

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	13
Часть I	
Консультирование по вопросам питания	17
1. Клинические особенности расстройств пищевого поведения	19
Введение	19
Особенности нервной анорексии	21
Клинические осложнения нервной анорексии	24
Особенности мужчин с расстройствами пищевого поведения	54
Особенности новых диагностических критериев расстройств пищевого поведения: DSM-IV и DSM-5	55
Резюме	59
2. Курс лечения	61
Введение	61
Пациент с расстройством пищевого поведения	61
Структура сессии	63
Предварительная консультация	63
Первая сессия: начало работы	65
Первая сессия: середина	75
Первая сессия: окончание	87
Домашнее задание	88
Последующие консультации	90
Частота встреч	90
Команда по лечению расстройств пищевого поведения	91
Как направить пациента к другому специалисту	94
Прекращение консультаций	94

Содержание	7
3. Процесс консультирования	97
Введение	97
Проблемы консультирования	104
Сопутствующие психические расстройства	109
Проблемы с образом тела	115
Резюме	122
4. Интервенции в консультировании	125
Введение	125
Что такое когнитивно-поведенческая терапия	126
Что такое диалектическая поведенческая терапия	134
Мотивационное интервьюирование	145
Терапия принятия и ответственности (АСТ)	150
Стадии изменений	151
Резюме	158
Часть II	
Инструменты	159
5. Планирование питания: “правило трех”	161
Введение	161
Преимущества “Правила трех”	163
Знакомство с “Правилом трех”	166
Реализация “Правила трех”	170
Сотрудничество	176
Эксперименты	178
Правильная подача “Правила трех”	179
Работа с сопротивлением плану питания по “Правилу трех”	182
Детали	184
Калории в “Правиле трех”	199
Добавки с высоким содержанием питательных веществ	202
Резюме	205
6. Самоконтроль	207
Введение	207
Что такое самоконтроль	207
Представление самоконтроля	211
Как осуществлять самоконтроль	212

Когда осуществлять самоконтроль	213
Нервная анорексия	214
Нервная булимия и синдром переедания	214
Просмотр журналов питания при самоконтроле	215
Жалобы	217
7. Уровни оказания помощи	219
Введение	219
За пределами уровня 1	219
Перевод со стационарного лечения на амбулаторное	225
Рецидив	226
Выздоровление	229
Возмещение расходов третьей стороной	230
Часть III	
Лечение	239
8. Оценка веса	241
Введение	241
Биологически приемлемый вес (БПВ)	242
Контрольная точка	243
Метаболическая эффективность	243
Мускулатура, пол и этническая принадлежность	244
Нормальное питание и поведение при физических упражнениях	245
Нормальные физиологические функции	245
Точка регулировки	247
Нормальный рост и развитие	247
Задержка полового созревания	249
Менопауза	249
Прогнозирование биологически приемлемого веса	250
История веса	251
Категории веса в соответствии с ИМТ	252
Возрастно-весовые категории ИМТ, представленные Центром по контролю и профилактике заболеваний	255
Весовые категории ИМТ, представленные Национальным институтом здравоохранения для взрослых	256
Весовые категории ИМТ по классификации DSM	256
Идеальный вес тела	256

Содержание	9
Пересмотренные весовые категории ИМТ	257
Колебания и диапазоны	263
Проверка веса	264
Резюме	269
9. Восстановление веса	271
Введение	271
Определения и описания	271
Сложности в восстановлении веса	272
Решения	284
Предотвращение рецидива	301
Весовые цели	302
Планирование питания при восстановлении веса	311
Направления к другим специалистам	321
Психотропные лекарственные средства	322
Резюме	323
10. Лечение переедания	325
Введение	325
Определения и описания	325
Сложности	326
Решения	331
Управление весом	338
Мониторинг веса	340
Поведенческие стратегии	341
Управляемая самопомощь	345
Направления к другим специалистам	346
Психотропные лекарственные средства	346
Резюме	347
11. Управление компенсаторным поведением	349
Введение	349
Определения и описания	349
Сложности	351
Решения	353
Управление весом	365
Направления к другим специалистам	366
Психотропные лекарственные средства	367
Резюме	367

12. Управление чрезмерными физическими упражнениями	369
Введение	369
Определения	369
Обзор литературы	372
Клинические примеры	373
Оценка	375
Спортсмены	375
Сложности	376
Решения	381
13. Работа с семьями	393
Введение	393
Оригинальная модель семейной терапии	393
Родительская помощь в организации питания и перекусов (Parent-Assisted Meals and Snacks — PAMS)	396
PAMS: первая фаза	400
PAMS: вторая фаза	415
Нервная булимия и синдром переедания	418
Резюме	420
Приложение А. Регистрационный пакет	421
Приложение Б. Контрольный список для оценки питания при расстройствах пищевого поведения	427
Список литературы	435