

# Spiseforstyrrelsens «psykologiske funksjon» gir lite mening



Illustrasjon: OneLineStock / Adobe Stock

Min datter ble frisk fra anoreksi. Familiebasert terapi med mat som medisin fungerer. Jeg opplever likevel at den biologiske forståelsen av sykdommen ikke anerkjennes i fagmiljøene.

TEKST

**Anonym mor\***

**PUBLISERT 3. januar 2024**

EMNER

spiseforstyrrelse

Anoreksi

brugerstemme

familiebasert terapi

*\* Forfatteren har en datter som er frisk fra anoreksi og ønsker av hensyn til henne å være anonym. Redaksjonen kjenner forfatters identitet.*

I mitt innlegg [10. oktober 2023](#) ytret jeg et ønske om at de ulike fagmiljøene som jobber med spiseforstyrrelser, hjelper oss foreldre med å rydde opp i forståelsen av anoreksi. Jeg opplever at vi blir presentert for to ulike modeller samtidig: en biologisk forståelse og en psykologisk forståelse.

Jeg har selv erfart at familiebasert terapi (FBT) med mat som medisin fungerer. Det er en tøff behandling, men min ungdom ble frisk, og jeg er ikke i tvil om at den harde

kampen var verdt innsatsen. Etter denne erfaringen er det ikke lenger mulig for meg å se at både en biologisk forståelse og en psykologisk forståelse kan være gyldig på en og samme tid.

Det har kommet to innlegg som svar, og i begge blir sykdommen beskrevet som multifaktoriell. Mat og vektoppgang blir beskrevet som viktig i all behandling, men det påpekes også at mat og vektoppgang alene ikke alltid er nok til å gi full tilfriskning. Begge innleggene trekker fram nytten av terapi rettet mot spiseforstyrrelsens funksjon for den syke, som kan være å regulere følelser. Det beskrives at det er viktig å identifisere komorbide lidelser som avdekkes når undervektsrigiditeten avtar.

Jeg ba fagmiljøene om å ta stilling til den dobbeltkommuniseringen vi foreldre blir møtt med, og hjelpe oss med å sortere. Ingen av innleggene bidrar til den sorteringen som jeg tror vil hjelpe flere foreldre til å fortsette å stå i FBT helt til barna blir friske. Jeg opplever at tekstene demonstrerer nettopp den sammenfiltringen av sykdomsforståelsen som jeg hadde håpet å få sortert i.

I begge innleggene blir det framhevet at undervekt påvirker hjernen og gir psykiske symptomer. Med reduksjon av undervekt avtar symptomene. Biologien anerkjennes altså, men mer som opprettholdende faktor enn som selve årsaken til sykdommen. Når undervekten er redusert, vil man gjennom å rette oppmerksomhet mot psykologisk årsak og spiseforstyrrelsens funksjon kunne hjelpe pasienten videre i tilfriskningen.

Jeg er ikke utdannet i noen av fagene som jobber med behandling av denne lidelsen. Jeg er en mor som har erfart at mat som medisin fungerer når den syke spiser nok mat lenge nok, og det var mer og lenger enn de fleste tror er nødvendig. Jeg og mange andre har fått avgjørende råd fra det internasjonale pårørendemiljøet. Jeg vil gjerne gi den informasjonen som deles i det internasjonale pårørendemiljøet, videre til behandlere i Norge.

Det avgjørende rådet som deles i pårørendemiljøet, er overskuddsvekt. Man rådes til å fortsette vektoppgang til minst 10 % over der man kan estimere at ungdommen ville vært på den gitte alderen dersom hen aldri hadde blitt syk med anoreksi. Foreldre fra hele verden deler historier om at spiseforstyrrelsen slapp taket på en høyere BMI.

Når man har lest mange nok slike historier, blir man motivert til å fortsette vektoppgangen, men man må våge å gå sin egen vei, utover behandlernes anbefaling. Også i Norge er vi nå etter hvert flere som har erfart at sykdommen slipper taket på en høyere BMI enn forventet, og at denne tilfriskningen er varig.

Å estimere hvilken vekt man ville hatt dersom man aldri hadde blitt syk, er ingen eksakt vitenskap. Derfor poengteres det i pårørendemiljøene at tilfriskning er en tilstand, ikke et visst antall kilo, uttrykt som «state not weight». Man rådes til å fortsette vektoppgang til man erfarer full tilfriskning, på samme måte som man må fortsette med antibiotika til symptomene er borte.

Når man som forelder har våget å følge rådene om overskuddsvekt, og erfart at det ga full tilfriskning, påvirker det ens forståelse av årsaken til sykdommen. Man har erfart at

de fysiologiske konsekvensene av nok mat førte til mental tilfriskning. Erfaringer med overskuddsvekt som essensiell faktor for tilfriskning styrker slik jeg ser det, en biologisk årsaksforklaring.

Vi mennesker er selvsagt ikke delt i to adskilte systemer, ett psykologisk og ett biologisk. Alt henger sammen og påvirker hverandre, men dilemmaet om hvorvidt høna eller egget kom først, må ikke hindre oss i å anerkjenne den biologiske forståelsen av veien ut og inn av sykdommen.

Med en biologisk årsaksforståelse gir det ikke mening for meg å reflektere over spiseforstyrrelsens psykologiske funksjon, like lite som det hjelper å reflektere over kreftens eller diabetesens psykologiske funksjon. Det betyr ikke at man med en biologisk årsaksforståelse ikke har behov for hjelp med følelsene. Pasientene har et enormt behov for anerkjennelse av det følelseskaoset som sykdommen fører til, og hjelp med den angsten som reernæringen skaper. De trenger også motivasjon og hjelp til å se hva livet har å by på uten sykdommen.

Jeg kan ikke forklare hvilke biologiske forstyrrelser som pågår, og på hvilken måte overskuddsvekt fører til tilfriskning, men jeg ønsker å formidle det jeg har lært gjennom det internasjonale pårørendemiljøet, og erfart med eget barn. Mitt håp er at behandlere skal erfare at flere pasienter får full tilfriskning ved å gå høyere opp i vekt. Det kan legitimere for at det skal brukes ressurser til forskning som kan dokumentere og bringe feltet videre, slik at flere blir helt friske.

#### TEKST

**Anonym mor \***

+ Vis referanser

Anonym mor (2023, 10. oktober). Hjelp oss å sortere om anoreksi.

(11), 741-742 <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2023/10/hjelp-oss-sortere-om-anoreksi>

Rekkedal, G., Nordenson, C., Albertson, M. N., Aardal, H. & Austbø, B. (2023, 29. november). Et forsøk på oppklaring om anoreksi.

(12), 885-886 <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2023/11/et-forsok-pa-opplaring-om-anoreksi>

Kristoffersen, O. H. (2023, 29. november). Veien ut av anoreksiens klør.

(12), 887-888 <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2023/11/veien-ut-av-anoreksiens-klor>