

Poruchy výživy a psychická činnost

Výživa zajišťuje tělu látky nezbytné pro růst a vývoj tkání, pro adekvátní, integrovanou, plynulou činnost organismu jako celku v období tělesné a duševní námahy i v klidu, za běžných i extrémních životních podmínek. Výživa je všeobecně chápána jako závažný činitel fyzického zdraví a pracovní výkonnosti, méně často se uvažuje o jejím vlivu na duševní zdraví, na psychické tempo, prožívání, na vyšší mentální funkce. Úloha výživy se nejlépe projeví v situacích, kdy je narušen její přísun nebo její využití, kdy dochází k hladovění nebo podvýživě. Podvýživa (malnutrice), která je výsledkem dlouhodobého stavu nedostatečné nebo nesprávné výživy, může mít různé příčiny: může být způsobena absencí některé životně důležité látky v dietě, např. nedostatkem jódu, železa, vitamínů, minerálů, bílkovin, nebo celkově sníženým množstvím potravy, jež nemůže uspokojit bazální fyziologické potřeby jedince. K podvýživě může dojít i při normální nabídce živin, jestliže vlivem choroby nebo po operaci trávicího ústrojí tělo nemůže využít přijímané živiny.

Výživě byla věnována zvýšená pozornost psychologů periodicky od začátku tohoto století. Teoretický výzkum využíval potravu jako motivace k různým činnostem, jako odměny při učení u laboratorního zvířete. Psychologie ale reagovala pohotově také na nové poznatky vědy o výživě a jejich aplikaci v klinické medicíně. Příkladem může být objev jednotlivých vitamínů a odhalení jejich vlivu na činnost organismu. Studium chování laboratorních potkanů (»bílých kryse«), podmíněných reflexů u psů a laboratorní psychologické testy u lidí ukázaly odchylky od normální psychické činnosti při nedostatku vitamínů B-komplexu, hlavně thiaminu a pyridoxinu. Psychologické změny byly často patrné dříve než klinické projevy poruch ve výživě.

Období druhé světové války podalo důkazy o dlouhodobých následcích nedostatečné potravy. Blokáda Leningradu, některých oblastí Holandska, hladovění v koncentračních táborech, spojené se strádáním nejruznějšího druhu, to vše byly experimenty, které si nikdo nepřeje opakovat. V laboratorních podmínkách byly modelovány stavy krátkodobého hladovění a několikadenního »po-

lohladovění« u zdravých dobrovolníků. Ukázalo se, že hladovění narušuje psychické tempo, výkonnost, soustředění na práci, některé senzorní procesy, dochází i ke změnám osobnosti. Podstatné je, že efekty hladovění je u dospělých osob možno upravit prakticky beze zbytku dobrou dietou.

Experimentální fyziologický výzkum přispěl k vysvětlení mechanismů zjištěným, že mozek je přednostně chráněn vůči výkyvům v přívodu živin. Krátkodobé hladovění pokusných zvířat v dospělém věku neovlivnilo podstatně váhu mozku, zatímco váha ostatních orgánů postupně klesala. Nutriční rehabilitace váhový deficit brzy upravila. Přesto se zájmem o vlivy nedostatečné výživy začal zvyšovat, a to v souvislosti s přibýváním empirických dat o důsledcích podvýživy a hladovění v dětském věku a problematika malnutrice se dostala do popředí současné vědy o výživě. Více než 70 procent obyvatel této planety trpí chronickým nedostatkem potravy. Již před 15 lety se odhadovalo, že ve světě 350 miliónů dětí předškolního věku prochází fází podvýživy, avšak skutečný počet případů zdaleka převyšuje oficiální statistiky, které nepostihují nehlášené a někdy i nerozpoznané formy malnutrice. Medicína dostala praktický úkol: léčit klinické formy malnutrice, zejména kwashiorkor, ke kterému dochází při kritickém snížení obsahu bílkovin v dietě, a marasmus — při nedostatku potravy vůbec.

Brzy se ukázalo, že kromě fyzických symptomů onemocnění se objevují jako nejnápadnější příznaky apatie, ztráta zvědavosti a zájmu o okolí. Emoční projevy dítěte se omezují na strach, hněv, pocity nelibosti. Na druhé straně zlepšení emočního stavu signalizuje uzdravení a projevuje se často dříve než návrat k normálním hodnotám ve fyziologických ukazatelích a biochemických testech. Uzdravující se dítě začíná reagovat na podněty z okolí, dává najevo radost, usmívá se. Nutriční terapie, pokud začíná včas, může zachránit dítěti život, zlepšit jeho fyzický stav, upravit růst a váhu. Mohou však přetrvávat některé psychické symptomy, opožďuje se psychický vývoj a některé důsledky v psychice se mohou nejruznějším způsobem projevovat i dlouho po odeznění malnutrice. Tyto poznatky kliniků doby

podněty pro psychologický výzkum v řadě zemí několika kontinentů.

První výsledky hodnocení psychického vývoje podvyživených dětí byly velmi uniformní, bez ohledu na rozdíly v ekologickém, kulturním, etnickém pozadí a na další odlišnosti zkoumaných lokalit. Děti, které prošly fází časně malnutrice, měly horší prospěch ve škole ve srovnání s normálně se vyvíjejícími vrstevníky, měly nižší inteligentní kvocient ve standardizovaných testech. Nápadné byly i poruchy pozornosti.

Uniformita psychologické symptomatologie a hlavně riziko vzniku dlouhodobých poruch alarmovaly psychology a pediatry k dalšímu systematickému výzkumu, který kromě detailní analýzy nutričních poměrů a zvyklostí v různých oblastech měl studovat závislost psychických poruch na věku, ve kterém začala podvýživa, na trvání a rozsahu malnutrice a dále prozkoumat zdravotní, psychologické a sociální podmínky, ve kterých vyrůstaly podvyživené děti. Výzkumy ukázaly, že k dlouhodobým poruchám psychického vývoje dochází v nápadné míře u dětí žijících v neúplných či rozvrácených rodinách, kde byl nepravidelný zdroj příjmů, ngramotnost rodičů, malý zájem o dítě, alkoholismus, špatné hygienické podmínky. Nebylo možno přehlédnout úzkou souvislost mezi nutričními a psychosociálními podmínkami, ve kterých vyrůstaly podvyživené děti.

Tyto nálezy vyvolaly mezi odborníky diskusi o tom, je-li možno vůbec separovat nutriční a psychosociální faktory a prokázat úlohu »čisté« výživy v psychickém vývoji dítěte. K řešení problému se nabídl animální model. Výzkum na laboratorním zvířeti měl demonstrovat, zdali časná podvýživa sama o sobě vyvolává poruchy chování, a stanovit hloubku a trvání abnormalit. Za jednu z největších výhod laboratorního zvířete se považovalo to, že je prostý psychologických a sociálních proměnných, které mohou maskovat efekty podvýživy u lidí. Samozřejmě předností experimentálních postupů je i možnost přesného plánování nutričního zásahu, dále objektivní registrace chování podvyživených zvířat v průběhu celého života, eventuálně u dalších generací.

Výsledky různých výzkumných pracovišť

včetně naší laboratoře ukázaly efekty časně podvýživy. Laboratorní pokusy potvrdily, že podvyživená zvířata se liší od dobře živých v různých typech chování a že některé poruchy přetrvávají dlouho po ukončení fáze nedostatečné výživy. Tím však ještě nebyl podán důkaz, že malnutrice působí sama o sobě, nezávisle na vnějších psychologických a sociálních faktorech. Bylo třeba analyzovat ještě detailněji podmínky, ve kterých normálně žijí zkoumaná zvířata. Pokusy na laboratorních zvířatech ukázaly některé specifické důsledky malnutrice, ale zejména prokázaly těsné vztahy mezi výživou a komplexem psychologických a sociálních podmínek.

Studium nedostatečné výživy, které se původně zaměřovalo úzce na biologické aspekty, rozšiřuje se stále zapojováním dalších vědních disciplín a pojetí malnutrice se prohlubuje o poznání širších sociálních, ekologických, ekonomických a politických souvislostí včetně pochopení třídního charakteru malnutrice. Zdrojů potravy se využívá jako jednoho z nástrojů k ovládnutí země s nízkými lokálními zdroji či s malou produktivitou zemědělské výroby, slouží cílům současného imperialismu. Je paradoxem, že malnutrice, která poškozují fyzický vývoj i zdraví člověka, současně poskytuje levnou pracovní sílu. Udržování široké vrstvy pracujících na nízké mentální úrovni, s převládající apatií je jednou z forem, kterou si může v kapitalistických poměrech vládnoucí třída udržet moc a kontrolu, a tím se stává malnutrice v třídě antagonistické společnosti jedním z prostředků dalšího vykořisťování. Před několika lety napsal Graham v odborném tisku: »Mnozí z nás si dnes uvědomují fakt, že blaho dětí v podvyživených oblastech světa se nás v určitém směru také týká. Jestliže má být na této planetě mír, pak nemohou velké segmenty populace žít a umírat v chudobě, fyzicky a mentálně neschopny se o sebe starat a neschopny zlepšit svůj osud.«

Psychologie je jednou z vědních disciplín, která může prozkoumat příčiny, mechanismy a dlouhodobé důsledky nedostatečné výživy, avšak konečné řešení problému malnutrice na celém světě je vázáno na zcela zásadní změnu společenského řádu. Teprve socialismus a komunismus může odstranit příčiny hladu a zabezpečit všem lidem optimální výživu.

PhDr. SLÁVKA FRÁNKOVÁ, DrSc.