

Essstörungen

Was sind Essstörungen?

- Stoffungebundene Sucht = Verhaltenssucht
- Umgang mit dem Essen und Verhältnis zum eigenen Körper sind gestört
- Grenzen zwischen gestörtem Essverhalten und Essstörung bei Entwicklung der Sucht fließend
- Essstörung bleibt oft erstmal unerkannt
- meist Lösungsversuche für andere seelische Belastungen
- hoher Leidensdruck bei Betroffenen [1]

Magersucht

Wie äußert sich Magersucht?

- starker Gewichtsverlust oder anhaltendes Untergewicht
- Panik, zuzunehmen oder zu dick zu sein
- kaum noch Nahrungsaufnahme, Abnehmen wird zur Sucht
- selbst herbeigeführtes Erbrechen oder Abführen
- Gebrauch von Appetitzüglern und/oder Entwässerungsmitteln
- übertriebene körperliche Aktivitäten
- Körperschemastörung: verzerrte Wahrnehmung des eigenen Körpers [1]



Abb. 1: Körperschemastörung, auch Dysmorphobie genannt [4]

„Am Anfang steht der Mut, sich helfen zu lassen“ [2]

Welche Arten gibt es?

- Magersucht (Anorexia nervosa)
- Binge-Eating-Störung (wiederkehrende Essanfälle)
- Bulimie (Bulimia nervosa)
- Mischformen [2]

Binge-Eating-Störung

Welches sind die Symptome von Binge-Eating-Disorder?

- immer wiederkehrende Essanfälle („binge eating“ bedeutet exzessives, übermäßiges Essen)
- Betroffene haben das Gefühl, nicht mehr mit dem Essen aufhören zu können
- Betroffene essen dabei oft schneller, allein und verheimlichen die Anfälle
- Selbstekel und Schuldgefühle nach einer Essattacke
- nur selten Erbrechen, Hungern oder Sport, um abzunehmen [2]

Gefährliche Folgen

Störungen der Fruchtbarkeit, Haarausfall, Verätzung des Rachens/der Speiseröhre, Nierenschäden, Herz-Kreislaufstörungen, Zahnschäden, psychische Veränderungen und andere Folgen bis hin zum Tod [1]

Wo gibt es Hilfe?

Persönliche, telefonische oder Online-Beratungsstellen (z.B. www.anad.de), Kinder- oder Hausarzt, Selbsthilfegruppen

10.622

Fälle von Essstörungen wurden 2018 in deutschen Krankenhäusern vollstationär behandelt. [3]

Bulimie

Was sind die Kennzeichen von Bulimie?

- regelmäßige Essanfälle, bei denen Betroffene in kurzer Zeit große Mengen gierig und unkontrolliert verschlingen
- anschließendes selbst herbeigeführtes Erbrechen aus Angst vor Gewichtszunahme
- aus panischer Furcht, dick zu werden, hungern Betroffene phasenweise oder nehmen Abführmittel oder Medikamente
- Gedanken kreisen ständig um das Thema Essen [2]

Fälle von Magersucht nehmen zu in Deutschland

Anzahl der Fälle von Anorexie in Deutschland*



Abb. 2: Von 2000 bis 2015 stieg die Zahl der Fälle von Magersucht um 50,6%. [5]

Quellen:

[1] <https://kmd.de/infopool-und-hilfe/suechtig-ohne-stoff/essstoerungen>, aufgerufen am 19.02.2021.

[2] <https://www.bzga-essstoerungen.de/was-sind-essstoerungen/arten/magersucht/#c820>, aufgerufen am 19.02.2021.

[3] <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/219152/umfrage/in-krankenhaeusern-diagnostizierte-faelle-von-anorexie-und-bulimie/>, aufgerufen am 19.02.2021.

[4] Abb. 1: (c) Christian Dorn, <https://pixabay.com/de/>, aufgerufen am 19.02.2021.

[5] Abb. 2: <https://de.statista.com/infografik/12885/magersucht-in-deutschland/>, aufgerufen am 19.02.2021.