



Medialle

Näin uutisoit syömishäiriöistä vastuullisesti

Teksti on käännetty ja muokattu amerikkalaisen NEDA:n (National Eating Disorders Association) kotisivuilta www.nationaleatingdisorders.org.

Syömishäiriöt ovat vakavia, pahimmillaan hengenvaarallisia mielenterveyden sairauksia. Syömishäiriö on aihe, josta on tärkeää uutisoida hienotunteisesti ja vastuullisesti, jotta ei tahattomasti syyllistyisi sairauden romantisointiin tai inspiroisi jotakuta kokeilemaan hengenvaarallisia käyttäytymismalleja.

Monet tavalliset erehdykset uutisoinnissa voivat aiheuttaa vakavia seurauksia syömishäiriötä jo sairastaville tai riskiryhmässä oleville. Syömishäiriöstä uutisoitaessa kannattaakin muistaa seuraavat seikat:

- **Uutisoinnissa ei kannata keskittyä valokuviiin, jotka kuvaavat sairastuneen kehoa.** Tutkimusten mukaan kuvaukset ja valokuvat sairaalloisesta laihuudesta voivat aiheuttaa kilpailua syömishäiriötä sairastavien kesken. Syömishäiriötä sairastava saattaa ajatella, että kuvattava on laihempi kuin hän itse, ja siksi hänen täytyy olla vielä laihempi. Alhaiseen painoon tai painoon yleensäkin keskittyvä uutisointi voi lisäksi estää sairastuneen sairaudentunnon heräämistä, hidastaa toipumista tai pahentaa sairautta. Syömishäiriötä sairastavat ajattelevat usein, että he eivät ole vielä tarpeeksi laihoja ollakseen sairaita. Jos uutisointi keskittyy äärimmäisen alhaisiin painolukemiin, pahentaa se edelleen tätä harhaluuloa sillä seurauksella, että yhä harvemmat hakevat apua sairauteensa.
- **Ei kannata keskittyä numeroihin.** Yksityiskohtat kuten ”Hän söi vain 400 kaloria päivässä” tai ”Hän otti 10 laksatiivipilleriä kerralla” voivat muuttaa hyvää tarkoittavan artikkelin kohtalokkaaksi käyttöohjeeksi syömishäiriötä sairastavalla tai riskiryhmässä olevalle.
- **Kannattaa varoa syömishäiriöiden tahatonta romantisointia.** Syömishäiriöitä tai syömishäiriötä sairastavia ei pidä ihannoida tai mikä pahempaa, esittää sairastuneita ihmisinä, joilla on ”hämästyttävä tahdonlujuus” tai ”uskomaton itsekontrolli”. Syömishäiriössä sairaus kontrolloi aina sairastunutta, ei koskaan päinvastoin.
- **Uutisoinnissa on syytä välttää tuomasta esille stereotypiaa, että syömishäiriö olisi yhtä kuin anoreksia ja syömishäiriötä sairastava olisi siten aina äärimmäisen laiha.** Vain pieni osa syömishäiriötä sairastavista sairastaa täysin diagnoosikriteerin mukaista anoreksiaa ja on alipainoinen. Anoreksiaa yleisempi sairauden muoto on mm. bulimia. Yleisin syömishäiriömuoto on ns. epätuypillinen syömishäiriö, jossa taudinkuva muistuttaa jotakin diagnostisesti tunnettua syömishäiriön muotoa, mutta jonkin keskeinen oire puuttuu. Suurin osa syömishäiriötä sairastavista on täysin normaalipainoisia. Syömishäiriö on psyykinen sairaus, se ei useinkaan näy päällepäin.
- **Uutisoinnissa ei ole syytä nostaa korostuneesti esille henkilöitä, jotka ”yksin urheasti selättivät syömishäiriön”.** Voi hyvin olla, että haastattelemasi henkilö on selvinnyt sairaudestaan yksin, mutta suurin osa ei selviä. Suurin osa toipuneista on tarvinnut syömishäiriönsä pitkään kestänyttä apua ja hoitoa. On tärkeä tuoda esille se, että syömishäiriöön pitää aina hakea apua, vain harva selviää omin voimin.
- **Syömishäiriöitä saa kuvata vakavina sairauksina, mutta kannattaa tehdä ero ”vakavan” ja ”toivottoman” välillä.**

Toimisto

Läntinen Pitkäkatu 35, 2. krs.

20100 TURKU

☎ 040 5958 542

✉ yhdistys@syomishairioliitto.fi

www.syomishairioliitto.fi

Y-tunnus 1021735-0



On hyvä tuoda esille aina se, että vaikka sairaus onkin vakava, on toipuminen aina mahdollista oikean avun ja tuen keinoin. Toivottomia tapauksia ei ole olemassakaan.

- **Uutisoitaessa syömishäiriöstä kannattaa aina samalla kertoa mistä apua saa.**

Artikkeliin kannattaa aina liittää auttavien ja hoitavien tahojen puhelinnumeroita ja www-osoitteita. Muuten uutisointi herättää helposti huolta ja pelkoa, mutta ei tarjoa toivoa. Monet tunnistavat syömishäiriön ensi kertaa itsessään tai läheisissään juuri sinun artikkelia lukiessasi. On hyvän tavan mukaista tarjota sairastuneelle tai hänen läheiselleen heti uutisoinnin yhteydessä yhteystietoja, joista saa apua ja tukea.

Jos tarvitset lisää tietoa niin kysy!

Syömishäiriöliitto – SYLI ry tarjoaa lisätietoa syömishäiriöistä tai ohjaa sinut kysymyksissäsi eteenpäin. Liitto välittää asiallisia haastattelupyynnöitä eteenpäin henkilöille, jotka ovat toipuneet syömishäiriöstä ja ovat halukkaita puhuman kokemuksistaan. Lisätietoja s-posti info@syomishairioliitto.fi tai puh. (02) 2519 716.