

厭食症患者的家人察覺到患者不單消瘦，而且體重不斷下降。旁人覺得過分和震驚，患者卻不覺得這是有問題，她們仍然相信自己過胖。其實，其他人也許未察覺到這問題，因為她們仍進食大量所謂「健康」（不會導致肥胖）食品時。

暴食症患者對於自己的行為常常感到**內疚**和**羞恥**，於是用盡不同的方法來掩飾。她們進食大量食物之後，再嘔吐出來，導致身體疲倦，亦非常浪費時間，對她們的工作表現造車影響，和難於發張正常的社交生活。所以，若最終能正視問題的話，則會大大舒緩了其中的壓力。有時，她們可能要強行改變生活習慣，例如建立新的關係，或與其他人生活才可達到這情況。

察覺問題

治療飲食失調症的第一步是察覺問題，越早察覺及處理問題，越容易協助患者。若問題不被正視，時間越長，則會越嚴重，以越難解決。厭食症可以有性命危險，所以趁早尋求醫生的幫助是十分重要的，

轉介

當察覺問題後，患者必須盡快接受精神科醫生或心理學家的治療。直至最近，雖然有讓厭食症患者入院接受治療的趨勢，但若患者體重下降太嚴重的話，她們可在門診尋求幫助。

評估

精神科醫生首先要和病人詳談，找出問題如何出現，當中包括探討患者的感受和生活，量度患者的體重。除此之外，視乎患者體重減輕的程度，亦會作出體格檢驗和血液測試。假若獲得患者的同意，精神科醫生便會和她的朋友或家人傾談以便進一步了解問題的所在。