

SHOPAHOLISMUS

TANOREXIE

ZÁVISLOST NA KOSMETICE

Klára Poláková 371633

Renata Světlíková 350555



Shopaholismus

- chorobná závislost na nakupování a s ním spojenými příjemnými emočními prožitky, též oniománie
- Shopaholici jsou lidé, kteří trpí nutkavým nakupováním. Výrobky, které v obchodech uloví, většinou vůbec nepotřebují a téměř je nepoužívají. Pokud je jim však nakupování znemožněno, objevuje se u nich úzkost a další nepříjemné psychické stavy.
- Jakmile se jim něco nedaří nebo mají nepříjemné pocity, jdou a nakoupí hromadu věcí. Je to pokus zvednout si sebevědomí. Bohužel jakmile přestanou nakupovat a jejich extáze pomine, zůstanou jen opět o něco větší výčitky svědomí a úzkost.
- shopaholiků stále přibývá
- většinou se jedná o ženy

<http://www.youtube.com/watch?v=npFBRp716Qw>

Léčba

- v dnešní době se léčí několik klientů, kteří se kvůli závislosti na nákupech rozvedli, přišli o všechny majetek a zbankrotovali
- ačkoli následky této poruchy mohou být velmi vážné, shopaholismus je léčitelný
- je nutné, aby postižení vyhledali odbornou pomoc

Prevence

- při platbách kartou buďte opatrní, upřednostňujte platit buďto hotově nebo ze stanoveného „balíku, rozpočtu“, který na daný den nebo týden máte - a to tak, abyste jej nepřekročili
- držte se nákupních seznamů, pomůžou vám vyhnout se nákupu nepotřebných položek
- pozor na lákavé reklamní poutače, výkladní skříně obchodů, reklamy v televizi, nenechte se jimi strhnout, přelad'te kanál nebo svoji mysl jiným směrem
- když pocít'ujete nutkání na excesivní nakupování, které je patologické, nutkavé a impulzivní, snažte se přeladit, s blízkými či přáteli „přepnout“ na jinou činnost, odpoutat pozornost od nákupních myšlenek, pomáhá sport, fyzická aktivita, procházky apod.

Tanorexie

- abnormální závislost na opalování (na přímém slunci i v solariích)



<http://www.whattoseeinvalencia.com/de/tanorexie/>

Posedlost po opálené kůži

- s kultem opáleného těla se objevila i nová nemoc
- znamená chorobnou závislost na opalování - na slunci nebo v soláriu
- postihuje hlavně ženy a dívky, které si neopálené připadají ošklivé

Příznaky

- obvykle jde o tyto projevy:
- intenzivní úzkost v blízkosti opáleného člověka
- chronická starost o barvu své kůže
- neustálé opalování (venku nebo v soláriu)



Rizika

- ženám postiženým tanorexíí hrozí riziko, že si extrémním sluněním přivodí rakovinu kůže
- slunění si totiž nedokáží odpustit, je pro ně jakousi drogou
- mají strach, že když jednou vynechají, zblednou
- nadměrné opalování do 30 let věku přitom zvyšuje riziko rakoviny kůže až o 75 procent

- 
- módě opalování podléhají jak ženy, tak i muži, zejména manekýny a kulturisté
 - snědá kůže je součástí jejich image
 - přílišné opalování ale přispívá ke stárnutí kůže a ke vzniku melanomu
 - v letech 1977 až 2005 stoupl v Česku počet melanomů na 100.000 obyvatel 3,5 krát, ze 7 na 24
 - nejrizikovější pro vznik melanomu bývali muži po padesátce
 - v posledních letech ale stoupl podíl žen s tímto zhoubným nádorem

Závislost na kosmetice



<http://www.kafe.cz/pribeh-ivety-jsem-pry-zavisla-na-kosmetice-jak-jste-na-tom-vy-26797.aspx>

I z make-upu se může stát závislost

- nějaký ten krém, rtěnku či řasenku má doma asi každá žena, ale co když je někdo obětí kosmetiky
- některé ženy jsou na zkrášlovadlech doslova závislé
- tráví u zrcadla hodiny a hodiny a bez make-upu nejdou ani vynést odpadkový koš
- když kosmetikou dokážeme alespoň trochu šetřit, je to přínos pro peněženku i pro zdraví

Průzkum

- Britský deník The Sun zveřejnil šokující průzkum, podle kterého se 98 procent dotázaných žen přiznalo k tomu, že se kosmetických přípravků nedokážou vzdát ani jejich používání výrazně omezit
- průzkum se týkal vyloženě kosmetiky zkrášlující, tedy všech možných šminek, speciálních krémů a sér na pleť

Názor odborníků

- odborníci se přitom shodují, že příliš mnoho kosmetiky může lidskému zdraví škodit
- neblahý vliv má kosmetika na naši psychiku, o financích ani nemluvě
- až chorobná péče o to, jak vypadáme, nám podle Laxmi Kathurie krade čas, který bychom mohli věnovat důležitějším a prospěšnějším věcem
- „Když někdo extrémně lpí na svém vzhledu a nevyjde z domu bez náročného a důkladného make-upu, může tak vstávat klidně o dvě až tři hodiny dříve, než by skutečně bylo nutné,“ říká psychiatrička Laxmi Kathuria.
- přitom, kdyby ženy tento čas věnovaly například spánku či setkání s přáteli, byly by na tom lépe
- obojí totiž snižuje stres a je mnohem výraznějším zdrojem dobré nálady než dokonalé nalíčení

Jak působí kosmetika na okolí

- je to podivný paradox, ačkoli se ženy líčí proto, aby byly krásné, a zvýšily tak zájem okolí o svou osobu, ve výsledku to může fungovat opačně
- přílišná krása totiž může být na škodu
- lidé v sobě mají zažitý stereotyp „nedosažitelné supermodelky“, a tak mnoho lidí se bude kontaktu s dokonale krásnou a nalíčenou ženou spíše vyhýbat
- budou mít pocit, že pro ni nejsou dost dobří, protože přátelství i láska jsou z velké části založeny na vzájemné podobnosti
- ženy utratí za „krásu“ během svého života zhruba 252 tisíc korun, a to v podstatě investují do něčeho „falešného“

Děkujeme za pozornost

Zdroje

- http://ona.idnes.cz/shopaholismus-moderni-zavislost-na-nakupovani-f5a-/vztahy-sex.aspx?c=A080306_145105_zdravi_bad
- <http://www.celostnimedicina.cz/shopaholismus.htm#ixz2BN0AehkH>
- <http://prozeny.blesk.cz/clanek/pro-zeny-zdravi-a-hubnuti-zdravi/120767/tanorexie-nova-nemoc-posedlost-po-opalene-kuzi.html>
- <http://www.prozeny.cz/magazin/krasa-a-moda/krasna-tvar/22102-zavislost-na-sminkach-pry-existuje>
- <http://ladyvanilka.blog.cz/1111/videotest-jsi-zavisla-na-kosmetice>