



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento materiál byl vytvořen v rámci projektu EU peníze školám  
Operační program Vzdělávání pro konkurenceschopnost

Autor	Mgr. Irena Grosmanová
Datum vytvoření VM	1. 9. 2012
Datum ověření	14. 9. 2012
Ročník	VIII.
Vzdělávací oblast / obor	Člověk a společnost – Výchova k občanství
Anotace	Výukový materiál je možno využít v hodinách výchovy k občanství zabývajících se stravováním, poruchami příjmu potravy jako úvodní motivaci či ke zpestření výuky. Žáci pracují s textem, přečtou si jej, poté vybírají informace, posuzují daný příběh, zvažují, jak mohl osud mladého muže pokračovat.

SADA č. II

Identifikátor: VY\_12\_INOVACE\_SADAII\_Gr.02

### **Už nikdy nechci stonat**

(autorka Wendy MCLELLANOVÁ, článek z časopisu Reader's Digest Výběr, duben 2001)

Když jednou v březnu roku 1995 věšela Marie Werryhová na zahradě prádlo, zahlédla svého jedenáctiletého syna Brandona, jak si za kůlnou strká prsty do krku a dává. Až do té chvíle si namlouvala, že Brandon hubne, protože tak rychle roste. Najednou si uvědomila, že už delší dobu nejí svačiny, které mu připravuje do školy, a celý den se při tom nezastaví – hodiny jezdí na kole, skáče na trampolíně a dokonce cvičí i při televizi. Vždycky překypoval energií, ale teď to evidentně přeháněl. Marie dostala strach a ještě ten den zavolala rodinnému lékaři. ...

... „Mami, může se po džusu ztloustnout?“ zeptal se jí jednou při snídani. Marie se rozčílila: „Co je to za nesmysl? Přestaň už zkoumat všechno, co strčíš do pusy!“ To ještě netušila, jak je na tom její syn zle.

Hned na začátku prázdnin se Werryovi vydali na čtyři dny pod stan. Doufali, že výlet Brandonovi pomůže, ale mylili se. Po každém jídle šel za auto a vyzvracel se. Když ho Marie s Alem uviděli v plavkách, zalapali vyděšeně po dechu. Byl neuvěřitelně vychrtlý. Pozorovali ho, jak stojí po kolena ve vodě. „Podívej se na něj, je mu taková zima, že cvaká zuby,“ zašeptala nešťastně Marie.

Ještě před rokem Brandon plaval, chodil na výlety a vypadalo to, že nikdy nebude mít na všechny své zájmy dost času. Měl smysl pro humor a neustále vtipkoval, ale teď byl tak zesláblý, že už se smát nedokázal. ... Vážil jen 36 kilo a zvracel až dvacetkrát denně.

### **Úkoly:**

1. Podle jakých příznaků mohli rodiče poznat, že s Brandonem není vše v pořádku?
2. O jakou poruchu příjmu potravy se jednalo v případě tohoto chlapce, podle čeho tak soudíte?
3. Co mohlo být příčinou Brandonových problémů? Lze to vyčíst z textu?
4. Co by měli rodiče Brandona nyní podniknout?
5. Jak podle vás příběh dopadl? Zkuste jej dovyprávět.
6. Myslíte, že se jedná o výjimečný případ, nebo se můžeme v současnosti s dětmi trpícími poruchami příjmu potravy setkávat častěji než dřív?
7. Víte, co dělat, pokud máte dojem, že někdo blízký ve vašem okolí trpí poruchou příjmu potravy? Jak mu pomoci?



<https://flic.kr/p/5EKv2M>  
"Anorexia" by Santiago Alvarez

## Řešení, výklad

1. Příznaky – výrazná ztráta hmotnosti, přehnané soustředění na jídlo a jeho kalorickou hodnotu, zvracení po jídle, nadměrná fyzická aktivita, zimomřivost, ztráta zálib a koníčků.
2. Mentální anorexie kombinovaná se zvracením. Brandon není zcela typickým případem, ale o bulimii u něj nešlo, protože netrpěl záchvatovitým přejídáním.
3. Příčinou, tzv. spouštěcím momentem mohlo být cokoliv, necitlivá poznámka nějaké dívky, trenéra, pocit ztráty kontroly vlastního těla v důsledku změn v dospívání ... Z textu příčinu vyčíst nejde (a to ani v další, zde neuvedené, části).
4. Zahájit léčbu prostřednictvím odborníků na PPP. Bude nutné nejen zvýšit chlapcovu hmotnost, ale též pracovat s jeho psychikou, aby se nemoc nevrátila.
5. Brandona se podařilo zachránit, ale až po několika neúspěšných pokusech, kdy nemoc recidivovala a chlapec byl na pokraji smrti. Rodiče si museli vzít 8měsíční dovolenou a odjet s Brandonem do Anglie na specializovanou kliniku. I tam se chlapec pokoušel podvádět, vytrhával si zavedenou sondu a teprve přikurtování k posteli a sonda s umělou výživou voperovaná pod žaludek (strava tak proudila přímo do tenkého střeva a chlapec neměl co zvracet) vedla ke zlepšení jeho stavu. Přesto i nadále zápasil s různými problémy souvisejícími jak s anorexií, tak dospíváním. Předčasně zemřel ve věku 29 let (15. 1. 1984 – 8. 9. 2013).
6. Výjimečný možná tím, že se jednalo o chlapce. U dívek jsou zatím PPP častější než u chlapců. Celkově se ale v současné společnosti zaměřené na kult mládí a krásy počet lidí s PPP zvyšuje.
7. Obrátit se na dospělou důvěryhodnou osobu – učitele, rodiče, staršího sourozence. Hledat informace na spolehlivých stránkách zabývajících se touto problematikou, např. portál o poruchách příjmu potravy - <http://www.pppinfo.cz/>, využít linku pomoci dětem – 116 111 aj.

## Znaky PPP

- a) mentální anorexie
  - udržování abnormálně nízké hmotnosti omezením konzumace potravy, zvýšení fyzické aktivity
  - strach z tloušťky i přes velmi nízkou hmotnost (v zrcadle se vidí jako tlustá osoba)
  - tělesné změny - porucha menstruačního cyklu, pocit zimy, vypadávání vlasů, zhoršení stavu chrupu, únava, celková slabost
- b) bulimie
  - opakující se epizody nezvladatelného přejídání (hlavně pocit ztráty kontroly nad jídlem)
  - opakující se nepřiměřená kontrola hmotnosti pomocí nuceného zvracení, zneužívání projímadel, nadměrného cvičení a hladovky
  - nadměrný strach z tloušťky spojený s nadměrným zájmem o tělesnou váhu a vzhled
  - tělesné změny – poleptání jícnu, nemožnost udržet stravu (nutkání na zvracení i v situaci, kdy nechce)
- c) bigorexie
  - fixace na svalovou hmotu
- d) orthorexie
  - přehnané zaměření na subjektivně „zdravou“ stravu

**Citace, zdroje**

- MCLELLANOVÁ, Wendy. Už nikdy nechci stonat. *Reader's Digest Výběr*. 2001, Duben, str. 71 - 76.
- Brandon Werry. RIP little brother. I miss you. In: *YouTube* [online]. 2013 [cit. 2012-09-01]. Dostupné z: <http://www.youtube.com/watch?v=whpFytgpYGGQ>
- ALVAREZ, Santiago. *Flickr.com* [online]. [cit. 1.9.2012]. Dostupný na WWW: <https://flic.kr/p/5EKv2M>