

e-ISSN: 2345-0592 <b>Online issue</b> Indexed in <i>Index Copernicus</i>	<b>Medical Sciences</b>  Official website: <a href="http://www.medicisciences.com">www.medicisciences.com</a>	
--	--	---

## Changes in the prevalence of eating disorders among children and adults during the COVID-19 pandemic and post-pandemic period

Ugnė Stimbirytė<sup>1</sup>, Gabrielė Ptakauskaitė<sup>1</sup>, Darius Leskauskas<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Faculty of Medicine, Academy of Medicine, Lithuanian University of Health Sciences, Kaunas, Lithuania*

<sup>2</sup>*Lithuanian University of Health Sciences, Kaunas Clinics, Department of Psychiatry, Kaunas, Lithuania*

### Abstract

**Introduction.** The COVID-19 pandemic has triggered a wide range of reactions – fear, anxiety, uncertainty - increasing the prevalence of various mental disorders, causing their deterioration and significantly affecting the dynamics of eating disorders in adult and child population.

**Aim of the study.** To compare the prevalence of eating disorders in the adult and pediatric population during COVID-19 and in the post-pandemic period.

**Materials and methods.** The systematic review of literature was conducted using the Google Scholar search engine, other scientific databases and journals such as PubMed, Science Direct, etc. Articles from 2015 to 2025 were analysed. Forty-seven articles met the selection criteria.

**Results.** During COVID-19, the prevalence of anorexia nervosa increased among both adults and children. The incidence of bulimia nervosa rose markedly among adults than children. The most common reasons were increased screen time, physical and social isolation. After the pandemic, due to improved emotional well-being and more accessible ways of getting help (e.g., telemedicine), as well as the reestablishment of live contact, there has been a decrease in the incidence of eating disorders, including bulimia nervosa and anorexia nervosa. However, due to the relatively short post-pandemic period, more detailed studies are still lacking and detailed literature review is needed in the future.

**Conclusions.** The prevalence of eating disorders during the pandemic was directly linked to the impact of COVID-19. After the quarantine, the incidence of eating disorders decreased in both adults and children.

**Keywords:** eating disorder, anorexia nervosa, bulimia nervosa, children, adolescents, adults, COVID-19, post-pandemic period.

# Sergamumo valgymo sutrikimais pokyčiai tarp vaikų ir suaugusiųjų COVID-19 pandemijos metu ir popandeminiu laikotarpiu

Ugnė Stimbirytė<sup>1</sup>, Gabrielė Ptakauskaitė<sup>1</sup>, Darius Leskauskas<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medicinos fakultetas, Medicinos akademija, Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Kaunas, Lietuva

<sup>2</sup>Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Kauno Klinikos, Psichiatrijos klinika, Kaunas, Lietuva

## Santrauka

**Įvadas.** Staigiai kilusi COVID-19 pandemija sukėlė daug įvairių reakcijų – baimę, nerimą, nežinomybę, tokiu būdu didindama įvairių psichikos sutrikimų paplitimą, sukeldama jų pablogėjimą ir reikšmingai veikdama valgymo sutrikimų dinamiką suaugusiųjų ir vaikų populiacijoje.

**Tyrimo tikslas.** Palyginti sergamumą valgymo sutrikimais suaugusiųjų ir vaikų populiacijoje COVID-19 metu ir popandeminiu laikotarpiu.

**Priemonės ir metodai.** Sisteminė literatūros apžvalga buvo atlikta naudojant paieškos sistemą „Google Scholar“, kitas mokslines bazes ir žurnalus, pavyzdžiui „PubMed“, „Science Direct“ ir t.t. Buvo analizuoti straipsniai nuo 2015 iki 2025 metų. 47 straipsniai atitiko atrankos kriterijus.

**Rezultatai.** COVID-19 metu padidėjo sergamumas nervine anoreksija tiek tarp suaugusiųjų, tiek tarp vaikų. Sergamumas nervine bulimija žymiau augo tarp suaugusiųjų, nei tarp vaikų. Kaip dažniausios priežastys įvardijamas didesnis laikas, praleistas prie ekranų, fizinė ir socialinė izoliacija. Po pandemijos dėl pagerėjusios emocinės savijautos ir prieinamesnių pagalbos būdų (pavyzdžiui, telemedicinos), atsiradusio gyvo kontakto, stebimas mažesnis sergamumas valgymo sutrikimais, taip pat ir nervine bulimija ir nervine anoreksija, tačiau dėl santykinai trumpo popandeminio laikotarpio išsamesnių tyrimų kol kas dar trūksta, todėl reikalinga detalesnė literatūros apžvalga ateityje.

**Išvados.** Sergamumas valgymo sutrikimais pandemijos metu buvo tiesiogiai susietas su COVID-19 įtaka. Atšaukus karantiną, sergamumas valgymo sutrikimais tiek suaugusiųjų, tiek vaikų kategorijoje, sumažėjo.

**Rakazodžiai:** valgymo sutrikimas, nervinė anoreksija, nervinė bulimija, vaikai, paaugliai, suaugusieji, COVID-19, popandeminis laikotarpis.

## 1. Įvadas

Valgymo sutrikimai - tai sunkios ligos, kurioms būdingi dideli pasikeitimai valgymo įpročiuose. Šiai kategorijai priklauso tokie sutrikimai kaip: nervinė anoreksija (lot. AN – anorexia nervosa), nervinė bulimija (lot. BN – bulimia nervosa), persivalgymo sutrikimas (angl. BED – binge eating disorder), valgymo vengimo/ribojimo sutrikimas (angl. ARFID - avoidant restrictive food intake disorder), psichogeninis apetito praradimas, pika ir kt. Dažniausi sutrikimai yra nervinė anoreksija (sutrikimas, kai pacientas sąmoningai mažina ir palaiko mažą kūno svorį) ir bulimija (sutrikimas, pasireiškiantis pasikartojančiais persivalgymo priepuoliais, atsikratymu maistu ir perdėtu susirūpinimu kūno svoriu) [1, 2, 6]. Nustatyta, kad valgymo sutrikimais pasaulyje serga apie 5 procentai populiacijos. Europoje nervine anoreksija serga <1-4 %, nervine bulimija - <1-2 % moterų. Žinoma, kad tik maža dalis vyrų kreipiasi pagalbos dėl valgymo sutrikimų, todėl faktinis sergamumas pasaulyje gali būti didesnis nei 0,3-0,7 % kaip skelbia moksliniai tyrimai [1, 3]. Dažniausias valgymo sutrikimo pradžios amžius - 15-25 metai, kitur amžiaus intervalas minimas šiek tiek platesnis - 12-35 metai [1, 4]. Daugumą sergančiųjų nervine anoreksija ir bulimija sudaro jaunos moterys. Problema išlieka labai aktuali dėl to, kad valgymo sutrikimais suserga vis jaunesnio amžiaus žmonės [4]. Dažnai kartu juos lydi ir kiti psichikos sutrikimai, kaip nerimo, nuotaikos sutrikimai, savižala, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas ir kt. Ypač valgymo sutrikimai išryškėja stresinėje situacijoje, kuomet pasikeičia įprasta rutina ir aplinkos sąlygos [3, 34]. Toks pavyzdys - COVID-19 pandemija, kuri tiek vaikams, tiek suaugusiems tapo nemenku iššūkiu, kuris sukėlė daug įvairių reakcijų – streso, baimės, nerimo ir nežinomybės

dėl ateities. Pirmaisiais COVID-19 pandemijos metais, nerimo ir depresijos paplitimas pasaulyje padidėjo 25 %. Trečdaliui vaikų bendra psichikos sveikatos būklė pablogėjo (ypač emociniai ir elgesio simptomai), sumažėjo pasitenkinimas gyvenimu, sutrumpėjo ir miego laikas. Taigi, streso lygis tiek suaugusiųjų, tiek vaikų kategorijoje ženkliai išaugo [5, 33, 34, 41, 43]. Taip pat tyrimai rodo, kad karantinas vaikams iššaukė didesnę polinkį sirgti ūmiu streso sutrikimu, adaptacijos sutrikimu, dalis (30 %) vaikų atitiko potrauminio streso sutrikimo klinikinius kriterijus [42]. COVID-19 metu keitėsi ir tokių vaikų priežiūra - 43,1 % vaikų gauta psichikos sveikatos priežiūra pablogėjo ir neatitiko poreikių (25,1 % ) [41]. Tai susiję su sumažėjusiu paslaugų prieinamumu dėl karantino apribojimų tiek mokykloje, tiek ligoninėje, didžiausią dėmesį skiriant COVID-19 sergantiesiems, o ne psichikos sutrikimų turintiems suaugusiems ir vaikams [43]. Didelę įtaką COVID-19 darė ir valgymo sutrikimams bei jų vystymuisi [44]. Dėl to, šios sisteminės literatūros analizės tikslas - palyginti, kokią įtaką COVID-19 pandemija padarė dviejų dažniausių valgymo sutrikimų - nervinės anoreksijos ir nervinės bulimijos - atsiradimui ir progresavimui vaikų ir suaugusiųjų populiacijose bei kokios valgymo sutrikimų tendencijos yra stebimos popandeminiu laikotarpiu.

## 2. Priemonės ir metodai

Rengdami literatūros apžvalgą, ieškojome straipsnių anglų ir lietuvių kalbomis. Pagrindiniai raktažodžiai buvo: valgymo sutrikimas, nervinė anoreksija, nervinė bulimija, vaikai, paaugliai, suaugusieji, COVID-19, popandeminis laikotarpis. Straipsnių ieškojome specializuotoje paieškos sistemoje „Google Scholar“, taip pat mokslo duomenų bazėse, pvz.,

„Science Direct“, „NIMH“, „Pubmed“ mokslo žurnaluose. Buvo ieškoma duomenų apie sergamumą valgymo sutrikimais (nervine anoreksija ir bulimija) COVID-19 metu, hospitalizacijas ir sergamumą bei pokyčius tarp suaugusiųjų ir vaikų popandeminiu laikotarpiu. Buvo atrinkti 46 straipsniai anglų kalba, 1 lietuvių kalba. Straipsniai buvo paskelbti nuo 2015 m. iki 2025 m. Atrinkdami straipsnius rėmėmės jų tinkamumu mūsų vystomai temai: straipsniuose rašoma apie mitybos sutrikimų (nervinės anoreksijos ar nervinės bulimijos) sąsają su COVID-19 pandemija/popandeminiu laikotarpiu, minimi mitybos įpročių pokyčiai arba suaugusiųjų, arba/ir vaikų populiacijoje COVID-19 metu/popandeminiu laikotarpiu, nagrinėjamos priežastys, lėmusios valgymo sutrikimų pokyčius per ir po COVID-19.

### 3. Rezultatai

#### 3.1.1. Valgymo sutrikimų ir nervinės anoreksijos pokyčiai COVID-19 metu tarp suaugusiųjų

Daugybė tyrimų visame pasaulyje parodė, kad COVID-19 pandemija pasauliniu mastu paveikė žmonių psichikos sveikatą, labiausiai paveikdama asmenis, sergančius valgymo sutrikimais arba turinčius riziką juos patirti. Pandemijos pradžioje stipriai išaugo sergamumas valgymo sutrikimais. Europos, Australijos ir Šiaurės Amerikos šalyse atlikti tyrimai rodo, kad nuo COVID-19 pandemijos pradžios padaugėjo naujai diagnozuotų atvejų ir pacientų, patiriančių sunkesnius jau esamo valgymo sutrikimo simptomus [22]. Naudodamiesi 5,2 mln. jaunų žmonių (iki 30 metų) (daugiausiai JAV), elektroniniais sveikatos įrašais, britų tyrėjas Taquet su kolegomis ištyrė, kad bendras sergamumas valgymo sutrikimais COVID-19 pandemijos

metu 2020 m., palyginti su 2019 m., padidėjo 15,3%. Nuo 2020 m. kovo mėn. santykinė rizika susirgti valgymo sutrikimais taip pat nuolat didėjo ir metų pabaigoje viršijo 1,5 karto. Kanadoje atliktas tyrimas parodė, kad 18–26 ir 41–105 metų amžiaus žmonių grupėse pandemijos metu išaugo besikreipusių į skubios pagalbos skyrių dėl valgymo sutrikimų skaičius. Taip pat sisteminė apžvalga rodo, kad bendrai visose suaugusiųjų amžiaus grupėse hospitalizacijų dažnis dėl valgymo sutrikimų vidutiniškai išaugo 16% [22]. Išryškėjo ir kita tendencija, susijusi su valgymo sutrikimų komorbidiškumu - didesnė dalis valgymo sutrikimų turinčių pacientų 2020 m. turėjo minčių apie savižalą ar netgi savižudybę [9, 10, 35]. Atlikus tyrimą Vokietijoje, kuriame dalyvavo 530 dalyvių, stacionarizuotų į skyrių dėl valgymo sutrikimų, daugiau nei trečdaliui suaugusiųjų, sergančių nervine anoreksija, simptomai pandemijos metu pablogėjo [7, 8]. JAV ir Nyderlanduose vykdytos internetinės apklausos metu išryškėjo šiek tiek didesni skaičiai - 62% JAV ir 69% Nyderlanduose nervine anoreksija sergančių asmenų blogėjo ligos eiga – jie patyrė sunkumų laikantis mitybos įpročių bei išryškėjo tendencija atlikti fizinius pratimus kaip kompensaciją, stengiantis numesti priaugtą svorį. Taip pat pastebėta, jog pandemijos protrūkio metu padažnėjo atkryčio epizodų, jei prieš tai liga buvo remisijoje [9]. Taigi, COVID-19 pandemijos metu padidėjo sergamumas valgymo sutrikimais, ypač padaugėjo pacientų, turinčių sunkesnius esamo valgymo sutrikimo simptomus ir padidėjo polinkis į savižalą. Didėjant bendram sergamumui valgymo sutrikimais, dažniausio valgymo sutrikimo - nervinės anoreksijos - sergamumas taip pat padidėjo, pablogindamas esamus simptomus, mitybos režimą, versdamas

dažniau imtis papildomų priemonių svorio mažinimui ir didindamas recidyvų skaičių.

### 3.1.2. Valgymo sutrikimų ir nervinės anoreksijos pokyčiai COVID-19 metu tarp vaikų

Panašios didėjančio sergamumo valgymo sutrikimais tendencijos stebėtos vaikų bei paauglių amžiaus grupėje. Šešiuose Kanados tretinio lygio pediatrijos centruose atliktas tyrimas rodo, kad vaikų, kuriems naujai diagnozuota nervinė anoreksija, sergamumas šia liga padidėjo nuo 24,5 (prieš) iki 40,6 (per pandemiją) atvejo per mėnesį. Per pirmąją pandemijos bangą liga prasidėjo jaunesniame amžiuje, o ligos sunkumas pasireiškimo metu buvo didesnis nei prieš pandemiją [8, 11]. Didžiausias valgymo sutrikimų augimo pokytis, pasak britų tyrėjo Taquet, stebėtas tarp mergaičių paauglių, sergančių anoreksija [10, 36]. Taip pat stebimas ir didėjantis hospitalizacijų dažnis COVID-19 pandemijos metu. Tyrimo, vykdyto Vokietijoje su 4,7 mln. vaikų (0-14 m.) ir paauglių (15-19 m.), metu nustatytas 40 proc. padidėjęs hospitalizacijos dėl anoreksijos dažnis vaikų, vaikų vaikinių ir paauglių merginų grupėje laikotarpiu nuo 2019 m. iki 2021 m. [4, 8]. Panaši situacija stebėta ir Kanadoje - mėnesio hospitalizacijų dėl nervinės anoreksijos 9-18 metų amžiaus asmenims beveik patrigubėjo nuo 7,1 iki 20 atvejų per mėnesį [8, 11]. Pokytis stebėtas ir gydymo dienos stacionaruose skaičiuje. Keturiuose iš šešių Europos (Prancūzijos, Vokietijos, Italijos, Ispanijos, Ispanijos, Švedijos ir Nyderlandų) valgymo sutrikimų centrų padaugėjo hospitalizacijų skaičius tiek į dienos, tiek į paros stacionarą. 50 proc. ligoninių pranešė apie padidėjusį hospitalizacijų į skyrių skaičių, o trečdalyje buvo nuolat didelis tiek dienos

stacionaro, tiek skyriaus pacientų hospitalizacijų skaičius. Laukimo hospitalizacijai laikas ir vidutinė buvimo skyriuje trukmė taip pat kito pandemijos metu - 5 iš 6 centrų 2 ir daugiau kartų pailgėjo priėmimo laikas, kas sąlygojo ir ilgesnį vidutinį buvimo laiką pačiame centre [12]. Taip pat pandemijos metu kito ir skubios pagalbos-priėmimo pacientų skaičius. 2024 m. publikuota sisteminė apžvalga parodė, kad, palyginti su priešpandeminiu laikotarpiu, vidutiniškai 48 proc. padaugėjo kreipimūsi į skubios pagalbos skyrių dėl valgymo sutrikimų, o vaikų hospitalizacijų padaugėjo vidutiniškai 83% [22]. 2022 m. JAV publikuotas tyrimas atskleidžia dar didesnius skaičius - paauglių, patekusių į skubios pagalbos-priėmimo skyrių per COVID-19, skaičius didėjo nuo 56% iki 188%, o vidutinis mėnesio hospitalizacijų į skyrių skaičius, palyginti su laikotarpiu iki pandemijos, išaugo daugiau nei dvigubai [37]. Kaip vieną iš galimų priežasčių galime nurodyti daugiau laiko, tėvų praleisto su vaikais. Prieš karantiną vaikai galėjo nuslėpti valgymo sutrikimus valgydami ne namie, daugiau laiko praleisdami mokykloje ar būreliuose, kur visko nestebėdavo ir nekontroliuodavo tėvai. Karantino metu tėvai, laiką leisdami namuose kartu su vaikais (padėdami vaikams mokytis, maitindamiesi kartu), galėjo lengviau pamatyti besikeičiančius vaiko valgymo įpročius, kūno ir elgsenos pokyčius, susieti juos į bendrą visumą (pavyzdžiui, vaikas valgo rečiau ir mažiau, daugiau sportuoja, jo kūno svoris krenta), o tai skatino anksčiau kreiptis į sveikatos priežiūros specialistus dėl tolimesnės pagalbos. [45, 46] Taigi, vaikų sergamumas nervine anoreksija taip pat augo COVID-19 pandemijos metu, ypač mergaičių paauglių grupėje, didindamas tiek dienos stacionarinių, tiek hospitalizacijų į skyrių skaičių. Taip pat daugėjo ir apsilankymų skubios

pagalbos-priėmimo skyriuje, kas prailgino hospitalizacijos laukimo ir gydymosi skyriuje trukmę.

### **3.1.3. Nervinės bulimijos pokyčiai COVID-19 metu tarp suaugusiųjų**

Taip pat nemenką įtaką COVID-19 padarė ir kitam dažnam valgymo sutrikimui - nervinei bulimijai. Straipsnių kiekis, lyginant su nervinės anoreksijos tema, ženkliai mažesnis. Kaip ir nervinės anoreksijos atveju, šio sutrikimo mąstai COVID-19 metu taip pat išaugo. Žmonės, sergantys nervine bulimija, pandemijos metu pranešė apie daugiau persivalgymo epizodų, jie dažniau kompensuodavo persivalgymus vėmimu, diuretikais ar laisvinamaisiais. Jiems padažnėjo persivalgymo ir atkryčio epizodai, jei prieš tai liga buvo laikoma remisijoje [9, 14]. Taip pat kito ir pačios ligos simptomai bei eiga, kas reikšmingai paveikė pacientų gyvenimo kokybę. Vokietijoje 2020 m. vykdytos internetinės apklausos metu, 49,1% pacientų, sergančių nervine bulimija, nurodė, kad pandemijos metu pablogėjo jų ligos simptomai, 61,8% gyvenimo kokybė, 40,0% atsirado naujų simptomų, 80% padidėjo susirūpinimas dėl baimės priaugti svorio, nepasitenkinimas kūnu ir siekis sulieknėti. Taip pat COVID-19 metu sumažėjo tiesiogiai gydomų pacientų skaičius - daugiau nei 80% pacientų, sergančių nervine bulimija, prieš COVID-19 pandemiją buvo gydomi tiesiogiai (81,8%), o pandemijos metu - 36,4% (t. y. sumažėjo 55,5%). Vaizdo pokalbių naudojimas konsultacijos metu padidėjo nuo 3,6% iki 21,8%, o kontaktų telefonu - nuo 18,2% iki 38,2%. [14]. Palyginus su tyrimu, kuris buvo atliktas su nervine anoreksija sergančiais, kuriame 42 proc. respondentų nurodė, kad pandemijos metu jų valgymo sutrikimų simptomai pablogėjo, o 52 proc. pablogėjo

gyvenimo kokybė – COVID-19 krizės poveikis simptomams nervine anoreksija sergantiems pacientams atrodo dar stipresnis nei anoreksijos atveju, tačiau rezultatai gali skirtis dėl metodologinių skirtumų [14, 15]. Taigi, kaip ir nervinės anoreksijos atveju, taip ir nervinės bulimijos, pandemijos metu sergančiųjų skaičius išaugo, valgymo sutrikimo eiga tapo sunkesnė, keitėsi ir sutrikimo priežiūra - stebėtas simptomų pablogėjimas ir naujų atsiradimas, mažesnis rutinos laikymasis, daugiau persivalgymo, atsikratymo maistu ir atkryčio epizodų, mažesnis pasitenkinimas savo kūnu, ligos valdymui vis dažniau buvo naudojama telemedicina, kas darė blogesnę įtaką pacientų gyvenimo kokybei.

### **3.1.4. Nervinės bulimijos pokyčiai COVID-19 metu tarp vaikų**

Tyrimų apie vaikų ir paauglių bulimiją buvo rasta mažiausiai (galbūt dėl to, kad nervinė bulimija yra ganėtinai retas susirgimas iki 14 metų amžiaus ir paprastai pasireiškia vėlyvoje paauglystėje ir ankstyvoje jaunystėje), tačiau esami duomenys rodo, jog vaikų ir paauglių sergamumas bulimija COVID-19 metu kito nežymiai [47]. Vokietijoje atlikto tyrimo tarp 10-18 metų vaikų ir paauglių metu paaiškėjo, kad nervinės bulimijos paplitimas buvo 0,09% prieš COVID ir 0,07% per COVID pandemiją. Didžiausia teigiama sergamumo tendencija stebėta tarp 14-17 m. paauglių, ką įrodo ir literatūros duomenys, teigiantys, kad būtent tokia amžiuje sergamumas nervine bulimija yra vienas didžiausių [37, 39]. Pandemijos metu vaikai ir jų tėvai buvo linkę mažiau kreiptis į šeimos gydytojus – pastebėta, kad apsilankymų pas šeimos gydytojus sumažėjo, o pas vaikų ir paauglių psichiatrus išaugo. Stebint tokią apsilankymų dinamiką ir nežymų sergamumo kitimą COVID-19 metu, galima daryti prielaidą,

kad galbūt pandemijos metu buvo daugiau lengvesnių nervinės bulimijos atvejų, dėl kurių nebuvo kreiptasi į gydymo įstaigą ir jie liko neregistruoti, ypač žinant tai, kad COVID-19 metu smarkiai išaugo skaičius tarp suaugusiųjų [9, 14, 16]. Taip pat pandemijos metu stebėtas kitas pokytis - hospitalizacijų sumažėjimas. Kanadoje pandemijos metu sumažėjo hospitalizacijų dėl nervinės bulimijos - prieš COVID 10,3% 10-18 metų amžiaus vaikų, hospitalizuotų dėl valgymo sutrikimų, buvo diagnozuota nervinė bulimija, o 2020 m. kovo-rugpjūčio mėn. 8,3% ir 2020 m. rugsėjo-2021 m. kovo mėn. 6,4% [16, 17]. Vokietijoje vaikų ir paauglių psichiatrijos stacionaruose taip pat fiksuota hospitalizacijų mažėjimo tendencija (18,1%), tačiau kituose vaikų ligų skyriuose hospitalizacijų skaičius išaugo 32,1% [16, 18]. Pokyčius galėjo sąlygoti tai, kad pandemijos metu vaikai buvo guldomi į kitus skyrius, pavyzdžiui, pulmonologijos, dėl sunkesnės COVID-19 eigos, ar kardiologijos, endokrinologijos, gastroenterologijos dėl pasunkėjusių lėtinių somatinių ligų [40]. Taigi, pandemijos metu nebuvo pastebėta ženklų sergamumo pokyčių tarp vaikų, sergančių nervine bulimija, išskyrus 14-17 metų paauglius, kurių sergamumas buvo didžiausias. COVID-19 nervine bulimija sergantys vaikai ir jų tėvai mažiau kreipėsi į šeimos gydytoją, daugiau į psichiatrą, tačiau dėl bendro mažo pacientų sergamumo, hospitalizacijos vaikų ir paauglių psichiatrijos skyriuje sumažėjo.

### **3.1.5. Priežastys, lėmusios sergamumo valgymo sutrikimais pokyčius tarp vaikų ir suaugusiųjų COVID-19 pandemijos metu**

Anksčiau aprašytus pokyčius pandemijos metu tiek vaikų, tiek suaugusiųjų amžiaus grupėse galima sieti su panašiais veiksniais. Visų pirma,

COVID-19 metu, įvyko staigūs kasdienio gyvenimo pokyčiai. Buvo uždarytos mokyklos ir darbo įstaigos, visi įmanomi darbai ir mokymo procesas persikėlė į nuotolinę namų aplinką. Vaikams ir suaugusiems tai reiškė įprastos rutinos, valgymo įpročių sutrikdymą, ribotus socialinius ryšius ir daugelio fizinių veiklų už namų ribų apribojimą, tokiu būdu sustiprinant jau esamus valgymo sutrikimus. Suaugusiųjų nerimas dėl darbo praradimo, finansų ir situacijos pasaulyje taip pat kėlė nerimą ir vaikams, kadangi jie dažnai dar neturi pakankamai išvystytų įveikos ar psichologinio atsparumo įgūdžių, leidžiančių tinkamai reaguoti į stresines situacijas [8, 13]. Tyrimais įrodyta, kad daugiau laiko pandemijos metu buvo praleista prie ekranų, ypač socialiniuose tinkluose, kuriuose matomos nuotraukos dažnai propaguoja gerai ištreniruotą ir liekną kūną. Dėl to pradedama dažniau žiūrėti į veidrodį, lyginti savo kūno formas ir svorį su socialinėje erdvėje esančiomis nuotraukomis, neretai įžvelgiant skirtumus ir trūkumus ir dėl to pagilinant dar didesnę esamą valgymo sutrikimo problemą. Taip pat internetinės erdvės neribojimas reiškė, kad naujienų srautą pasaulyje galima buvo stebėti nuolat, kas galėjo sukelti dar didesnę nerimą ir taip kenčiantiems nuo valgymo sutrikimų žmonėms [8, 11, 12, 13]. Vaikai ir paaugliai, kurie karantino metu priaugdavo svorio, dažnai jausdavosi prastai. Tyrimai parodė, kad tiek būdami namuose ir turėdami daugiau laisvo laiko, tiek sugrįžę į mokyklą, jie stengdavosi daugiau sportuoti ir mesti svorį, o tai kai kuriais atvejais peraugdavo net į badavimą [8, 11, 22]. Vaikai karantino metu taip pat negalėjo susitikti su bendraamžiais, buvo apribotos jų socialinės ir popamokinės veiklos. Jiems buvo sunku atsiriboti nuo bendraamžių, kurie dažnai juos palaikydavo, motyvuodavo, su

kuriais jie galėdavo pasikalbėti apie patiriamas problemas ir sunkumus. Panaši problema pasitaikė ir su suaugusiais - dalis jų pandemijos metu jautėsi praradę ryšį su žmonėmis, kurie juos palaikydavo [8, 9, 11, 13]. Taigi, priežastys lėmusios valgymo sutrikimų pokyčius tarp suaugusiųjų ir vaikų COVID-19 pandemijos metu, susijusios su padidėjusia tiek fizine, tiek socialine izoliacija, išaugusiu ekranų naudojimu, padidėjusiu laisvu laiku, praleistu socialinėje medijoje, ir bendraamžių ar palaikančių žmonių nebuvimu.

### **3.2.1. Sergamumo valgymo sutrikimais pokyčiai popandeminiu laikotarpiu**

Rasti duomenų apie valgymo sutrikimus ir jų paplitimą popandeminiu laikotarpiu buvo sunku, nes, praėjus ganėtinai nedaug laiko po pandemijos, tyrimų skaičius vis dar yra ribotas. Po COVID-19 pandemijos stebimas valgymo sutrikimų skaičiaus sumažėjimas. 2025 metų nacionalinio Norvegijos pacientų registro duomenimis sergamumas valgymo sutrikimais šalyje pasiekė aukščiausią lygį 2021 m., o 2021 m. bendras moterų sergamumas buvo 45,5% didesnis nei tikėtasi, tačiau 2023 m. sumažėjo iki 19,4% perviršio. Kaip ir tyrimuose, atliktuose pandemijos metu, stebima ta pati jaunų moterų tendencija po pandemijos - didžiausias sergamumas buvo stebimas 10-14, 15-19 ir 20-24 metų amžiaus moterų grupėje. 2021 m. 15-19 m. amžiaus moterų sergamumas buvo 64,7% didesnis, nei tikėtasi, o 2023 m. smarkiai sumažėjo iki 10,9%, o 10-14 m. ir 20-24 m. amžiaus moterų sergamumo rodiklis išliko maždaug 30 % didesnis, nei tikėtasi [19]. Danijoje 2024 m. atliktu tyrimu nustatyta kad bendras vidutinis sergamumas nervine anoreksija ir nervine bulimija tarp 6-24 metų žmonių. pandemijos metu (nuo 2020 m. kovo

mėn. iki 2022 m. sausio mėn.) padidėjo iki 116/100 000 gyv., vėliau sumažėjo iki 95/100 000 gyv. po pandemijos (nuo 2022 m. vasario mėn. iki 2023 m. gruodžio mėn.). Visose amžiaus grupėse, kurių bet kokio valgymo sutrikimo rodikliai pandemijos metu viršijo numatytus rodiklius bent 32 %, grįžo į prieš pandemiją buvusį lygį [20]. Sumažėjus bendram sergamumui valgymo sutrikimais, sumažėjo ir sergamumas atskirais valgymo sutrikimais. Nervinės anoreksijos rodiklis ženkliai krito po pandemijos - 2021 m. padidėjęs iki 101,6/100 000 gyv., 2023 m. jis sumažėjo iki 83,6/100 000 gyv. Mažėjo ir sergamumas nervine bulimija - 2023 m. sumažėjo iki 34,9/100 000 gyv., taip išlaikydamas dar priešpandeminę nervinės bulimijos atvejų mažėjimo tendenciją [19]. Tačiau praėjus dvejiems metams po paskutinio COVID-19 karantino, hospitalizacijų skaičius dėl nervinės anoreksijos Vokietijoje vis dar buvo gerokai didesnis tarp paauglių ir vaikų nei prieš COVID-19, bet mažesnis nei pandemijos laikotarpiu. Daugiau hospitalizacijų buvo tik tarp 9-14 m. mergaičių - hospitalizacijos rodikliai padidėjo daugiau kaip 40% nei priešpandeminiu laikotarpiu. Didžiausia hospitalizacijų rizika palyginti su laikotarpiu prieš pandemiją, 2023 m. pirmoje pusėje buvo stebima paaugliams [21]. Taip pat po pandemijos kito ir hospitalizacijos trukmė. Airijoje atlikto tyrimo metu išaiškėjo, kad po COVID-19 į Vaikų ir paauglių psichikos sveikatos tarnybas dėl valgymo sutrikimų nukreiptų vaikų ligos trukmė buvo trumpesnė nei pandemijos metu (vidutiniškai 4,8 mėnesio, palyginti su 7,4 mėnesio), jie mažiau vartojo vaistų (19%, palyginti su 43%). Daugelis vaikų (80%) patys nurodė, kad COVID-19 prisidėjo prie jų valgymo sutrikimo išsivystymo [23]. Taigi, popandeminiu laikotarpiu sumažėjo

sergamumas tiek bendrai valgymo sutrikimais, tiek atskirai nervine bulimija ir nervine anoreksija, tačiau vienoje šalyse jis išliko panašus į priešpandeminį, o kitose - aukštesnis nei prieš pandemiją. Taip pat mažėjo ir hospitalizacijų dažnis, didžiausiu išlikdamas tarp paauglių ir vis dar didelis tarp mergaičių, bei hospitalizacijos trukmė ir vaistų poreikis tarp vaikų, lyginant su pandeminiu laikotarpiu.

### **3.2.2. Priežastys, lėmusios sergamumo valgymo sutrikimais pokyčius tarp vaikų ir suaugusiųjų popandeminiu laikotarpiu**

Priežastys, lėmusios bendrą ir atskirų valgymo sutrikimų (nervinės anoreksijos ir bulimijos) sergamumo mažėjimą, susijusias su COVID-19 pandemijos pabaiga. Pasibaigus paskutiniam karantinui dėl COVID-19 (Lietuvoje - 2022 m. liepos 1 d.), iš naujo „atsivėrė sienos“ - suaugusieji iš namų pradėjo grįžti į darbus, studentai ir vaikai - į mokymo įstaigas [24]. Grįžus į įprastą gyvenimo ritmą daugiau laiko skirta darbui ir mokslams, studijoms, mažiau jo leidžiant prie kompiuterio ar telefono ekrano pramogai. Sumažėjo ir socialinė izoliacija, nes žmonės vėl pradėjo bendrauti vieni su kitais gyvai, tokiu būdu geriau įvertindami emocijas, kūno kalbą, veido išraiškas. Jie galėjo išsikalbėti apie sunkumus ir problemas, susijusias su valgymo sutrikimais ir tokiu būdu palaikyti ar patys sulaukti palaikymo iš kitų žmonių. Taip pat sumažėjus COVID-19 atvejų skaičiui, sukūrus vakciną, besitęsiant vakcinacijai ir būklei dėl viruso pasaulyje kasdien vis gerėjant, pagerėjo ir žmonių emocinė būklė - liko mažiau nerimo dėl savo sveikatos, mažiau nežinomybės dėl ateities ir jos planų, mažesnis poreikis tikrinti naujienas telefone, po pirminio šoko ir streso ištikus pandemijai, išmokta daugiau prisitaikymo, įveikos strategijų [25, 26, 27]. Tiek

suaugusieji, tiek vaikai, grįžo prie savo saugios įprastos rutinos - įprasto valgymo laiko, maisto produktų ir porcijų. Pradėta grįžti ir į įvairius lankomus būrelius, popamokines grupines veiklas, daugiau laiko skirta ir fizinėms veikloms lauke, pavyzdžiui, bėgimui, važiavimui dviračiu, kas dar labiau gerina vaikų emocinę savijautą [28, 29, 30]. Pokyčiai įvyko ir ligoninėse - COVID-19 atvejų skaičiui mažėjant, ligoninėse atsirado daugiau vietos ne koronavirusu sergantiems ligoniams, pavyzdžiui, valgymo sutrikimais sergantiems vaikams, sutrumpėjo laukimo laikas, hospitalizacija į skyrių tapo greitesnė [21, 22]. COVID-19 pandemijos metu, telemedicinai įgavus pagreitį kaip alternatyvai asmeniniams vizitams, atsirado puikios galimybės gauti gydytojo pagalbą nuotoliniu būdu, taip išvengiant galimo kontakto su užkrečiamųjų ligų sukėlėjais ir papildomo streso, susijusio su apsilankymais gydymo įstaigose [31, 32]. Taigi, sergamumo valgymo sutrikimais mažėjimą lėmė COVID-19 pandemijos pabaiga. Suaugusiems ir vaikams grįžus į darbus ir mokymo įstaigas, daugiau laiko skirta socialinėms ir fizinėms veikloms, bendravimui su bendraamžiais. Taip pat pagerėjus pasaulinei situacijai, pagerėjo ir emocinė savijauta, tapo lengviau prieinamos telemedicinos, o reikalui esant – ir stacionarinės paslaugos.

## **4. Išvados**

COVID 19 pandemijos metu padidėjo bendras sergamumas valgymo sutrikimais tiek suaugusiųjų, tiek vaikų populiacijoje.

Sergančiųjų nervine anoreksija pandemijos metu padaugėjo, simptomai pasunkėjo, padaugėjo atkryčių, dažniau naudoti kompensaciniai fiziniai pratimai, daugiaupacientų turėjo minčių apie savižalą. Vaikų tarpe taip pat stebėtas

sergamumo valgymo sutrikimais augimas. Nervinė anoreksija prasidėjo anksčiau ir sunkiau, didžiausią sergamumą sukeldama paauglių mergaičių tarpe. Augo hospitalizacijų ir skubios pagalbos- priėmimo pacientų skaičius. Sergamumas nervine bulimija suaugusiųjų tarpe COVID-19 metu išaugo, pablogėjo mitybos režimo laikymasis, gyvenimo kokybė, išaugo gydomų pacientų skaičius. Vaikams nervinė bulimija nesukėlė žymaus sergamumo padidėjimo, didžiausią sergamumą stebint 14-17 metų kategorijoje. Stebėtas ir didesnis apsilankymų skaičius pas vaikų ir paauglių psichiatrus.

Popandeminiu laikotarpiu bendras sergamumas valgymo sutrikimais ir nervine anoreksija, ir nervine bulimija sumažėjimo, didžiausiu išlikdamas 15-19 metų grupėje, tačiau būdamas arba panašus, arba didesnis nei priešpandeminis. Hospitalizacijų rodikliai taip pat sumažėjo, mažindami gydymui nukreiptų vaikų ligos trukmę ir vaistų poreikį.

Visi šie pakitimai buvo sąlygoti COVID-19 pandemijos sukeltų pokyčių: socialinės izoliacijos, padidėjusiu ekranų laiku, sumažėjusiu bendravimu ir emocinės savijautos pablogėjimu. Nors COVID-19 tapo nemenku iššūkiu valgymo sutrikimų turintiems žmonėms, panaikinus karantiną, sumažėjo jo sąlygoti pokyčiai ir popandeminiu laikotarpiu stebimos gerėjančios sergamumo ir hospitalizacijų tendencijos.

#### Literatūros šaltiniai

- [1] National Institute of Mental Health. Eating disorders.
- [2] American Psychiatric Association. What are Eating Disorders?
- [3] Keski-Rahkonen A, Mustelin L. Epidemiology of eating disorders in Europe:

prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Current Opinion in Psychiatry* 2016; 29(6): 340–345.

[4] Schmidt U, Adan R, Bohm I, Campbell I, Dingemans A. Eating disorders: the big issue. *Lancet Psychiatry* 2016; 3: 313–315.

[5] Gamonal-Limcaoco S, Montero-Mateos E, Lozano-López MT, Maciá-Casas A, Matías-Fernández J, Roncero C. Perceived stress in different countries at the beginning of the coronavirus pandemic. *The International Journal of Psychiatry in Medicine* 2021; 57: 309–322.

[6] TLK-10-AM / ACHI / ACS elektroninis vadovas.

[7] Favreau M, Hillert A, Osen B, Gärtner T, Hunatschek S, Riese M, Hewera K, Voderholzer U. Psychological consequences and differential impact of the COVID-19 pandemic in patients with mental disorders. *Psychiatry research* 2021; 302.

[8] Herpertz-Dahlmann B, Dempfle A, Eckardt S. The youngest are hit hardest: The influence of the COVID-19 pandemic on the hospitalization rate for children, adolescents, and young adults with anorexia nervosa in a large German representative sample. *European Psychiatry* 2022; 65(1).

[9] Zipfel S, Schmidt U, Giel EK. The hidden burden of eating disorders during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry* 2022; 9(1): 9-11.

[10] Taquet M, Geddes JR, Luciano S, Harrison PJ. Incidence and outcomes of eating disorders during the COVID-19 pandemic. *The British Journal of Psychiatry* 2022; 220(5): 262-264.

[11] Agostino H, Burstein B, Moubayed D, et al. Trends in the Incidence of New-Onset Anorexia Nervosa and Atypical Anorexia Nervosa Among Youth During the COVID-19 Pandemic in

Canada. *JAMA Netw Open* 2021; 4(12):e2137395.

[12] Gilsbach S, Plana MT, Castro-Fornieles J. Increase in admission rates and symptom severity of childhood and adolescent anorexia nervosa in Europe during the COVID-19 pandemic: data from specialized eating disorder units in different European countries. *Child Adolescent Psychiatry Mental Health* 2022; 16: 46.

[13] Katzman DK. The COVID-19 Pandemic and Eating Disorders: A Wake-Up Call for the Future of Eating Disorders Among Adolescents and Young Adults. *Journal of Adolescent Health* 2021; 69(4): 535 – 537.

[14] Schlegl S, Meule A, Favreau M, Voderholzer U. Bulimia nervosa in times of the COVID-19 pandemic- Results from an online survey of former inpatients. *European Eating Disorders Review* 2020; 28(6): 847-854.

[15] Schlegl S, Maier J, Meule A, Voderholzer U. Eating disorders in times of the COVID-19 pandemic—Results from an online survey of patients with anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders* 2020; 53(11): 1791–1800.

[16] Leickert J, Zillmer S, Bachmann CJ. Decreasing prevalence or increase in unregistered cases of bulimia nervosa in children and adolescents in Germany? A comparison using representative claims data pre- vs. intra-COVID-19 pandemic. *Eat Weight Disord* 2025; 30: 30.

[17] Auger N, Steiger H, Luu TM, Chadi N, Low N, Bilodeau-Bertrand M, Healy-Profitós J, Ayoub A, Brousseau É, Israël M. Shifting age of child eating disorder hospitalizations during the Covid-19 pandemic. *J Child Psychol Psychiatr* 2023; 64: 1176-1184.

[18] Kölch MG, Reis O, Ulbrich L, Schepker R. COVID-19 und psychische Störungen bei Minderjährigen: Veränderungen der Behandlungen nach der Krankenhausstatistik. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie* 2023; 51(4): 295–309.

[19] Reas DL, Rø G, Rø O. Trends in the Observed Versus Expected Incidence of Eating Disorders Before, During, and After the COVID–19 Pandemic: A National Patient Registry Study. *International Journal of Eating Disorders* 2025, 58(8): 1469–1476.

[20] Sonne H, Kildegaard H, Strandberg-Larsen K, Rasmussen L, Wesselhoeft R, Bliddal M. Eating Disorders in Children, Adolescents, and Young Adults During and After the COVID-19 Pandemic: A Danish Nationwide Register-Based Study. *The International Journal of Eating Disorders* 2024; 57(12): 2487–2490.

[21] Herpertz-Dahlmann B, Eckardt S, Dempfle A. A never-ending story: The COVID-19 pandemic and the increase of hospital admissions for typical and atypical anorexia nervosa in children, adolescents and young adults in the post-pandemic era in Germany. *European Psychiatry : the Journal of the Association of European Psychiatrists* 2024; 67(1): e77.

[22] Boltri M, Brusa F, Apicella E, Mendolicchio L. Short- and long-term effects of Covid-19 pandemic on health care system for individuals with eating disorders. *Front Psychiatry* 2024; 15.

[23] Rafferty C, O'Donnell A, Campbell S. Eating disorders and COVID-19 - different or just more? *Ir J Med Sci* 2024; 193: 1939–1944.

[24] Korona stop. COVID-19 pandemijos valdymo priemonės.

- [25] Haghshomar M, Shobeiri P, Brand S. Changes of symptoms of eating disorders (ED) and their related psychological health issues during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *J Eat Disord* 2022; 10: 51.
- [26] Gao Y, Bagheri N, Furuya-Kanamori L. Has the COVID-19 pandemic lockdown worsened eating disorders symptoms among patients with eating disorders? A systematic review. *J Public Health (Berl.)* 2022; 30: 2743–2752.
- [27] Chaudhuri K, Howley P. The impact of COVID-19 vaccination for mental well-being. *European Economic Review* 2022; 150: 104293.
- [28] Ellison J. M, Simonich HK, Wonderlich SA, Crosby RD, Cao L, Mitchell JE, Smith T. L, Klein MH, Crow SJ, Peterson CB. Meal patterning in the treatment of bulimia nervosa. *Eating behaviors* 2016; 20: 39–42.
- [29] Bélanger M, Gallant F, Doré I, O'Loughlin J, Sylvestre MP, Abi Nader P, Larouche R, Gunnell K, Sabiston C. Physical activity mediates the relationship between outdoor time and mental health. *Preventive Medicine Reports* 2019; 16: 101006.
- [30] Boelens M, Smit MS, Raat H, Bramer WM, Jansen W. Impact of organized activities on mental health in children and adolescents: an umbrella review. *Preventive Medicine Reports* 2022; 25: 101687.
- [31] Ftouni R, AlJardali B, Hamdanieh M. Challenges of Telemedicine during the COVID-19 pandemic: a systematic review. *BMC Med Inform Decis Mak* 2022; 22: 207.
- [32] Steinberg D, Perry T, Freestone D, Bohon C, Baker JH, Parks E. Effectiveness of delivering evidence-based eating disorder treatment via telemedicine for children, adolescents, and youth. *Eating Disorders* 2022; 31(1): 85–101.
- [33] World Health Organisation. COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide.
- [34] Manchia M, Gathier AW, Yapici-Eser H, Schmidt MV, de Quervain D, van Amelsvoort T, Bisson JI, Cryan JF, Howes OD, Pinto L, van der Wee NJ, Domschke K, Branchi I, Vinkers CH. The impact of the prolonged COVID-19 pandemic on stress resilience and mental health: A critical review across waves. *Eur Neuropsychopharmacol* 2022; 55: 22-83.
- [35] Trafford AM, Carr MJ, Ashcroft DM, Chew-Graham CA, Cockcroft E, Cybulski L, Garavini E, Garg S, Kabir T, Kapur N, Temple RK, Webb RT, Mok PLH. Temporal trends in eating disorder and self-harm incidence rates among adolescents and young adults in the UK in the 2 years since onset of the COVID-19 pandemic: a population-based study. *The Lancet. Child & Adolescent Health* 2023; 7(8): 544–554.
- [36] Mehta K. To what extent does the COVID-19 pandemic impact patients with anorexia nervosa? *BJPsych Open* 2021; 7(1): 273-273.
- [37] Feldman MA, King CK, Vitale S, Denhardt B, Stroup S, Reese J, Stromberg S. The impact of COVID-19 on adolescents with eating disorders: Increased need for medical stabilization and decreased access to care. *International Journal of Eating Disorders* 2023; 56(1): 257–262.
- [38] Van Eeden, Annelies E.a,b; van Hoeken, Daphnea; Hoek, Hans W.a,b,c. Incidence, prevalence and mortality of anorexia nervosa and bulimia nervosa. *Current Opinion in Psychiatry* 2021; 34(6): 515-524.

- [39] The Journal of Clinical Psychiatry. Time Trends in Age at Onset of Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa.
- [40] Evliyaoğlu O. Children with chronic disease and COVID-19. *Turk Pediatri Ars* 2020; 55(2): 93-94.
- [41] Stevanovic D, Kabukcu Basay B, Basay O, Leskauskas D, Nussbaum L, Zirakashvili M. COVID-19 pandemic-related aspects and predictors of emotional and behavioural symptoms in youth with pre-existing mental health conditions: results from Georgia, Lithuania, Romania, Serbia, and Turkey, Nordic Journal of Psychiatry 2022; 76(7): 515-522.
- [42] Liu JJ, Bao Y, Huang X, Shi J, Lu L. Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health* 2020; 4(5): 347 – 349.
- [43] Chavira DA, Ponting C, Ramos G. The impact of COVID-19 on child and adolescent mental health and treatment considerations. *Behav Res Ther* 2022; 157: 104169.
- [44] McLean CP, Utpala R, Sharp G. The impacts of COVID-19 on eating disorders and disordered eating: A mixed studies systematic review and implications. *Front Psychol* 2022; 13.
- [45] Maunder K, Markey O, Batchelor R, McNicholas F. A systematic review of COVID-19 and the presentation of avoidant/restrictive food intake disorder and avoidant/restrictive food intake disorder-like symptoms. *BJPsych Open* 2024.
- [46] Murray F., Houghton S., Murphy F., Clancy E. A Qualitative Exploration of Prominent Factors Contributing to the Aetiology of Child and Adolescent Eating Disorder Presentations during the COVID-19 Pandemic: The Perspectives of Patients, Parents and Clinicians. *Journal of Clinical Medicine* 2024; 13(2): 615.
- [47] National Institute for Health and Care Excellence. Eating disorders: recognition and treatment. NICE guideline, 2020.