

過食嘔吐と出会って

D 氏

私は、小学生の時母から言われた言葉と兄の入院話をきっかけに太ることへ恐怖を覚えました。給食は残し、足の太さにすごく執着していました。専門学校へ進むと同時に実家を出て、運動とカロリー制限を始めました。その時は、1200 カロリーまで許していましたが、徐々に低くなり入院時はラムネ 1 個のみ許可食となっていました。専門学校 3 年生に上がる直前、嘔吐を覚えました。そして、園芸用チューブで胃洗浄をする方法をネットで見つけてしまい、1 週間ほどで習得してしまいました。当時は、もう食べても太らなくて済むことにすごく喜び、異常だと気づかず妹におすすめしたところ親に知られ、親が病院を探し始めました。臨地実習に通っているときもラムネ 1 個と過食嘔吐で過ごしていたため自転車もこげなくなりました。毎日チューブを飲み込み、血を吐いてもやめられず沼にはまってしまいました。

1 回目の入院では、初日から食事は完食していましたが、お腹の出が気になり院内をこっそり駆け回ったりチューブを持ち込んだりしました。それらの行動は、心理士さんやお医者さん曰く太る不安を下げるための行動でありました。我慢すれば何もしなくても不安は下がっていくと教えられ耐えたことを覚えています。入院しながら臨地実習に通ったため食べることに、勉強すること、外での食べ物の誘惑に負けないこと、さまざまな試練がありものすごくつらかったです。その時、何度も相談にのってくれた看護師さん等に感謝しています。

2 回目の入院では、食べ物を捨てたりトイレで嘔吐していました。1 回目の入院で体重がどうなるか知っていたため怖かったです。入院が伸びるのが嫌で完食するようになりましたが、それも徐々に慣れていき食べて吐かないでいることの楽さを学びました。また、カロリーなど気にせず家族と一緒にご飯を食べられる幸せを外泊を機に感じました。

2 回の入院から学んだことは、食べないと過食衝動がでること、太ることへの不安は自分自身が作り出していること、普通に食べることの幸せです。周りの支えがなかったら専門学校を卒業できませんでしたし、国家試験も受験できていなかったと思います。退院した今、まだチューブを手放せていませんが、食べ物を吸収しないということはありませんでした。体重も過去最高を更新しています。今までの学びと教えを忘れず、健康に生きていきたいです。