

Ulike veier inn til spiseforstyrrelser

Selma Øverland Lie

Regional seksjon for spiseforstyrrelser, Oslo universitetssykehus
sellie@ous-hf.no

Mobbing og andre belastende livshendelser er vanligere opplevelser for personer som utvikler bulimi og overspisingslidelse.

Biologiske risikofaktorer, som genetikk, personlighet og vekt, og miljømessige risikofaktorer, som kultur, skjønnhetsideal og livshendelser, er sentrale i utvikling og opprettholdelse av spiseforstyrrelser (Jacobi et al., 2004; Stice et al., 2017). En viktig faktor som trekkes frem, er opplevelser av belastende eller traumatiske livshendelser. Overgrep og mishandling i barndommen nevnes ofte i litteraturen (Molendijk et al., 2017), men vi vet mindre om andre typer belastninger og mer vanlige hendelser, slik som mobbing på skolen.

Spiseforstyrrelser er psykiske lidelser der problematiske tanker og følelser rundt mat, kropp og vekt går ut over livskvaliteten og evnen til å fungere i hverdagen (American Psychiatric Association, 2013). De tre mest kjente er anoreksi (restriktivt matinntak og lav kroppsvekt), bulimi (gjentagende overspisingsepisoder og kompenserende atferd for å hindre vektoppgang) og overspisingslidelse (gjentagende overspisingsepisoder med tap av kontroll, men uten kompenserende atferd). Lidelsene er ofte preget av svakt selvbilde og negative tanker. Unge jenter i ungdomsårene rammes oftest, men menn og kvinner i alle aldre kan utvikle spiseproblemer og fullverdige spiseforstyrrelser. Man vet ikke sikkert hvorfor noen får en spiseforstyrrelse og andre ikke. Derfor er det viktig å kartlegge ulike faktorer som kan bidra til utvikling eller opprettholdelse av symptomene. Belastende livshendelser som overgrep og mobbing eller livstruende opplevelser kan ha en negativ innvirkning på psykisk og fysisk helse, og har en sammenheng med spiseforstyrrelser (Copeland et al., 2013; Solmi et al., 2020).

Hva vet vi om mobbing?

Som en innledende studie i en ny doktorgrad gikk vi systematisk igjennom tidligere studier om sammenhenger mellom mobbing og spiseforstyrrelser (Lie et al., 2019). Kvalitativ gjennomgang og metaanalyse viste at personer med spiseforstyrrelser oftere hadde opplevd mobbing enn kontrollerte. Det var tydelig evidens for at mobbing var *mer* utbredt blant personer med bulimi og overspisingslidelse, mens studiene på anoreksi viste blandede funn. Det var også en klar sammenheng mellom erting og mobbing for vekt eller utseende og kliniske spiseforstyrrelser. For øvrig har det å bli ertet for utseende også tidligere vist seg å ha sammenheng med kroppsmisnøye, slanking og annen spiseforstyrret atferd, som overspising og oppkast (Menzel et al., 2010).

Barndomstraumer og overgrep

For andre belastende livshendelser, har det vært mest fokus på barndomstraumer, særlig seksuelt misbruk/overgrep i barndommen. Seksuell mishandling har vært relatert til spiseforstyrrelser, og har sammenheng med alvorlighetsgrad, tidlig utvikling og mer bulimisk symptombilde (f.eks. overspising og oppkast) (Caslini et al., 2016; Molendijk et al., 2017). I tillegg har man sett en tilknytning til emosjonell mishandling (Molendijk et al., 2017). Personer med traumehistorie som har posttraumatisk stresslidelse (PTSD) har høyere risiko for å utvikle spiseforstyrrelser, og PTSD er vanligere blant

pasienter med diagnostiserte spiseforstyrrelser enn hos ikke-kliniske grupper (Brewerton, 2007). Det er derfor relevant å se på andre typer belastende livshendelser ut over mishandling i barndommen, som senere overgrep og livstruende ulykker eller sykdom, for å finne ut mer om sammenhenger til utvikling av ulike typer spiseforstyrrelser.

Metode

- «EDGE – Spiseforstyrrelser: Gener og miljø» er en kasus-kontroll-studie med 890 deltagere (95 % kvinner, alder 16–78 år, gj.snitt 30 år; $n = 495$ med livstid/nåværende spiseforstyrrelse, $n = 395$ kontroller)
- Diagnosefordeling: anoreksi – restriktiv type (AN-R) = 65, anoreksi – bulimisk type (AN-BP) = 114, bulimi/overspisingsslidelse (BN/BED) = 180, anoreksi/bulimi/overspisingsslidelse (AN/BN/BED, hatt flere diagnoser gjennom livet) = 13
- Elektronisk datainnsamling (2019–2020) med selvrappert spørreskjema: ED100 K (spiseforstyrrelsesdiagnoser), Retrospective bullying questionnaire (RBQ; mobbing i skolealder), Stressful life events screening questionnaire (SLESQ; belastende livshendelser)
- Retrospektive data sammenlignet mellom grupper med logistiske regresjoner

Ny kunnskap om mobbing og andre belastninger

Prosjektet «EDGE – Spiseforstyrrelser: Gener og miljø» ble startet ved Oslo universitetssykehus i 2017, med mål om å få ny kunnskap om mobbing og andre belastende livshendelser. Data fra EDGE-prosjektet ble grunnlaget for doktorgraden «History of bullying, abuse, and other stressful life events in individuals with eating disorders» (2022). Utenom den systematiske gjennomgangsartikkelen om mobbing ble det publisert to artikler til.

En av artiklene (Lie et al., 2021a) viste at personer med en livstidshistorie med spiseforstyrrelser (nåværende eller tidligere) oftere hadde opplevd mobbing (32 %) enn kontrollgruppen (19 %), og at det meste av mobbingen (84 %) skjedde før sykdomsdebut. Studien skilte mellom ulike typer mobbing. Særlig verbal, indirekte (f.eks. eksklusjon fra en gruppe eller ryktespredning) og digital mobbing var mer vanlig i spiseforstyrrelsesgruppen. For verbal mobbing var det enda sterkere effekter av vekt- og utseendemobbing enn andre former for verbal mobbing. Når spiseforstyrrelsene ble analysert separat, var det gruppen med bulimi og/eller overspisingsslidelse som hadde økt forekomst av mobbeopplevelser (sammenlignet med kontrollgruppen), men dette var ikke tilfellet for anoreksigruppen. Funnet var konsistent med tidligere forskning og viser klarere enn før at det kan være ulike faktorer som spiller inn i sykdomsbildet for de ulike spiseforstyrrelsene.

I en annen av artiklene (Lie et al., 2021b) ble andre typer belastende livshendelser undersøkt, og her var det også forskjeller: 81 % av personene med spiseforstyrrelser hadde opplevd belastende livshendelser, mot 65 % av kontrollgruppen. Av de 12 ulike typene belastende livshendelser som ble undersøkt, hadde personer med spiseforstyrrelser oftere opplevd seksuelle overgrep (både voldtekt og andre overgrep) og emosjonell mishandling enn kontrollene. Her så vi også kun forskjeller i

forekomst mellom personer med bulimi/overspisingslidelse og kontroller, og ikke høyere forekomst blant personer med anoreksi.

Konsekvenser for praksis

Samlet viser resultatene fra de tre artiklene at det er en forbindelse mellom opplevelser av hendelser som mobbing, seksuelt overgrep eller emosjonell mishandling og å ha en spiseforstyrrelse.

Undersøkelsen baserte seg på retrospektive data og kan ikke si noe om årsakssammenhenger, men det er likevel grunn til å tenke seg at det å oppleve belastende hendelser kan påvirke både selvbilde og sosial atferd på måter som kan lede en inn i et spiseforstyrret tankemønster. Funnene antyder at det er viktig å kartlegge slike hendelser i behandling fordi erfaringene kan påvirke hvordan man tenker om seg selv, og evnen til å stole på andre og etablere en tilknytning til terapeuten og andre støttepersoner. Faktisk er det vist at traumehistorie og behandling av traumesymptomer er direkte involvert i hvor vellykket behandlingen av spiseforstyrrelsen blir (Olofsson et al., 2020).

Resultater

- Personer med spiseforstyrrelser hadde oftere opplevd både mobbing og andre belastende livshendelser enn kontroller i overordnet analyse.
- Verbal, indirekte og digital mobbing var mer utbredt blant personer i BN/BED-gruppen enn kontrollgruppen (Odds rate (OR) fra 2–3.3, $p < 0.05$).
- Voldtekt, annet seksuelt misbruk og emosjonell mishandling var mer utbredt blant personer i AN-BP-, BN/BED- og AN/BN/BED-gruppene enn hos kontrollgruppen (OR fra 3.27–2.15, $p < 0.05$).
- AN-R skilte seg ikke fra kontrollgruppen verken når det gjaldt mobbing eller andre belastende hendelser.
- Ulike typer belastende hendelser kan være en viktig faktor i spiseforstyrrelser preget av bulimiske symptomer og bør vurderes i behandling.

I tillegg til mer *klassiske* traumatiske opplevelser, viser vi at det å bli utsatt for noe så «vanlig» som mobbing kan være viktig å adressere. Tilbud om tidlig intervensjon og preventive tiltak for å hindre mobbing i skolealder kan gi utslag på senere psykisk helse, og er et viktig fokusområde. Personer som har blitt utsatt for mobbing og andre belastende livshendelser er en risikogruppe for utvikling av spiseforstyrrelser. Man bør derfor følge opp gruppen for å fange opp tidlige symptomer og atferd før det utvikler seg til å bli en alvorlig lidelse, det være seg spiseforstyrrelser eller andre psykiske problemer.

Referanser

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). American Psychiatric Press

Brewerton, T. D. (2007). Eating disorders, trauma, and comorbidity: Focus on PTSD. *Eating Disorders*, 15(4), 285–304. <https://doi.org/10.1080/10640260701454311>

- Caslini, M., Bartoli, F., Crocamo, C., Dakanalis, A., Clerici, M. & Carrà, G. (2016). Disentangling the association between child abuse and eating disorders: A systematic review and meta-Analysis. *Psychosomatic Medicine*, 78(1), 79–90. <https://doi.org/10.1097/psy.0000000000000233>
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A. & Costello, E. J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, 70(4), 419–426. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2013.504>
- Jacobi, C., Hayward, C., de Zwaan, M., Kraemer, H. C. & Agras, W. S. (2004). Coming to terms with risk factors for eating disorders: Application of risk terminology and suggestions for a general taxonomy. *Psychological Bulletin*, 130(1), 19–65. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.1.19>
- Lie, S. Ø. (2022). *History of bullying, abuse, and other stressful life events in individuals with eating disorders* [Doktorgradsavhandling, Universitetet i Oslo]. DUO Research Archive. <https://www.duo.uio.no/handle/10852/96973>
- Lie, S. Ø., Bulik, C. M., Andreassen, O. A., Rø, Ø. & Bang, L. (2021a). The association between bullying and eating disorders: A case-control study. *International Journal of Eating Disorders*, 1(10). <https://doi.org/10.1002/eat.23522>
- Lie, S. Ø., Bulik, C. M., Andreassen, O. A., Rø, Ø. & Bang, L. (2021b). Stressful life events among individuals with a history of eating disorders: a case-control comparison. *BMC Psychiatry*, 21(1), 501. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03499-2>
- Lie, S. Ø., Rø, Ø. & Bang, L. (2019). Is bullying and teasing associated with eating disorders? A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 52(5), 497–514. <https://doi.org/10.1002/eat.23035>
- Menzel, J. E., Schaefer, L. M., Burke, N. L., Mayhew, L. L., Brannick, M. T. & Thompson, J. K. (2010). Appearance-related teasing, body dissatisfaction, and disordered eating: A meta-analysis. *Body Image*, 7(4), 261–270. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.05.004>
- Molendijk, M., Hoek, H., Brewerton, T. & Elzinga, B. (2017). Childhood maltreatment and eating disorder pathology: A systematic review and dose-response meta-analysis. *Psychological Medicine*, 47(8), 1402–1416. <https://doi.org/10.1017/S0033291716003561>
- Olofsson, M. E., Oddli, H. W., Hoffart, A., Eielsen, H. P. & Vrabel, K. R. (2020). Change processes related to long-term outcomes in eating disorders with childhood trauma: An explorative qualitative study. *Journal of Counseling Psychology*, 67, 51–65. <https://doi.org/10.1037/cou0000375>
- Solmi, M., Radua, J., Stubbs, B., Ricca, V., Moretti, D., Busatta, D., Carvalho, A.F., Dragioti, E., Favaro, A., Monteleone, A.M., Shin, J.I., Fusar-Poli, P. & Castellini, G. (2020). Risk factors for eating disorders: an umbrella review of published meta-analyses. *Brazilian Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-1099>
- Stice, E., Gau, J. M., Rohde, P. & Shaw, H. (2017). Risk factors that predict future onset of each DSM-5 eating disorder: Predictive specificity in high-risk adolescent females. *Journal of Abnormal Psychology*, 126(1), 38–51. <https://doi.org/10.1037/abn0000219>