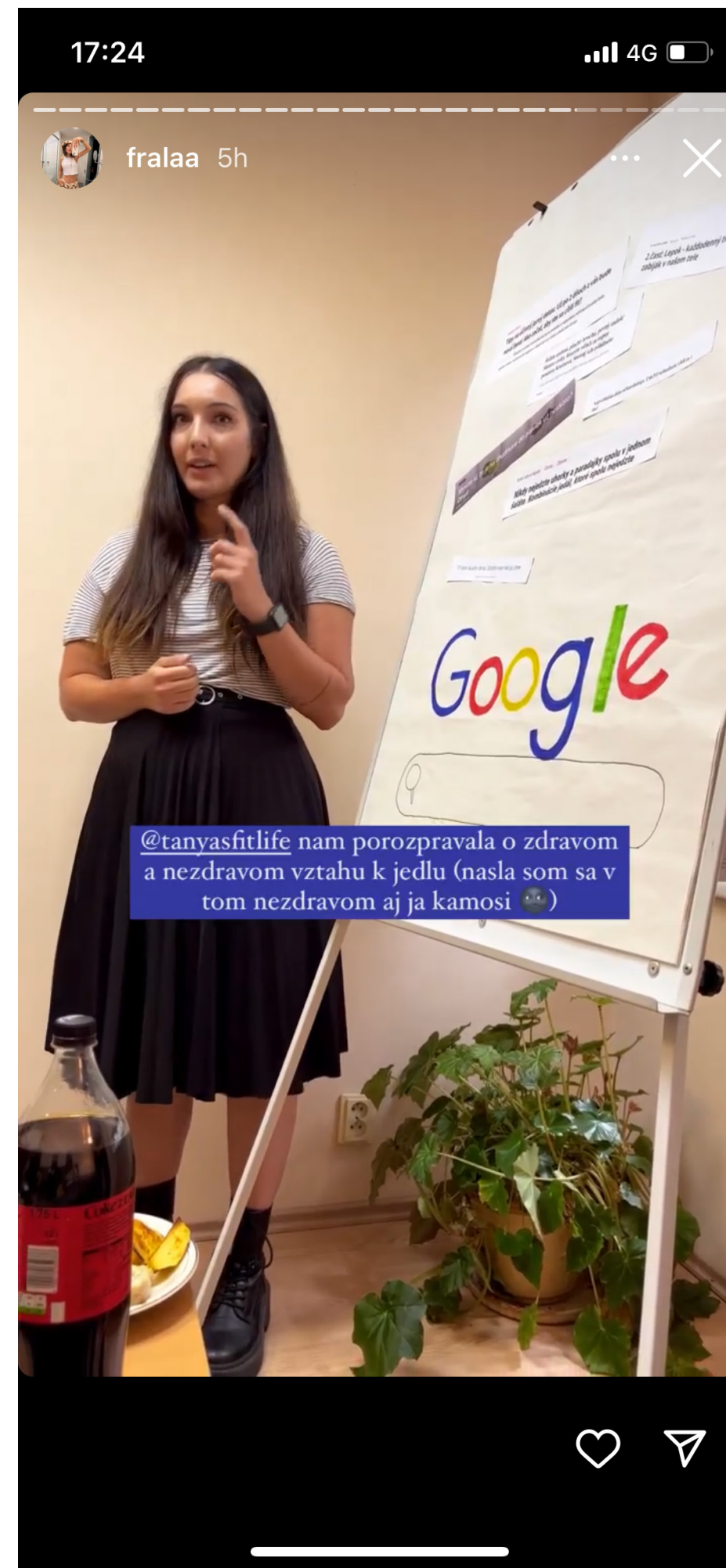
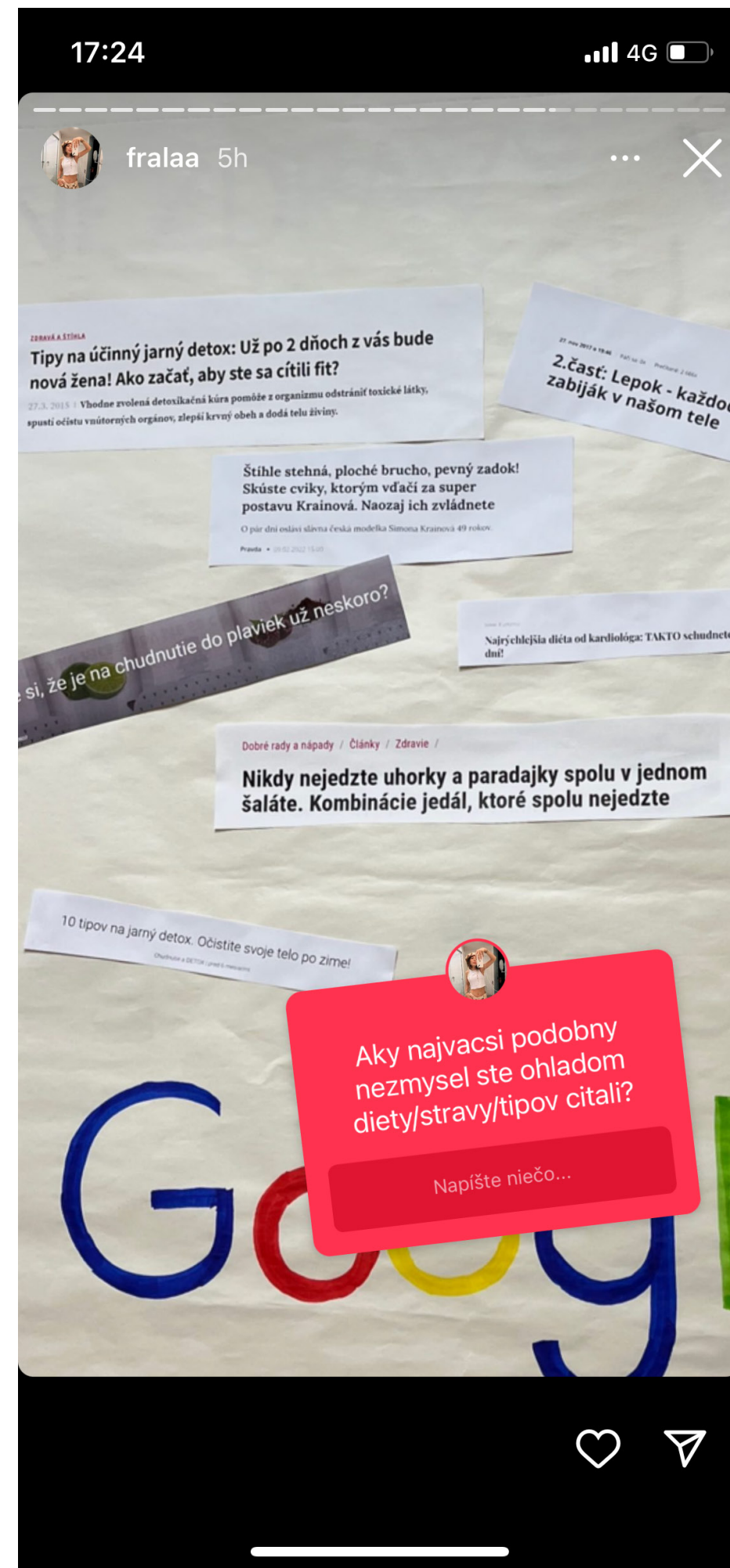


INFLUENCERKY

@fralaa



@fralaa



@natykerny



ONLINE



LIFESTYLE

🕒 02.10.2022

Zdieľaj



Poruchy príjmu potravy nie sú módny trend: Valentína o tom, že štíhlosť nám neprinesie tie hodnoty, ktoré za ňou vidíme

Inovatívny liečebný program založený na intenzívnej podpore a vzájomnom pôsobení rôznych odborníčov a odborníkov z multidisciplinárneho tímu má na svedomí nezisková organizácia Chuť žiť. Jej zakladateľka, Valentína Sedileková, sa s nami podelila nielen o svoju vlastnú skúsenosť.



ZDRAVÁ A ŠTÍHLA

Cesta k vysnívanej postave nie je vždy ideálna: Môže priniesť pár nástrah! POZOR dajte na...

23.9. | Ak nevinné chudnutie prerastie do extrémov v stravovaní, môže vážne ohroziť fyzické aj duševné zdravie. Čo sa s tým dá urobiť?



shutterstock

Pokračujte
do galérie

Súvisiace články



Tekutina okolo vaječníka! Kde sa vzala a čo s tým? Gynekológ upozorňuje: TOTO je dôležité...

Zapáchajúci výtok po potrate: Ide o čistenie maternice? Lekár varuje: Môže ísť o kombináciu...

Buďte suďkami pramánu



Často sme nespokojné s tým, čo vidíme pri pohľade do zrkadla, aj so svojou váhou. Aby sme dosiahli vysnívanú postavu, dokážeme robiť veľa. Oveľa menej jesť i omnoho viac cvičiť. Ak si však nastavíme nereálne

chuť žiť

Zakladateľka iniciatívy Chuť žiť: Ľudia s poruchami príjmu potravy myslia na jedlo stále, ale nevedia, ako vyzerá normálna porcia

Slovenským pacientom bude šesť mesiacov pomáhať celý tím odborníkov zložený zo psychologičky, z nutričnej expertky a peer konzultantky. Valentína Sedileková, ktorá si anorexiou sama prešla, v rozhovore vysvetľuje, v čom je tento prístup inovatívny.

ZDIELAŤ ČLÁNOK



Uložiť



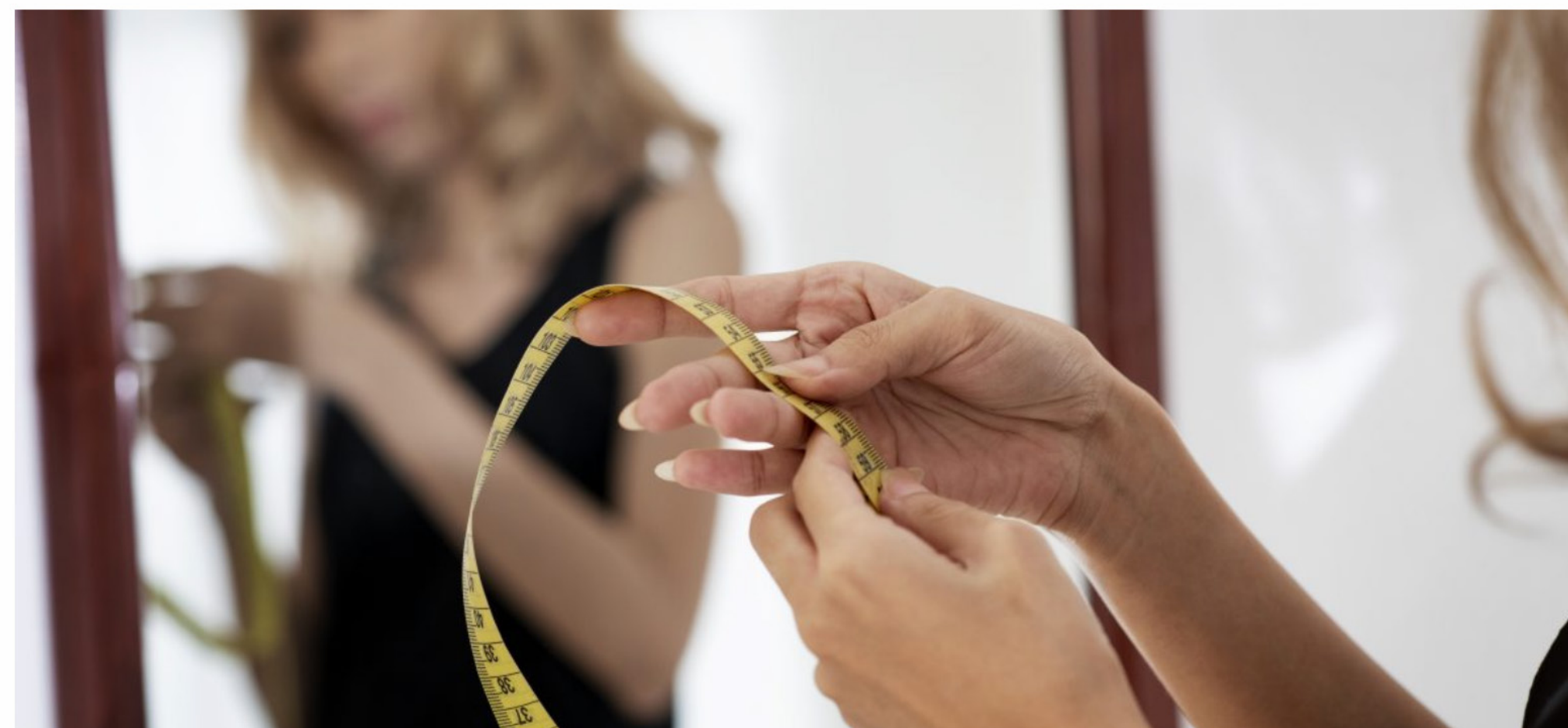
Ak máš poruchu príjmu potravy a rozhodneš sa liečiť na Slovensku, zrejme to nebudeš mať ideálne. Narazíš na nedostatok odborníkov, zastarané diagnostické kritériá a to všetko obklopuje všadeprítomná stigma.

chuť žiť

Novinky

1 4. SEPTEMBRA 2022 NATALIA

Pomoc pre pacientov s poruchami príjmu potravy: Bol spustený nový inovatívny program, registrovať sa dá cez internet



Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program (Zdroj: Freepik/freepik)

Organizácia *Chuť žiť* spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) a ich blízkych. Prístup k liečbe je založený na vzájomnom pôsobení rôznych odborníkov a odborníkov. *TASR* o tom informovala Martina Novotová z organizácie.

Nie je to len o problémoch s jedlom

„PPP sú komplexné ochorenie, teda témy výživy, emócií, sebahodnoty, kompenzácií či nádeje k uzdraveniu sa často prelínajú. Je ideálne, keď jednotliví odborníci, ktorí sú špecialisti na konkrétnu tému, spolupracujú. Celý proces je potom pre klienta efektívnejší,“ ozrejmila case manažérka –

ZDRAVIE

Ľudia s anorexiou jedia namočené vreckovky, či múku s olejom. Nakrmiť ich nie je to, čo im pomôže sa vyliečiť



Zdroj: shutterstock.com/Tero Vesalainen



KATARÍNA KIŠŠOVÁ

3. 9. 2022, 07:00

Ľudí s anorexiou či záchvatovým prejedaním spája pocit menejcennosti a nedostatočnosti.

Múka s olejom, vreckovky namočené vo vode, jeden ryžový chlebík. Pre ľudí s mentálnou anorexiou sú to bežné veci, ktoré jedia. Jedlo vnímajú len ako čísla určujúce ich kalorickú hodnotu.

chuť žiť

Nová pomoc pre pacientov s poruchami príjmu potravy

TASR, 2. septembra 2022 o 04:33

Ak je niektorá veková skupina viac ohrozená poruchami príjmu potravy, najmä anorexiou či bulímiou, sú to mladé dievčatá. Nielen tie však môžu využiť nový program pomoci, ktorý spustila organizácia Chuť žiť.



Anorexia je najmä chorobou duše.

Foto: Shutterstock.com

Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) a ich blízkych. Prístup k liečbe je založený na vzájomnom pôsobení rôznych odborníkov a odborníkov. Informovala o tom Martina Novotová z organizácie.

NAJČÍTANEJŠIE ČLÁNKY

- 1 [Otec Nely Pociskovej zamlada? Hotový Brad Pitt, pochválila sa hrdá dcéra](#)
- 2 [KVÍZ Predvedte sa, aký ste slovenčinár. Má byť v slove mäkké alebo tvrdé I?](#)
- 3 [Ako správne vetrať v zime? Vyvarujte sa častých chýb, môžu vám spôsobiť až plesne](#)
- 4 [Zdedila vnučka Ivany Christovej krásu po babičke? Pozrite na ten kukuč](#)
- 5 [Majú babičky povinnosť starať sa o vnukov alebo to môžu aj odmietnuť? Opýtali sme sa vás](#)

[Ďalšie články >](#)

Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program

ZDRAVIE 1. septembra 2022 | Aktualizované: 1. septembra 2022

Publikoval Redakcia



Pohodlné
sedacie súpravy

EF ESTILOFINA

NAKUPOVAŤ



Bratislava 1. septembra (TASR) – Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) aj ich blízkych. Prístup k liečbe je založený na vzájomnom pôsobení rôznych odborníkov aj odbornícok. TASR o tom informovala Martina Novotová z organizácie.

„PPP sú komplexné ochorenie, teda témy výživy, emócií, sebahodnoty, kompenzácií či nádeje k uzdraveniu sa často prelínajú. Je ideálne, keď...

NAJNOVŠIE SPRÁVY

Zelenskyj zmiernil slová. Nevie, či raketu, ktorá dopadla v Poľsku, na sto percent odpálili...

Redakcia - 17. novembra 2022

0

II. liga dnes: Trebišov v dohrávke zdolal Šamorín (12. kolo, výsledok)

Redakcia - 17. novembra 2022

0

Inflácia v eurozóne dosiahla rekord, tempo rastu však bolo miernejšie

Redakcia - 17. novembra 2022

0

Smer organizuje autoprotest. Demokracia i sloboda dostali na frak, vyhlásil Fico

Redakcia - 17. novembra 2022

0

Košické Divadlo Na Peróne premiéruje inscenáciu Dievča z morského dna

Redakcia - 17. novembra 2022

0

< sekcia SEKCIA: Zdravie

Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program



Najčítanejšie

6h 24h 7d

- 1 **Urobiť si zdravotnú selfie je rovnako jednoduché ako fotka s priateľmi**
- 2 Magnézium je užitočné pri športovaní i proti kŕčom
- 3 Na Slovensku vznikli centrá na liečbu spinálnej svalovej atrofie
- 4 ÚDZS: Všetky tri zdravotné poisťovne sú v strate
- 5 ÚVZ sťahuje z trhu multifunkčné kliešte ako škodlivý výrobok
- 6 OZ Malíčok odovzdával ocenenia Purpurové srdcia

Frekvencia stretnutí, dĺžka programu a zapojenie blízkych záleží od dohody pacienta s tímom.

chuť žiť



Shutterstock

Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program

01.09.2022, 13:30



TASR

Chuť žiť je nezisková organizácia pracujúca s osobami trpiacimi PPP. Poskytuje psychologické a nutričné poradenstvo, stacionáre pre pacientov či pre rodičov, rôzne liečebno-vzdelávacie programy a aktívne šíri osvetu.

Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) a ich blízkych.





HĽADAJ

LEKÁRNE - ÚVOD

ZOZNAMY

RUBRIKY

LEKÁRNE - POHOTOVOŠŤ

KARIÉRA

KOŠÍK (0)

ZDRAVIE: PRE PACIENTOV S PORUCHAMI PRÍJMU POTRAVY SPUSTILI INOVATÍVNY PROGRAM

Bratislava 1. septembra (TASR) - Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre ...

Lekárne > Denné správy > Zdravie: Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program



TASR



Vloženie/úprava Štvrtok, 17.11.2022



Denné správy



Čítané 52x

Bratislava 1. septembra (TASR) - Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) a ich blízkych. Prístup k liečbe je založený na vzájomnom pôsobení rôznych odborníkov a odborníkov. TASR o tom informovala Martina Novotová z organizácie. "PPP sú komplexné ochorenie, teda témy výživy, emócií, sebahodnoty, kompenzácií či nádeje k uzdraveniu sa často prelínajú. Je ideálne, keď jednotliví odborníci, ktorí sú špecialisti na konkrétnu tému, spolupracujú. Celý proces je potom pre klienta efektívnejší," ozrejmila case manažérka - sociálna pracovníčka Chuť žiť Martina Šteinová. Do programu sa okrem case manažéra zapojí i psychológ, nutričný špecialista či peer konzultant, teda osoba vyliečená z PPP. Súčasťou budú aj komunity v centre Chuť žiť. Frekvencia stretnutí, dĺžka programu a zapojenie blízkych záleží od dohody pacienta s tímom. Registrácia je možná cez prihlášku, ktorá je zverejnená na webe organizácie. Jednou z hlavných častí programu je podľa Chuť žiť psychologické poradenstvo. "Jeho proces odráža individualitu každého klienta, často ich však spájajú témy ako narušený sebaobraz či neschopnosť vidieť svoju sebahodnotu," priblížila Novotová. Nutričné poradenstvo zase podľa nej pomáha normalizovať stravovanie, vytvárať správne stravovacie návyky a dosiahnuť zdraviu zodpovedajúcu telesnú hmotnosť. Ozrejmila, že peer konzultant prináša pacientovi pochopenie či nádej, že uzdravenie je možné. Chuť žiť je nezisková organizácia pracujúca s osobami trpiacimi PPP. Poskytuje psychologické a nutričné poradenstvo, stacionáre pre pacientov či pre rodičov, rôzne liečebno-vzdelávacie programy a aktívne šíri osvetu. Multidisciplinárny program sa realizuje pre podporu z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.

ZOZNAMY

Lekárne

Internetové lekárne

Zdravotnícke firmy

Výdajne zdrav. potrieb

Očné optiky

Iné subjekty

RUBRIKY

Pracovné miesta

Zákony

Denné správy

Zaujímavosti

Odborné časopisy

chuť žiť



Lekari.sk



HĽADAJ

ÚVOD

ZOZNAMY

RUBRIKY

PÁR SLOV

VIDEÁ

REGISTRÁCIA

CENNÍK

KONTAKT

PRIHLÁSENIE

Zdravie: Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program

Bratislava 1. septembra (TASR) - Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre ...

Lekári > Denné správy > Zdravie: Pre pacientov s poruchami príjmu potravy spustili inovatívny program

TASR | Vloženie/úprava Štvrtok, 01.09.2022 | [Denné správy](#)

Bratislava 1. septembra (TASR) - Organizácia Chuť žiť spúšťa v Bratislave inovatívny multidisciplinárny program pre pacientov s poruchami príjmu potravy (PPP) a ich blízkych. Prístup k liečbe je založený na vzájomnom pôsobení rôznych odborníkov a odborníkov. TASR o tom informovala Martina Novotová z organizácie. "PPP sú komplexné ochorenie, teda témy výživy, emócií, sebahodnoty, kompenzácií či nádeje k uzdraveniu sa často prelínajú. Je ideálne, keď jednotliví odborníci, ktorí sú špecialisti na konkrétnu tému, spolupracujú. Celý proces je potom pre klienta efektívnejší," ozrejmila case manažérka - sociálna pracovníčka Chuť žiť Martina Šteinová. Do programu sa okrem case manažéra zapojí i psychológ, nutričný špecialista či peer konzultant, teda osoba vyliečená z PPP. Súčasťou budú aj komunity v centre Chuť žiť. Frekvencia stretnutí, dĺžka programu a zapojenie blízkych záleží od dohody pacienta s tímom. Registrácia je možná cez prihlášku, ktorá je zverejnená na webe organizácie. Jednou z hlavných častí programu je podľa Chuť žiť psychologické poradenstvo. "Jeho proces odráža individualitu každého klienta, často ich však spájajú témy ako narušený sebaobraz či neschopnosť vidieť svoju sebahodnotu," priblížila Novotová. Nutričné poradenstvo zase podľa nej pomáha normalizovať stravovanie, vytvárať správne stravovacie návyky a dosiahnuť zdraviu zodpovedajúcu telesnú hmotnosť. Ozrejmila, že peer konzultant prináša pacientovi pochopenie či nádej, že uzdravenie je možné. Chuť žiť je nezisková organizácia pracujúca s osobami trpiacimi PPP. Poskytuje psychologické a nutričné poradenstvo, stacionárne pre pacientov či pre rodičov, rôzne liečebno-vzdelávacie programy a aktívne šíri osvetu. Multidisciplinárny program sa realizuje pre podporu z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.

RUBRIKY NA LEKARI.SK

- [Voľné pracovné miesta v zdravotníctve](#)
- [Denné správy](#)
- [Zaujímavosti](#)
- [Lekárske články](#)
- [Odborné časopisy](#)
- [Lekárska odbornosť](#)
- [Školy - Univerzity](#)
- [Zdravotné poisťovne](#)
- [Úrady a inštitúcie](#)

ZOZNAMY

- [Lekári](#)
- [Lekárne](#)
- [Nemocnice, polikliniky](#)

chuť žiť

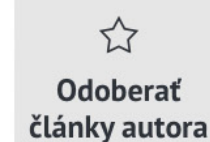
Rozhovory | 28.8.2022 00:00

Bojovala s anorexiou, dnes pomáha iným: Nadváha neznamená lenivosť, štíhlosť nie je zdravie (rozhovor)



Valentína Sedileková

Zdroj: Branislav Wáclav/Aktuality.sk

Monika
VatrálováOdoberať
články autora

Charakterové vlastnosti by sme si nemali spájať s hmotnosťou človeka, hovorí Valentína Sedileková.

Valentína Sedileková si prešla poruchami príjmu potravy - anorexiou aj bulímiou. Dnes pomáha ďalším, aby ich cesta za zdravím nebola až taká kľukatá ako tá jej. Vo svojej neziskovke Chuť žiť vytvorila priestor, kde sa stretávajú odborníci na **poruchy príjmu potravy** (PPP) a spoločne privádzajú klientky a klientov k skvalitneniu života.

„Dáva mi to obrovský zmysel, okrem iného aj preto, že keby som opäť potrebovala pomoc, nájdem ju. Nájdem odborníkov, ktorí veria, že sa dokážem uzdraviť. Nie je to totiž samozrejmé,“ hovorí Sedileková.



Keď som zacítila vôňu zemiakových placiek, dostala som hodinový záchvat úzkosti, opisuje Zuzana svoj boj s anorexiou



VITALIA BELLA



Zapnúť články e-mailom



Zuzana Čižmárová. Foto N – Vladimír Šimíček

[O duševnom zdraví od Denníka N – [Ako byť šťastný?](#) a [Úžasný svet depresie.](#)]

Dvadsaťročná Zuzana Čižmárová dnes svojim rovesníkom bez problémov hovorí, že je vyliečená anorektička. Choroba u nej naplno prepukla počas strednej školy. Detská psychiatricka vtedy dala Zuzke a jej mame na výber – môžu ju rovno hospitalizovať alebo môžu skúsiť bojovať s chorobou doma. Vybrali si druhú možnosť.



Ani pri najnižšej hmotnosti som si nebola dosť dobrá, spomína na život s anorexiou. Dnes pomáha iným!

27.08.2022

Prekonala anorexiu aj bulímiu, dnes Valentína Sedileková pomáha ako peer konzultantka iným pacientom s poruchami príjmu potravy v rámci špeciálneho programu neziskovej organizácie Chuť žiť. Nielen o tomto multidisciplinárnom programe, ale aj spúšťačoch porúch príjmu potravy, faktoroch, ktoré ich môžu u jednotlivca spustiť, o tom, ako sama prežila to najhoršie obdobie, aké pocity, hlavy v hlave anorektického pacienta znejú, či o tom, ako jej pomáhala rodina sme sa zhovárali v relácii Ide o nás.



Pravda > Žena > Zdravý život > Život s anorexiou? Ani pri najnižšej hmotnosti som si nebola d...

Život s anorexiou? Ani pri najnižšej hmotnosti som si nebola dosť dobrá, hovorí bývalá pacientka

Keď sa povie anorexia, väčšina z nás má zaužívanú predstavu o nejakej vyziabnutej modelke či celebritke, o ktorej napísali v novinách. Údaj o počte pacientov s poruchami príjmu potravy, medzi ktoré sa radí aj anorexia, vás však môže šokovať.



VIDEO: V relácii Ide o nás hovoríme s Valentínou Sedilekovou z NZ Chuť žiť o jej živote s anorexiou, ale aj o tom, ako sa jej podarilo chorobu prekonať, aká náročná bola táto cesta a ako dnes môžeme pomôcť ľuďom s poruchami príjmu potravy.

Pravda > Zdravie > Zdravá výživa > Namočené vreckovky či ryžový chlebiček. To je pohľad na j...

Namočené vreckovky či ryžový chlebiček. To je pohľad na jedlo u ľudí s poruchami príjmu potravy

Poruchy príjmu potravy (PPP) patria medzi duševné ochorenia, spôsobujú však ťažkosti aj na fyzickej úrovni. K liečbe je preto nevyhnuté pristupovať komplexne. Násť, skombinovať a správne načasovať psychologickú aj nutričnú starostlivosť je však náročné.



Prekonala anorexiu aj bulímiu, dnes Valentína Sedileková pomáha ako peer konzultantka iným pacientom s poruchami príjmu potravy v rámci špeciálneho programu neziskovej organizácie Chut' žiť. S Valentínou sme sa v relácii Ide o nás zhovárali aj o spúšťačoch porúch príjmu potravy, o tom, ako sama prežila to najhoršie obdobie s anorexiou, či o tom, ako jej pomáhala rodina a aký prístup si vyžadujú pacienti s poruchami príjmu potravy.