



BINGE-EATING И BINGE-DRINKING

BINGE-EATING AND BINGE-DRINKING

Бабицки Виктория¹, Куцитару Лилия¹, Гонца Вероника¹, Вельтман Эдуард², Фрунзе Николай¹

¹ - Консультативное отделение РКБ

² - Институт Неврологии и Нейрохирургии

Резюме

Проблема нарушения питьевого и пищевого поведения является достаточно молодой, но и крайне актуальной, как в мире, так и в Республике Молдова. Ее актуальность определяет возрастная группа, которую эта проблема затрагивает и ее последствия, такие как психические, физические и социально-экономические.

Ключевые слова: binge-eating, binge-drinking.

Summary

Binge-eating and binge-drinking is a young and actual problem in the world and in Republic of Moldova, because it affects young people. Mental, physical and social-economic disorders are its consequences.

Key words: binge-eating, binge-drinking.

Термин "binge" трактуется как период бесконтрольного, чрезмерного потребления. Сегодня этот термин используют для описания нездоровой модели потребления пищи или алкоголя.

"Binge-eating" (компульсивное переедание или обжорство), что означает неконтролируемое потребление большего чем обычно количества пищи в течении короткого периода времени (2 часа).

"Binge-drinking" - употребление более 5 "дринков" для мужчин и более 4 "дринков" для женщин в течении короткого периода времени (2 часа).

Критерии "binge-eating":

▶ повторяющиеся эпизоды переедания, характеризующиеся употреблением большого количества пищи за короткий промежуток времени и чувством утраты контроля за пищевым поведением

▶ наличие как минимум 3 из 5 сопряженных поведенческих симптомов:

- переедание при отсутствии чувства голода
- прекращение еды лишь при появлении чувства дискомфорта

- высокая скорость еды

- еда в одиночку

• появление чувства подавленности и вины после эпизода переедания

- появление чувства неудовлетворенности собой

▶ выраженный дистресс в связи с эпизодами обжорства

▶ отсутствие компенсаторного дезадаптивного поведения (изнурительные физические нагрузки, искусственно вызванная рвота)

▶ частые (минимум 2 раза/неделю) и повторяющиеся (на протяжении 6 месяцев) эпизоды переедания, сопровождающиеся выраженным дистрессом.

Критерии "binge-drinking":

▶ употребление более 5 стандартных доз для мужчин и более 4 стандартных доз для женщин за короткий промежуток времени (в течении 2 часов) с частотой минимум 1 раз в месяц

▶ повышение концентрации алкоголя в крови до 0.08 г/дл

Стандартная доза алкоголя:

✓ 30 мл крепкого напитка (40% об)

✓ 100 мл вина (13% об)

✓ 250 мл пива (5% об)

Эпидемиология

40% студентов обеих полов злоупотребляют алкогольными напитками. 16-25% студентов женского пола подвержены эпизодам или субклиническому перееданию, из них 10% страдают обжорством. У 40% женщин, обращающихся за лечением расстройств пищевого поведения обнаруживается также проблемное потребление алкогольных напитков.

Факторы риска "BINGE-EATING" и "BINGE-DRINKING"

Наиболее подвержены этим состояниям люди в конце **подросткового** и в **начале взрослого периода жизни**, с **ярко** выраженными неврозами, депрессиями, импульсивные и с тревожными расстройствами. Сказывается аддиктивное поведение и частая коморбидность (т.е. расстройство пищевого поведения повышает риск развития алкогольной зависимости почти в 2 раза).

Общие причины "binge-eating" и "binge-drinking":

▶ наличие нейробиологических нарушений, обуславливающие тягу к пище и алкоголю

- › ожидание негативных или позитивных эмоций
- › в ответ на негативные эмоции
- › избегание негативных эмоций

Осложнения, связанные с ожирением у пациентов с "BINGE-EATING":

- › сахарный диабет 2-го типа
- › гиперхолестеринемия
- › артериальная гипертензия
- › болезни сердечно-сосудистой системы
- › болезни желчного пузыря
- › остеоартрит
- › нарушение менструальной функции у женщин и половой функции у мужчин
- › апноэ сна

У 38% женщин от 25 до 74 лет с ИМТ > 28,9 кг/м² отмечаются клинически значимые депрессивные симптомы.

"Binge-eating" и морбидное ожирение являются надежными маркерами психопатии.

Последствия "BINGE-DRINKING":

- › алкогольный гепатит
- › цирроз печени
- › язвенная болезнь желудка, гастриты, эзофагит
- › ишемическая болезнь сердца
- › артериальная гипертензия
- › сахарный диабет 2 типа
- › остеопороз
- › нарушение менструального цикла у женщин и эректильные дисфункции у мужчин
- › поражение ЦНС
- › дефицит витаминов группы В

Принципы терапии:

- › медикаментозная терапия (селективные ингибиторы обратного захвата серотонина)
- › диетические программы
- › психотерапия (когнитивная, поведенческая, групповая, семейная)
- › терапия осложнений и сопутствующей патологии

Список литературы

1. C. Ferriter, L.A. Ray / Eating Behaviors 12 (2011) 99-107
2. Сидоров А.В. Типология психологических особенностей пациентов с алиментарным ожирением/ 2012 /www.psystudy.ru
3. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism/ "Drinking Levels Defined".
4. Addiction David Nutt and Liam Nestor / Oxford Psychiatry Library, Key elements of addiction.
5. Binge eating and binge drinking behaviours: Individual differences in adolescents identity styles. Journal of Health Psychology 2014, vol. 19(3) 333-343.
6. Goodman A. (1990). Addiction: Definition and implications. British Journal of Addiction, 85(11), 1403, onlinelibrary.wiley.com
7. Ruth H. Striegel-Moore, Debra L. Franco/ Epidemiology of Binge Eating Disorder, ANNUAL REVIEWS MOBILE, vol.4, pages 305-324 (april 2008).



STUDIUL PRIVIND ACȚIUNEA VITAMINEI A ASUPRA ORGANISMULUI UMAN

THE STUDY REGARDING THE ACTION OF THE VITAMIN A ON THE HUMAN BODY

ИССЛЕДОВАНИЕ ОТНОСИТЕЛЬНО ДЕЙСТВИЯ ВИТАМИНА А НА ЧЕЛОВЕКЕ

Ion Castraveț¹

¹ – elev în clasa XII-a, Liceul Academiei de Științe a Moldovei

Summary

The naturally occurring compounds having vitamin A activity and the synthetic analogues of retinol, with or without vitamin A activity, are included in the term „retinoids”.

Vitamin A and related compounds (retinoids) have been implicated in a number of useful and necessary biological functions. Retinoids are seen as an essential factor in the process of vision and as fundamental mediators of cell differentiation and cell proliferation. The potential effect of retinoids on the immune system has only increased the spectrum of its applications. The relevance of these findings suggests that they could play an important role in the clinical medicine as their relatives - the steroids.

The problems encountered in determination of Vitamin A in pharmaceuticals are similar to those in food. Saponification followed by solvent extraction is the most usual technique employed to prepare samples for Vitamin A analysis. Direct extraction without saponification has been also used, but to a lesser extent. Generally, the former is used for total retinol determination, whereas direct extraction allows the separation and determination of retinol and the different retinyl esters. This paper describes also a simple and rapid procedure for determination of Vitamin A in pharmaceutical products and not only.

Key words: Vitamin A, identification, action, extraction, human body.