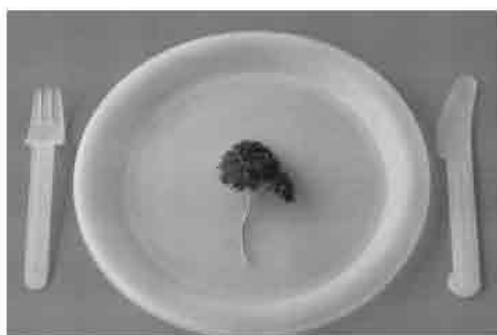


تبیین تکاملی بی‌اشتهایی روانی*

کرن کرستینگ^۱

[ترجمه و اقتباس: خدیجه فولادوند]



افراد مبتلا به بی‌اشتهایی روانی بر این باورند که می‌توانند بدون غذا و یا با غذای بسیار کم، به زندگی خود ادامه دهند.

سازگاری قدیمی، که احتمالاً در گذشته سودمند بوده است، امروزه باعث به وجود آمدن بی‌اشتهایی در افرادی می‌شود که آمادگی ژنتیکی برای این بیماری را دارند.

به نظر گی‌زینگر در عهد قدیم شاید کم‌غذایی عامل تسریع‌کننده اصلی بی‌اشتهایی روانی بوده و باعث می‌شده افراد مستعد از لحاظ ژنتیک، ۱۵ درصد از وزن بدن‌شان را از دست بدهند - اما امروزه در اغلب اوقات، رعایت تعمدی رژیم غذایی به علت ترس اجتماعی از چاق شدن، علت بروز بی‌اشتهایی است.

اومی نویسد: "بسیاری از مردم در برابر این نظریه می‌گویند، امروزه که غذا به مقدار فراوان وجود دارد، چرا افراد مبتلا به بی‌اشتهایی روانی، دوباره شروع به خوردن نمی‌کنند؟ گی‌زینگر پاسخ می‌دهد "مغز انسان به گونه‌ای

بر طبق نظریه‌ای جدید، بی‌اشتهایی روانی، احتمالاً ریشه در فرایند جست‌وجو برای غذا در انسان‌های کوچ‌نشین دارد.

بر طبق نظریه‌ای جدید، بی‌اشتهایی روانی به غریزه تکاملی گروه‌های مهاجر بشر اولیه برمی‌گردد که پس از اتمام منابع غذایی در یک محل، برای یافتن غذا به جای دیگر می‌رفتند. شن‌گی‌زینگر^۲، روان‌شناس و درمان‌گر خصوصی، در مقاله خود در مجله نقد و بررسی روان‌شناختی^۳ (ج ۱۱۰، ش ۴، سال ۲۰۰۳) بیان می‌کند، هنگامی که کمبود غذا یا قحطی آغاز می‌شود، اکثر حیوانات و انسان‌ها، گرسنگی شدید احساس می‌کنند. سطح فعالیت آن‌ها پایین می‌آید و به شدت به دنبال غذا می‌گردند. اما وقتی بی‌غذایی ادامه می‌یابد، افرادی که آمادگی ژنتیکی برای بی‌اشتهایی روانی دارند، احساس سیری کرده و پراورزی می‌شوند و گرسنگی زیاد اذیت‌شان نمی‌کند، که این مجموعه نشانه‌ها در DSM-IV هم توصیف شده است.

گی‌زینگر می‌گوید: "در درمان بیماران مبتلا به بی‌اشتهایی روانی، می‌خواستم ببینم که آیا علایم آن‌ها همان چیزی بود که در گذشته مفید بوده است." وقتی کوچ‌نشینان دچار قحطی می‌شدند، نمی‌نشستند تا گرسنگی آن‌ها را بکشد. اگر قحطی رخ می‌داد به آن معنا بود که غذایی آن‌جا وجود ندارد، پس بنابراین باید از آن‌جا کوچ می‌کردند. سازگاری‌های بهنجار در مورد گرسنگی، به این شیوه، شکل گرفته‌اند.

سازگاری مشکل‌ساز

گی‌زینگر می‌گوید در گروه‌های کوچ‌نشین که قبل از تمدن امروز بوده‌اند، افرادی که بر اثر گرسنگی از پا در نمی‌آمدند، ممکن بود رهبر شوند و گروه را به مکان‌هایی که از نظر غذایی، غنی بودند کوچ دهند. او استدلال می‌کند این

* این مقاله ترجمه و اقتباسی است از مقاله‌ای در مجله *Monitor On Psychology* با عنوان "An evolutionary explanation for anorexia" که در سال ۲۰۰۸، جلد ۳۵، شماره ۴، صص ۲۲-۲۳ به چاپ رسیده است.

1. Kersting, K.

2. Guisinger, S.

3. *Psychological Review*

علت را در گذشته جست‌وجو می‌کند، بررسی فرضیه‌های او از طریق پژوهش امکان‌پذیر نیست. با این حال کوگان می‌گوید "تفسیری که او ارائه داده است بسیار جالب است و مهم‌تر از همه، به نکات برجسته‌ای درباره‌ی اثرات روان‌شناختی و فیزیولوژیک کم‌غذایی اشاره می‌کند، اثراتی که ممکن است نقش مهمی در به وجود آمدن بی‌اشتهایی روانی داشته باشند".

اما گی‌زینگر، که هیچ‌وقت مقاله‌ای پژوهشی، راجع به بی‌اشتهایی روانی منتشر نکرده است، توضیح می‌دهد که او پس از سال‌ها مشاهده‌ی بیمارانی که می‌خواستند بخورند، اما می‌گفتند بدن‌شان مانع خوردن آن‌ها می‌شود، به این نتیجه‌گیری تکاملی رسیده است. به نظر گی‌زینگر مهم‌ترین گام در کمک به بیماران، برگرداندن وزن‌شان به وزن بهنجار است. به عقیده‌ی وی این افزایش وزن، پاسخ بی‌اشتهایی‌ای را که به شکل ژنتیکی برنامه‌ریزی شده است، متوقف می‌کند. طبق نظر او، این فرضیه می‌تواند اساس رفتار درمانی شناختی را در کمک به افرادی که می‌خواهند به وزن‌شان بیافزایند، تشکیل دهد.

در ادامه او می‌گوید "این موضوع، نقش روان‌درمانی را کم‌نمی‌کند، بلکه به این معنا است که افراد به کمک درمان‌گر، خانواده، پزشک و متخصص تغذیه نیاز دارند تا با نشانه‌هایی که از بدن‌شان به آن‌ها می‌رسد، نشانه‌هایی که به شکل غیرطبیعی دریافت می‌کنند، مقابله کنند".

1. Mrosovsky, N.

2. Sherry, D.

3. Kron, L.

4. Bell, R.

5. Cogan, J.

است که فقط به سطح چربی خون پاسخ می‌دهد تا به طور خودکار بتواند بین پیام‌دهنده‌های گرسنگی و سیری، تعادل ایجاد کند. تکامل، گاه چیز خوبی نیست و گاه سازگاری‌هایی ادامه پیدا می‌کنند که مورد نیاز نیستند. در مورد بی‌اشتهایی روانی، سازگاری، باعث خاموشی احساس گرسنگی در زنان تحت رژیم امروزی می‌شود.

پژوهش‌ها چه می‌گویند

گی‌زینگر، پشتوانه زیادی برای نظریه خود فراهم کرده است. در مطالعات بسیاری نشان داده شده است که علایم اصلی این بیماری، از لحاظ سازگاری، قابل توجیه هستند. برای مثال، او به پژوهش نیکولاس مروفسکی^۱ و دیوید شری^۲ اشاره می‌کند که رفتار گونه‌های مختلف حیوانات را در زمان کم‌غذایی و اجبار برای مهاجرت، بررسی کرده‌اند. او همچنین پژوهش لئوکرون^۳ را ذکر می‌کند که در آن نشان داده شده است که بیماران مبتلا به بی‌اشتهایی روانی به بیش فعالی و رفتارهای وسواسی برای حرکت کردن، میل پیدا می‌کنند. او به پژوهش رودلف بل^۴ مورخ اشاره می‌کند. طبق یادداشت این مورخ، افرادی در سده‌های میانه سعی می‌کردند از طریق روزه‌داری‌های مذهبی، وزن خود را کم کنند. آن‌ها افرادی بیش‌فعال بودند و تصویر بدنی که از خود داشتند، نادرست بود.

جینین کوگان^۵ یکی از محققان اختلال‌های خورد و خوراک می‌گوید، اگرچه نظریه گی‌زینگر براساس ارائه چنین شواهدی به وجود آمده است، اما اثبات یک علت تکاملی برای بیماران امروزی دشوار است. به نظر وی چون گی‌زینگر