



女子です。
私は163cmあります。体重は今年の4月まで41kgありました。しかし、急に体重が落ちていき今では34kgです。
体脂肪率は11%で体が全体的に骨張っています。友人達からも結構痩せたね、と言われました。ダイエットは一度もしたことがありません。毎日しっかり食べています。
私はもうそろそろ死ぬのではないかと思います。一つの説によると死ぬ前は急激な体重減少が起きるようです。
これが危険な状態なのでしょうか。

本当に困っています。友人には話せません。嫌味だと思われるでしょう。

相談者さんの身長・体重は危険なのではないかと思います…。毎日しっかり食べていても増えないのなら、もう相談済みかもしれませんが、一度医者に見てもらったり、親に相談したりして下さい。あと私の場合は、危険な状態になるよりは嫌味だと思われる方がマシなので、友達にも相談すると思います。それで、きつく言われたら「嘘だよ!」と冗談のように言って元気に振る舞えば良いです。また、もしそうなった場合は、これからその子には相談しないようにした方が良いでしょう!



私も小学校の頃に体重が減ってしまい、すごく怖くなりました。親に相談したらすごく心配されてしまうのではと考えると言いにくくなりました。友達はそこまでいなかったので、勇気を出して親に相談しました。そうしたら「大丈夫だよ。」と親に言われ、安心しました。私の場合では信頼できる人に伝えるべきだと思います💧

力になれなかったらすみません💧

