
DOPISY REDAKCI

K článku M. Nováka: E-kontroverze pro-anorektické weby

Faltus F.

Článek M. Nováka mě byl inspirací k zamyšlení nad tím jak moderní komunikační technika nemusí přinášet pouze poučení, ale může působit i destruktivně. V našem případě se jedná o psychicky nemocné s poruchami příjmu potravy. Není mi známo jak je tomu v jiných lékařských oborech v tomto směru, ale je možné, že tam také někdo může dávat pro zdraví nebezpečné rady. MUDr. Novák upozornil – pokud se nemýlím – v našem časopise na hrozbu webových stránek pro rizikové osoby, mající dispozici k výše uvedeným poruchám.

Pro-anorexia webové stránky nabízející návody pro extrémní diety a ukazující vychrlté osoby, převážně ženského pohlaví, nejsou sice nic nového. Jejich rozrůstání na internetových sítích však znamená nový znepokojující trend s nevhodnými doporučeními (návody) pro nemocné s mentální anorexií



Obr. 1. Vizážisty upravená dívka tak ukrývá svou nebezpečně vyhublou postavu.

a s mentální bulimií, který je dosažitelný širokému okruhu čtenářů. Popularita sociálních webových sítí otevřela nový svět možných instrukcí, a to často i s pochybnými a nebezpečnými prvky. Skupiny jedinců, kteří vidí v poruchách příjmu potravy jakýsi kouzelný životní styl, nacházejí na těchto stránkách podporu svých názorů a takovýchto uživatelů jsou desítky milionů. Tyto weby jim potvrzují správnost jejich osobního posuzování vyzábblých postav, které jsou jen „kost a kůže“ ve vztahu k negativnímu postoji k jídlu [2]. Pro někoho však, bohužel, mohou být atraktivní, zvláště jsou-li na nich dívky vizážisty upravené a módními návrháři oblečené (obr. 1).

Na základě vlastních zkušeností a odborných poznatků zastávám názor, že u pacientů s mentální anorexií a mentální bulimií se jedná o perzistující a nevyvratné přesvědčení, že jejich „body image“ není ideální [4]. Ve většině případů to neodpovídá zkušenosti, neboť odchylky od „normy“ jsou v tomto ohledu minimální a zanedbatelné. Že se jedná o duševní poruchu je nepochybnitelné, a představa, že pacientky to považují za určitou životní filozofii, je děsivá. Vysvětluje to z větší části i terapeutické nesnáze uváděné v článku M. Nováka.

V USA se stala nadváha a obezita narůstajícím problémem, a to nejen u hispánské a afroamerické populace. Je jednou z možností že pro-anorektické weby, z nichž většina je publikována právě v anglosaských zemích, jsou určitým způsobem boje proti této alarmující skutečnosti.

Také plně souhlasím s autorem v tom, že tyto weby mohou být prospěšné pro vcítění se do životních názorů a postojů nemocných s poruchami příjmu potravy. Mohlo by to svým způsobem, nemalou měrou, přispět k výběru vhodného psychoterapeutického přístupu.

Nebezpečí pro-anorektických webů spočívá také v tom, že se na jejich vytváření podílejí někteří odborníci, podávající zájemcům často značně inspirované návody ke snížení tělesné hmotnosti a varují před metodami více drastickými a zdraví nejvíce škodícími. Např. Pro Ana-Nation Journal na titulní stránce uvádí, že se jedná o „Public Membership (Help) Foundation“. Byla založena 15. května 2006 v Londýně, má již více než 1100 členů. Jejím cílem je – stejně jako většiny ostatních těchto organizací – podporovat zájemce v extrémních dietách, jak sni-

žit hmotnost, zabránit v úzdravě, případně došlo-li k ní, co dělat, aby nenastala trvalá remise.

Pro-recovery webové stránky operují s fakty o nebezpečnosti poruch příjmu potravy a opírají se o zjištění jejich závažných komplikací a vysokou mortalitu. UK Eating Disorder Association odhaduje úmrtnost na 20 % a poukazuje na vysoké riziko suicidality. S. Bloomfield z EDA (Eating Disorder Association) poukazuje na to, že 1 z 5 nemocných, kteří se nepodrobí řádné léčbě, umírá. Proto považuje tyto weby za „literární vraždění lidí“ [1]. Jak se zdá, tyto pro-recovery weby nejsou pro nemocné s mentální anorexií a mentální bulimií příliš přitažlivé a poučení z nich vyplývající má u rizikových osob a nemocných jen velmi slabou odezvu.

Jak populární je tato problematika pro veřejnost, o tom svědčí i show i tak známé americké komentátorky „The Oprah Winfrey Show“ [5]. Bohužel, jsou pro-anorektické webové stránky stále masověji rozšiřovány a mimořádně varující je skutečnost, že se do nich ze značné části zapojují také pacienti trpící mentální anorexií a bulimií. Uvádí se, že až 40 % patientek na těchto stránkách nachází poučení o tom, jak se zbavit nadbytečné hmotnosti. Členové těchto, jak se sami nazývají, „podpůrných“ skupin, předkládají zájemcům tyto návody. Jako odstrašující uvádím jeden z nich:

1. Soutěžte navzájem mezi sebou ve snižování hmotnosti.
2. Buďte navzájem solidární s těmi, kteří přeruší hladovění nebo nutkavé jedlctví.
3. Radte ostatním jak nejlépe navodit zvracení, nebo užívání laxativ
4. Dejte typy jak bránit váhový úbytek před rodiči a lékaři [5].
5. Podporujte názor, že poruchy příjmu potravy, především mentální anorexie, jsou spíše životním stylem než „smrtící“ chorobou.
6. Zaměřte se na mladé dívky a ženy a podporujte je v tom, aby dále pokračovaly ve svých poruchách příjmu potravy.

Osoby, které vytvářejí tyto webové stránky, trpí zpravidla poruchami příjmu potravy. Tato okolnost jim dovoluje:

- Vytvářet si falešnou domněnku, že jsou v pořádku.
- Klamně věří tomu, že anorexie je správná volba a že ostatní je v tom budou podporovat.

Tyto webové stránky překrucují skutečnost a popírají, že jejich obsah vyplývá z podstaty poruch příjmu potravy. Jsou nebezpečné z celé řady důvodů:

- Mohou dodat odvalu těm, kteří se domnívají, že toto chování je škodlivé.
- Vzbuzují dojem, že poruchy příjmu potravy jsou přirozeným stavem.
- Webové stránky činí poruchy příjmu potravy poutavější.
- Dodávají odvalu k mylné představě, že vyhladovělé tělo je krásné.

- Některé z těchto webových stránek upozorňují čtenáře na to, aby je neotevíral, pokud netrpí některou z poruch příjmu potravy. Působí to ovšem kuriózně, protože takové varování naopak vyburcuje zvědavost a lidé rádi do nich nahlédnou.

- Jsou to právě lidé, kteří usilují, o kontrolu příjmu potravy a hmotnosti jako způsobu kontroly svých emocí. Mohou snadno akceptovat škodlivé názory a chování.

Dospěli ve svém úsilí tak daleko, že v rámci jakéhosi pokřiveného feedbacku (reverse thin inspiration) publikují fotografie lidí obézních či s nadváhou z tučných jídel, nepříliš lákavě vyhlížející. Ti, kteří tyto stránky vytvářejí, jsou přesvědčeni o tom, že jednájí správně a věří, že anorexie je svobodná volba a že by je ostatní lidé v tom měli podporovat [3, 7, 8].

Organizace NEDA (The National Eating Disorders Association) AED (Academy for Eating Disorders), ANAD (The National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders) se aktivně vyslovily pro zákaz publikování pro-anorektických a pro-bulimických webů.

Soustavné upozorňování na škodlivost nadměrného hladovění, zvracení a dalších zdraví škodících mechanismů pro dosažení nekritické štíhlosti našlo na štěstí již odezvu u mnoha módních návrhářů a organizátorů módních přehlídek a podobných akcí. Ve Španělsku, Izraeli, Itálii, Francii a dalších zemích zakazují „vstup na molo“ dívkám, jejichž BMI klesá pod hodnotu nižší než 18,5 či dokonce 17,5 [6]. Nejdále pokročila Francie, kde 15. 4. 2008 parlament schválil v prvním čtení zákon, podle kterého bude potrestán až 2letým vězením nebo pokutou ve výši 750 tis. Kč (v přepočtu) ten, kdo by naváděl druhé k hladovění a nadměrné hubenosti. Trest by mohl být prodloužen o další 1 rok, kdyby došlo následkem toho k vyvolání mentální anorexie a úmrtí. Minimálně již tři modelky trpící mentální anorexií na její následky zemřely. Nejdříve to byla brazilská modelka Ana Carolia Restonová, krátce na to uruguayská modelka Luise Ramosová a v únoru 2007 její mladší sestra Elian.

Je to právě Francie, která určuje módní trendy. Společnosti jako L'oreal nebo Chanel již nechtějí s ultraštíhlými modelkami riskovat. Naproti tomu prezident francouzské federace Conture se tomuto zasahování do výběru modelek rázně brání [6]. Pohříchu málo kritický názor v tomto směru zaujal i náš populární organizátor akcí „Miss ČR“ pan Zapletal. V dopise zasláném mu v květnu 2004 vedoucí Centra pro poruchy příjmu potravy 1. LF UK a VFN v Praze a zároveň předsedkyní sekce pro PPP při Psychiatrické společnosti ČLS JEP prof. Papežovou se poukazovalo na skutečnost, že z 12 finalistek soutěže Miss Česká republika 2004 trpělo 11 podváhou (BMI nižší než 18,5), z toho 4 měly BMI nižší než 17,5 (což už je kritériem pro

mentální anorexii). Tato fakta na něho příliš nezapůsobila, v podstatě se obhajoval tím, že se tak brání vzniku obezity. Ekonomické zisky, bohužel, v medicíně často převládají nad zdravotními hledisky a agresivní způsoby boje proti obezitě mohou přinést sice mnoho užtku, ale také velké škody. Naštěstí tento pán již na svou funkci abdikoval. Boj s organizátory těchto a podobných soutěží tím jistě nekončí a lze jen uvítat, že někteří kritičtější smýšlející pořadatelé těchto akcí a hlavně tlak veřejnosti a odborných společností, začínají přinášet své ovoce.

S dr. Novákem sdílím také názor, že by bylo zajímavé zjistit, kolik dívek nebo žen začalo po návštěvě pro-anorektických webů věnovat větší pozornost své hmotnosti. Zajímalo by mě, zda autor má nějaké informace a případně konkrétní údaje o tom, kolik nemocných s mentální anorexií, nebo s mentální bulimií v celé republice zjistilo, že existují tyto webové stránky a jaký ohlas u nich vyvolaly. Bohužel se setkáváme s tím, že většina mladých dívek u nás ovládá dostatečně angličtinu, aby mohla v těchto pro-anorektických webech surfovat a čerpat z nich nežádoucí poučení. Rovněž tak by byla zajímavá odezva nejen u nemocných, ale i u lékařů, psychologů, sociologů či jiných odborníků.

V USA až 75 procent dívek mezi 12. až 17. rokem má možnost internetového spojení. V roce 2003 tam existovalo více než 400 pro-ana web sites, které navštívilo více než 350 000 čtenářů. V roce 2006 zjistili na Stanfordské univerzitě, že 40 procent adolescentek s poruchami příjmu potravy hledalo na těchto stránkách poučení, jak se zbavit nadměrných kilogramů. Asi polovina rodičů o této skutečnosti nevěděla. Počet webových stránek se denně mění, některé jsou odstraňovány a objevují se další pod novými názvy. V rámci jakéhosi „undergroundu“ vznikají soukromé chaty, blogy, hesly chráněné stránky a podobně. Mohou být také určitou formou jakéhosi utajování, o němž se dr. Novák zmiňuje ve svém článku v případech „skrytého písma“.

Jsou vytvářeny internetové hry podporující pro-anorektické chování. Internetová hra Miss Bimbo klade důraz na hmotnost, garderóbu a bohatství, Oregon Trail na odměňování potravy, spánek a zdraví (obr. 2). Mají svá pravidla (zhubneš o 9 liber každých 11 dnů, když budeš dodržovat těchto 10 jednoduchých pravidel [9]). Ve snaze zabránit dětem v přístupu na ně téměř 50 procent rodičů si nechalo nainstalovat do počítačů speciální filtry.

Pro zájemce o pro-anorektické weby, kteří se nechtějí obtěžovat často obtížným hledáním složitých webových citací, doporučuji v programech internetu nebo Google zadat heslo „Pro-anorectic web sites“ a získají rozsáhlý seznam citací, z nichž většina je bezproblémově dostupná. U nás jsou



Obr. 2. Ukázka z internetové hry Miss Bimbo.

naštěstí k dispozici zatím pouze webové stránky [10] (původně www.pppinfo.cz), které bychom mohli označit jako „Pro-recovery web sites“, vytvořené především zásluhou prof. H. Papežové. Na nich si nemocní (především mladé dívky) vyměňují své názory, a to vesměs v pozitivním slova smyslu. Upozorňuji na nekritické životní postoje ke vzhledu samotnému, k řešení krizových situací, které jako reakci vyvolávají odmítání jídla a další.

Věřím, že tato diskuse přinese odezvu převážně pozitivní a nebude pro některé informací, že existují výše uvedené nebezpečné webové stránky se zrádnými doporučeními.

LITERATURA - ZDROJE

1. **Bignell, P.:** Pro-anorexia Websites „Are killing people“. The Independent, Health and Wellbeing, 1, 2007.
2. **Cotan, T.:** Madrid, shuts down anorexia reward site. The Australian, 1, 2007.
3. **Diolan, D.:** Learning too love anorexia? Pro-Ana Web sites Flourish. (<http://www.observer.com/mode/47063>. New York Observer. 11. 6. 2007).
4. **Harper, K., Sperry, S., Thompson, S., Kevin, J.:** Viewership of pro-eating disorder websites. Association with Body Image and Eating Disturbances. Int. J. of Eating Disorders. 41, 2008, pp. 92-95.
5. (http://www.oprah.com/tows/pastshows/tows_past20011004_jhmtz)
6. Mf Dnes Praha. 19. 4. 2008, s. 7 (www.idnes.cz)
7. National Eating Disorder Information Center. Toronto. Nedic., 416, pp. 340-4156. (<http://www.nedic.ca/knowthefacts/proanorexiasites.shtml>)
8. Slater, M.: Craving Community: The Phenomenon of Pro-anorexic Sites. (4, 2006). (http://angelingo.usc.edu/vol04_issve02/articles.php?section=tech&article=ProAna&page=all)
9. www.fattloss4idiots.com
10. www.idealni.cz

*Doc. MUDr. František Faltus, DrSc.
Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN
Ke Karlovu 11
128 00 Praha 2*