

ジェンダーセッション第 14 回(2001.6.26)

ダイエットとジェンダー

—夏近し！みんなで考えようダイエット—

坪井 康次 (東邦大学医学部 心療内科教授、

立教学院診療所非常勤嘱託医)

はじめに

夏が近づき薄着をすることが多くなるに従って、女性の多くの方は体型がとくに気になるようになる。そのためダイエットを開始する人も多い。健康的なダイエットは、医学的にみてもむしろ好ましい場合もあるが、ときに、病的なダイエットが摂食障害の発症のきっかけになる場合もみられる。摂食障害の発症の背景には、ジェンダーとしての女性性の問題があり、さらにその基盤には思春期の心性、家族内における精神力動とその結果としての成熟回避、モラトリアムなどの問題が潜在している。ここでは、摂食障害の概要を紹介して、ジェンダーを考える上に参考となれば幸いである。

1. 摂食障害の種類

- A. 神経性無食欲症：体重の減少が著しいもの（さらに、ほとんど食事をとらない制限型と過食・嘔吐の排出型に分けられる）。
- B. 神経性大食症：過食・嘔吐を認めるが、体重減少はみられないもの

2. 摂食障害の疫学

好発年齢：神経性無食欲症…10代頃～20代初期

神経性大食症…20代～30代

性別：ほとんど女性例で90%以上を占める（近年男性例も増加傾向にある）。

死亡率：約5%

3. 摂食障害にみられる性格傾向

A. 神経性無食欲症

- ・禁欲傾向
- ・極端に几帳面な強迫性
- ・情緒的な人間関係を回避しやすい
- ・腹部の違和感にこだわりやすい

B. 神経性大食症

- ・内的空虚感を持つ
 - ・愛情希求的
 - ・精神的な未熟性、ヒステリー的な自己顕示性
- 時に、激しい行動化を示す境界性人格障害

4. 摂食障害の心性

1) 肥満恐怖、肥満嫌悪

食べたものが全て身についてしまう、食べたものをすぐに排出したい

2) やせへの欲求、瘦身願望

やせることへの快感、太ることは敗北 → 自己評価の低下

3) 空虚な気持ち、寂しさや孤独感

4) 不安定な自己同一性

皆よりも痩せた体型であることで自分の存在意義を確認できる

5) 極端な認知様式

全か無か(1kg 増えたら無限に増え続けてしまう)

過度の一般化

(ごはんを食べていた頃は太っていた、だからごはんは食べてはいけない)

5. 摂食障害の発症の基盤にある思春期の課題

- ・ 第二性徴と自我
- ・ 突然本人の意思に無関係に現れる
- ・ 身体的自己を介して自我意識が成長

- ・ 時に身体に対する意識の過剰と肥大が起こる
⇒身体の成熟と精神面の成熟にギャップが生じやすい

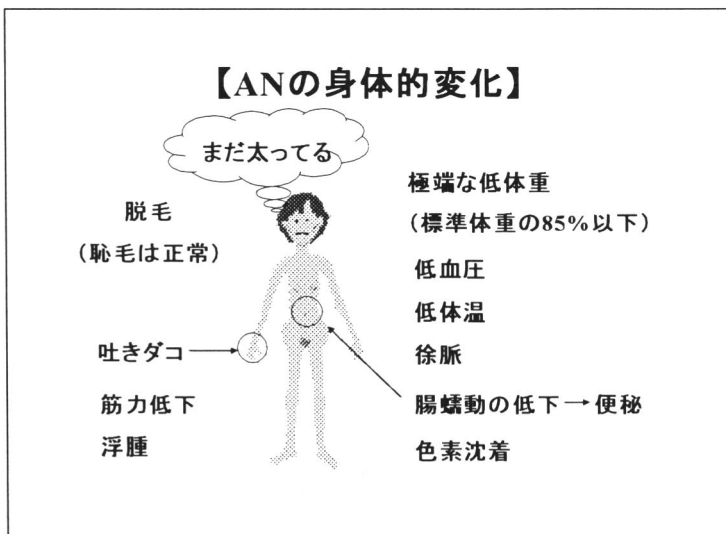
6. 思春期の課題（家族との葛藤）

- ・ 父への性愛を抑圧・反動形成 → 激しい反抗としての表現
- ・ 父をめぐる母との競争
- ・ 強い同胞葛藤
- ・ 母からの分離困難 → 母親に陰性感情を持つ

7. 摂食障害における成熟拒否仮説

- ・ 成熟した女性になることを拒否
- ・ 性的なものを嫌って中性に憧れる
- ・ 性衝動に対して、ひどく禁欲的
- ・ 他者との関わりを回避しようとする

8. 神経性無食欲症の身体的変化



9. 神経性大食症の身体的変化

