

Atvejo analizė – Bulimija

Atvejo aprašymas

- 17 m. pacientė, gyvenanti mieste, iš šeimos, turinčios vidutinį / aukštą socioekonominį statusą
- Remiantis anamneze, pacientei 4 metus reiškėsi narcisistinis elgesys, mityba buvo prasta
- Mokykloje girdėtos replikos sukėlė pacientei problemų dėl savo svorio ir kūno formų priėmimo
- Pacientė sumažino valgymų kiekį iki vieno per dieną
- Pastaruosius 6 mėn. pacientės svoris svyravo ± 3 kg
- Pacientė neturėjo jokių specifinių makronutrientų deficito ar sutrikusio mėnesinių ciklo simptomų
- Persivalgymo / nevaldomo valgymo epizodai kartojosi 5-6 kartus per mėnesį ir buvo lydimi kaltės jausmo
- Tyčia sukkelto vėmimo epizodai kartodavosi 1-2 per mėnesį
- Fizinio aktyvumo lygis siekė 1-2 val. per dieną 7 dienas per savaitę
- Atlikus psichiatrinį vertinimą ir įprastinius tyrimus pradėtas gydymas ir kognityvinė elgesio terapija
- Rekomenduota taikyti mitybos konsultavimą ir atidų mitybos plano sekimą mažiausiai 18 savaičių

Klausimai

Pasitelkdami pateiktą informaciją nustatykite:

- paciento antropometrinį statusą pagal paciento amžių
- esamam svoriui palaikyti reikalingą energijos kiekį
- maistinių medžiagų (kalorijų ir makronutrientų) poreikį svorio subalansavimui
- bazines rekomendacijas fiziniam aktyvumui
- lūkesčius trumpuoju (4 ir 6 sav.) laikotarpiu
- mitybos metodus, kurie bus taikomi, jei nustatytas tikslas nebus pasiektas
- lūkesčius vidutinės trukmės (1 m.) laikotarpiu



Mitybos metodų pavyzdys pagal pateiktą atvejį

Antropometrinis ir mitybos įvertinimas

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

Vertinant maisto dienoraštį gauti rezultatai: 1 018 kcal per dieną, 51 g baltymų, 127 g angliavandenių ir 31 g riebalų, 3 pagrindiniai valgymai, jokių užkandžių, vartojami visų maisto grupių produktai

Mitybos taisyklių nustatymas

- Pradėta taikyti mitybos planas Pacientei skirta suvartoti 1 400 kcal per dieną 2 sav. Periodu, laipsniškai kiekį didinant po 150 kcal per savaitę, kol bus pasiektas 2 000 kcal per dieną tikslas
- Rekomenduota sumažinti fizinį aktyvumą iki 60 min. per dieną, 5 k. per savaitę

	Pradžia	8 savaitių intervalas	12 savaitių intervalas
Baltymai (g)	68	83	97
Riebalai (g)	45	54	64
Angliavandeniai ((g)	170	207	243
Kalorijos	1 400	1 700	2 000



Intervencinės terapijos pabaiga

- Mitybos rekomendacijos papildytos grupine ir individualia terapija
- Rekomenduota taikyti psichoemocinį valdymą, muzikos terapiją, šokio terapiją, asmeninį motyvavimą, papildomas aktyvaus poilsio veiklas, didinti pasitikėjimą savimi ir bendravimą grupėse

Pakartotinis vertinimas 4 savaitių intervalu

17y 5m (209 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	48.3	106.5 lb	16%	-1.00	55.6
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.15	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	18		10%	-1.28	21.1

Estimated Daily Caloric Needs	2,272 kcal/day
-------------------------------	----------------

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	256 - 369 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	41 grams
Fat	63 - 88 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

- Atlikus pakartotinį vertinimą stebima teigiama svorio evoliucija
- Pacientei pavyko laikytis nustatyto mitybos plano su 3 pagrindiniais valgymais
- Persivalgymo epizodų kiekis sumažėjo iki 1-2 epizodų per mėn., vėmimo epizodų nenustatyta
- Toliau skirta laikytis 2 000 kcal per dieną plano, įtraukiant į mitybos racioną visas produktų grupes, didinant makronutrientų procentinę dalį
- Pacientė mėgino įtraukti 1-2 užkandžius, tačiau tai nebuvo privaloma
- Pacientei patarta mažinti saldžių sulčių suvartojimo kiekį, jas keičiant vandeniu ir arbatomis, vartoti tam tikrų maisto papildų
- Fizinis aktyvumas ir padidėjęs domėjimasis sąmoningu valgymu ir maisto gamyba



- Stebimas psichoemocinis valdymas ir didėjanti pacientės motyvacija

Pakartotinis vertinimas 4 savaičių intervalu

- Svorio evoliucija teigiama ir pastovi
- Psichiatrinis vertinimas teigiamas, be nevaldomo valgymo ir tyčia sukeltų vėmimo epizodų
- Pacientė vis dar nepatenkinta tuo, kaip atrodo jos kūnas, ir priaugtu svoriu, tačiau savęs kontroliavimas sulėtėjęs, ji įsitraukusi į daugiau grupinių veiklų, o sporto veiklos intensyvumas sumažėjęs

Pakartotinis vertinimas 4 savaičių intervalu

17y 6m (210 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	52	114.6 lb	33%	-0.45	55.7
Stature (cm)	165	65.0 in	62%	0.30	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	19.1		23%	-0.75	21.1

Pacientė toliau laikosi 2 000-2 200 kcal per dieną mitybos plano, kuris tapęs lankstesniu, stebėjimas vykdomas 6-8 sav. intervalais

Svorio evoliucija pritaikius persignalizuotą mitybos intervenciją apie 1 metų laikotarpį

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0



- Persivalgymo epizodai sužamėję iki 0
- Tęsimas mitybos ir medicininis stebėjimas

18y 8m (224 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	55.2	121.7 lb	42%	-0.20	56.9
Stature (cm)	166	65.4 in	67%	0.43	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	20		30%	-0.52	21.5