

Bulimie a záchvatové přejídání



[Peter J. Cooper](#)

Bulimie a záchvatové přejídání - Peter J. Cooper ke stažení PDF Jak je překonat. Snad každý se občas přejí. Pro někoho se však přejídání může stát každodenní rutinou a ve snaze zbavit se přebytečných kalorií může sahat k životu nebezpečným metodám. Začarovaný kruh přejídání-zvracení-laxativ může svědčit o vážné poruše příjmu potravy zvané bulimia nervosa či záchvatové přejídání. Tato svépomocná kniha britského psychoterapeuta objasňuje, oč v bulimii jde, popisuje její rizika a nabízí účinné a osvědčené postupy k překonání této poruchy.

