

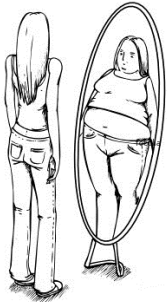
Esstörungen

Was sind Essstörungen überhaupt?

Mögliche Ursachen für das Auftreten von Essstörungen sind oftmals psychische Probleme, die die Betroffenen belasten und die sie auf diesem Weg zur Unterdrückung ihrer wirklichen Gefühle benutzen.

Grundsätzlich unterscheidet man vier wesentliche Hauptformen an Essstörungen, die in den meisten Fällen auftreten.

1) Magersucht



Magersucht, auch **Anorexia nervosa** genannt, beginnt meist in der Pubertät um das 14. Lebensjahr herum, ausgelöst durch einen übertriebenen Wunsch nach Schlankheit, der zu einer verschobenen Wahrnehmung des eigenen Körpers führt.

Typische Symptome der Magersucht sind ein **starker Gewichtsverlust**, der von den Betroffenen bewusst durch Hungern, übertriebene sportliche Aktivitäten oder Appetit zügelnden Mitteln herbeigeführt wird.

Langfristige Folgen sind beispielsweise Haarausfall, Osteoporose, Herz-Kreislaufstörungen und Zahnschäden.

2) Bulimie

Bulimie (Bulimia nervosa) wird diagnostiziert, wenn über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten durchschnittlich zweimal wöchentlich wiederholte **Essattacken** auftreten, die von **anschließendem Erbrechen** oder der Einnahme von **Abführmitteln** begleitet werden, um die Kalorienzufuhr rückgängig zu machen.

Die Essstörung tritt in den meisten Fällen bei Mädchen zwischen dem 16. -20. Lebensjahr auf, die oftmals vorher magersüchtig waren und z.B. unter Schamgefühlen, einem niedrigen Selbstwertgefühl oder inneren Spannungen leiden.

Langfristige Folgen sind unter anderem Kreislaufstörungen, Zahn- und Nierenschäden, Muskelkrämpfen oder Verstopfungen.

3) Binge- Eating- Störung



Essattacken mit Kontrollverlust, die über einen Zeitraum von sechs Monaten etwa zweimal wöchentlich auftreten führen zu der Diagnose Binge- Eating- Störung.

„Binge“ steht für Gelage, bei denen unverhältnismäßig viel

heruntergeschlungen wird und die von keinerlei Maßnahmen rückgängig gemacht werden, weshalb die Betroffenen häufig unter Übergewicht leiden.

4) **Adipositas**

Stark übergewichtige Menschen, die Probleme damit haben ihr Essverhalten zu kontrollieren und von starken **Heißhungeranfällen** geplagt werden, leiden an Adipositas.

Essen dient hier als Ersatz für fehlende emotionale Zuwendung oder wird zur Bewältigung von psychischen Belastungen und Stresssituationen eingesetzt. Auftreten kann diese Essstörung in nahezu jeder Altersgruppe, die von diesen Aspekten betroffen ist.

Langfristige Folgen von Adipositas betreffen einerseits die Einschränkung des Bewegungsapparates und führen meist zu Diabetes, sowie Bluthochdruck und Herz- Kreislauf- Störungen.

Risikofaktoren, die zu Essstörungen führen können:

- Mangelndes Selbstwertgefühl
- Perfektionismus
- Unterdrückte Gefühle
- Soziale Isolation
- Probleme in der Familie
- Krankhaftes Schönheitsideal aus den Medien
- ...



**Esstörungen, egal welcher Art, sind eine erste Angelegenheit und dürfen nicht auf die leichte Schulter genommen werden.
Sie alle führen zu gravierenden Folgeschäden und bedürfen daher einer professionellen
Behandlung in Form einer Therapie.**

Beratungsstelle Weilheim

**Beratungsstelle im Therapienetz Essstörung (BiTE)
Schützenstraße 8/1. Stock
82362 Weilheim
Tel. 0881/ 927 08 08
[beratung\(at\)therapienetz-essstörung.de](mailto:beratung(at)therapienetz-essstörung.de)**

Quellen:

www.bzga-essstoerungen.de

<https://www.anad.de/essstoerungen/>

<http://www.aerzteblatt.de/bilder/2009/03/img134926.jpg>