



Избыточный вес часто связан с нарушениями приема пищи



Определение стиля питания помогает в составлении индивидуальной программы снижения массы тела



Медикаментозная терапия помогает изменить пищевое поведение и соблюдать правила рационального питания

Тест-опросник по нарушениям пищевого поведения

Материал подготовлен на основании *УçääÜæÿëäçÛç* опросника пищевого поведения (DEBQ)*

Стараетесь ли вы есть меньше, чем вам хотелось бы во время обычного приема пищи?	Да	Нет
Если вы переели, будете ли вы на следующий день есть меньше?	Да	Нет
Часто ли вы стараетесь не есть вечером из-за того, что следите за своим весом?	Да	Нет
Имеет ли значение ваш вес, когда вы едите?	Да	Нет
Возникает ли у вас желание есть, когда вы раздражены?	Да	Нет
Возникает ли у вас желание есть, когда вам нечего делать?	Да	Нет
Возникает ли у вас желание есть, когда «всё не так», «всё валится из рук»?	Да	Нет
Возникает ли у вас желание есть, когда вы испуганы?	Да	Нет
Если у вас есть что-либо вкусное, съедите ли вы это немедленно?	Да	Нет
Едите ли вы больше, чем обычно в компании (когда едят другие)?	Да	Нет
Если вы видите вкусную пищу и чувствуете запах, едите ли вы больше обычного?	Да	Нет
Можете ли вы остановиться, если едите что-либо вкусное?	Да	Нет

- Если вы ответили положительно на большинство вопросов, у вас есть нарушения пищевого поведения
- Для определения типа нарушений необходимо пройти полную версию – Голландский опросник пищевого поведения (англ. Dutch Eating Behavior Questionnaire, сокр. DEBQ)