

Reportage

Hopp för patienter med ätstörningar

Av Mona Jakstrand 26 juni 2002

Ny effektiv svensk metod bygger på att anorektiker och bulimiker ska lära sig att äta lagom stora portioner med hjälp av ett datorprogram.

Med hjälp av en dator, värme och ett minimum av fysisk aktivitet blir 75 procent av alla patienter med ätstörningar friska. Bara några få procent av dessa får återfall inom två år.

Den lyckade metoden, som använts på Anorexicentrum i Huddinge sedan 1993, presenteras i dagarna i en amerikansk vetenskapstidskrift. Hittills har det funnits få välgjorda utvärderingar av behandling mot ätstörning, en svårbotad sjukdom som uppskattningsvis mellan 20 000 och 25 000 svenskar lider av.

Det speciella med den svenska metoden är att den ser ut att ha lika god effekt för såväl anorektiker (självsvält), bulimiker (hetsätning) som för personer med diffusa ätstörningsproblem som saknar diagnos.

- Det är faktiskt första gången man kan se så goda resultat, oavsett svårighetsgrad och ålder på patienten, säger Cecilia Bergh på Anorexicentrum som tillsammans med professor Per Södersten uppfunnit det särskilda datorprogrammet som lär patienterna äta igen.

Behandlingen, som sker i öppen- och slutenvård, bygger på att anorektiker och bulimiker ska lära sig att äta lagom stora portioner med hjälp av ett datorprogram. Datorn kommunicerar med en våg som tallriken ställs på. Vågen talar om hur mycket patienten äter. Genom en inprogrammerad skala mäts mättnadskänslan och äthastigheten.

Varför programmet verkar ha så god effekt vet Cecilia Bergh inte. Hon tror dock att patienterna litat på programmet, just eftersom det är en dator.

- De brukar säga att en dator inte luras och försöker inte smussla ner fler kalorier i maten.

Efter måltiden ska patienten vila i ett varmt rum, maximalt 40 grader. Värme dämpar ångest och oro.

Fysisk aktivitet är inget som uppmuntras på Anorexicentrum, tvärt om händer det att de som behandlas får sitta i rullstol för att spara på krafterna.

Mycket tid läggs ner på den sociala återuppbyggnaden. Personalen hjälper den sjuka med att ta upp fritidsintressen, träffa vänner, skaffa praktikplats eller jobb.

De får dessutom dagligen lektioner av en lärare. Skolarbetet utökas allt eftersom patienten börjar må bättre.

- Det finns också en tandläkare, som kan hjälpa bulimikerna, en frisör och en make-up artist på plats. Att bygga upp självförtroendet igen är viktigt för de här tjejerna, säger Cecilia Bergh.

Forskarna på Anorexicentrum jämförde först sexton patienter som fick behandling med lika många obehandlade, ett mycket ovanligt sätt att genomföra en studie på.

- I normala fall är det inte etiskt riktigt att göra så. Men eftersom väntelistan var så lång att patienter som inte deltog i studien fick vänta lika länge på behandling som kontrollgruppen fick göra fick vi klartecken från etiska kommittén.

Kontrollgruppen fick dessutom löfte om att få behandling när studien var avslutad. Fjorton av de sexton blev av med sina ätstörningsproblem. I kontrollgruppen blev bara en frisk.

Nu har totalt 168 patienter behandlats med metoden. 75 procent har blivit friska, det vill säga har normala värden, vikt, psykisk profil och de kan gå i skola eller arbeta heltid. Ytterligare 15 procent mår klart bättre efter behandlingen.

Efter ett år hade 7 procent fått återfall medan 93 procent fortfarande var friska.