

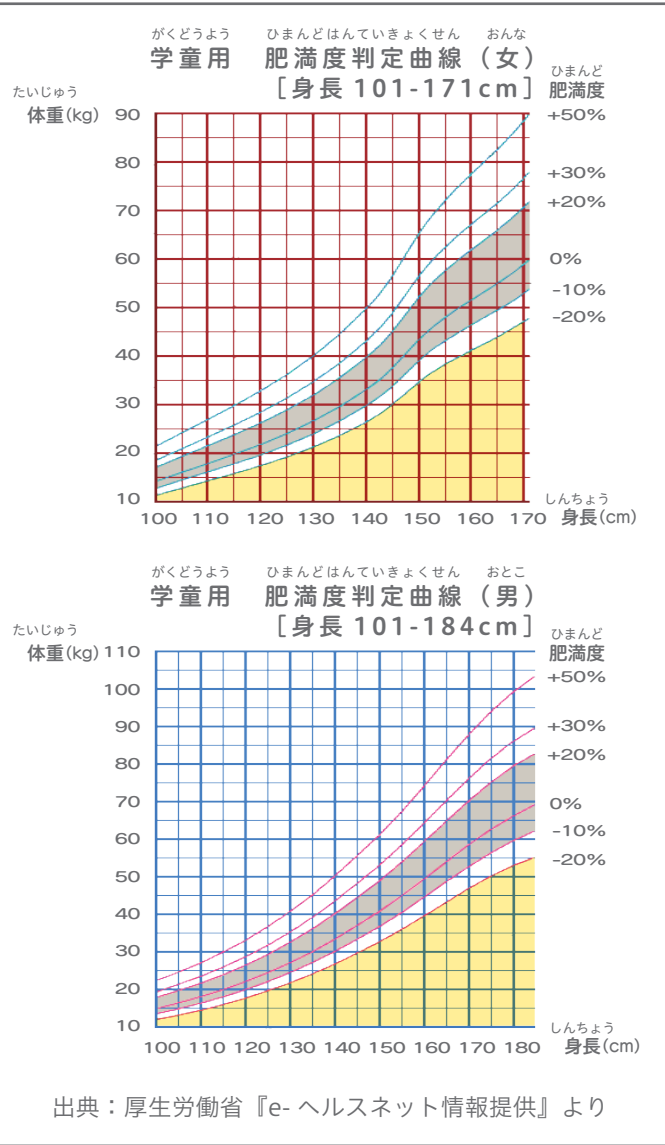
# や 痩せすぎてどのくらい？

ひまんど マイナス したまわ や  
肥満度の -20%を下回ると痩せすぎです



した しんちよう たいじゅう  
下のグラフで身長と体重が  
まじ 交わるところをチェックしましょう

- は痩せすぎです
- は標準範囲です



### 摂食障害のサイン

- ◇ 体重・体型
  - 急激に体重が減少する
  - 体重が増えることを極端に怖がる
  - 「太っている」という言動が多い
  - 1日に何度も体重計に乗る

気になる症状・サインがあったら、病院を受診されることをお勧めします

- ◇ 食事
  - 食べる量が減る
  - カロリーの低い食品を中心に食べ、炭水化物など特定の食べ物を拒否する
  - 食べていないのに「食べている」「お腹が空いていない」と言う
  - 人と食事するのを避ける
- ◇ やせるための代償行為
  - 食事後にしよっちゅうトイレに行く
  - トイレや風呂で嘔吐物の臭いがする
  - 頬や顎あたりが不自然にはれている
  - 手の甲に「たこ」ができています

### 保護者の方へ

福岡県摂食障害支援拠点病院は福岡県と国の予算で運営されている事業です。

摂食障害の患者さんやご家族のための相談窓口として、お悩みやご不安などをお聞きするとともに、ニーズに応じた支援を行っています。

ご相談は、電話・メール・面談によりお受けしておりますので、お気軽にご連絡ください。

### 福岡県摂食障害支援拠点病院

- ☐ 電話/FAX：092-642-4869
- ☐ E-mail：info@edsupport-fukuoka.jp
- ☐ HP：http://edsupport-fukuoka.jp
- ☐ 対応時間：9時～16時
- ☐ 対応日：月・水・金曜日(祝日除く)

# せつ しょくしょう がい 摂食障害って びょうき どんな病気？

た たいじゅう  
～食べることや体重のことで  
あたま びょうき  
頭がいっぱいになる病気～

せつしょくしょうがい びょうき  
摂食障害ってどんな病気？

たいじゅう たいけい き しょくじ りょう た かた  
体重や体型がとても気になったり、食事の量や食べ方などに  
つよ  
強いこだわりがあるなどして、やせます。  
からだ こころ さまざま えいきょう およ びょうき  
やせすぎることで、体や心に様々な影響が及ぶ病気です。

◇◆◇ やせすぎると、体や心に心配なことが起こります ◇◆◇

からだ  
体

かみ け ぬ  
髪の毛が抜ける  
しんちよう の  
身長が伸びない

つか  
疲れやすい  
げんき  
元気がない

むしば  
虫歯ができる  
は ばあい  
(吐いている場合)

さむ  
寒がりになる

おなかがすかない  
すぐにおなかいっぱいになる  
べんぴ  
便秘になる

せいり  
生理がこない  
せいり と  
生理が止まる

こうどう  
行動

がっこう い  
学校に行きたくなくなる  
ともだち はなし あそ いや  
友達と話したり、遊ぶのが嫌になる

こころ  
心

かおいろ わる  
顔色が悪い

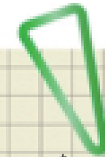
ひ ふ  
皮膚がかさかさになる  
うぶ毛が増える

ほね  
骨がもろくなる  
かいだん のぼ  
階段が昇りづらくなる

べんきよう しゅうちゅう  
勉強に集中できない

イライラする  
きぶん お こ  
気分が落ち込む

いろいろなことが心配になる



- ☆ 食べたいのに食べられず、やせていませんか？
- ☆ 食べる量が少なくて、やせていませんか？
- ☆ 食べるのがこわいことはありませんか？
- ☆ やせたい気持ちや体重のことで  
あたま  
頭がいっぱいになっていませんか？
- ☆ 食べすぎて吐いてしまうことが  
しゅう かいじょう  
週1回以上ありますか？



どれかが当てはまるからといって  
かなら びょうき かぎ  
必ずしも病気とは限りません  
でも、もしかしたら・・・

せつしょくしょうがい  
摂食障害  
という病気のこともあります  
このような場合は、  
はや ちりよう だいじ  
早く治療することが大事です

かぞく ほけんしつ がっこう せんせい  
ご家族や保健室など学校の先生、  
ちか いしや そうだん  
近くのお医者さんに相談しましょう

