



## 摂食障害基礎知識 良い治療者の見分け方

**摂食障害**において、良い治療者とはどんなものを持ち合わせている者なのでしょうか？私が考えるトップ3をシェアします。

### 【1】 摂食障害の身体的&精神的両方の面を理解している

例えば拒食症の場合・・・体重が回復すれば拒食症が完治するわけではありません。  
体重回復は最初の1歩です。身体が十分な栄養を補給して初めて、根本的な解決に挑めるようになるのです。

### 【2】 体重と食事以外のことについてもしっかりと考慮してくれている

例えばバレエダンサーの場合。ダンサーの今までのバレエとの関わり方、体重・体型に関する考え、友人関係、先生やスタジオとの関係、家庭環境、バレエ以外の趣味、バレエ有り無しでの食事とのかかわり方、ダンサーとしてのゴール v s 人としての人生の目標など、体重と食事のこと以外にも目を向けてくれる人であれば、複雑な摂食障害の治療もしっかりとサポートしてくれるでしょう。

### 【3】 治療者本人がダイエットをしていない

している場合は・・・逃げてください。

本気で言っています。

どれだけ治療側が隠そうとしても、その人がダイエットをしていたり、食事・身体・体型などに対する偏見をもっていたら、患者側の摂食障害の完治は非常に難しくなります。なぜならその治療者のダイエット観念が患者の摂食障害行動や思考を助長してしまうからです。

勇気を出して治療を受けるのだから、回復をサポートしてくれるしっかりとした人を見つけましょう。

患者にも選ぶ権利があるということを忘れないでください。