
► Viele Zeichen von seelischer Not

Essstörungen sind ernsthafte Erkrankungen, bei denen das Verhältnis zum Körper und der Umgang mit Essen gestört sind. Die Magersucht, Bulimie oder Binge Eating treten oft nicht alleine, sondern in Mischformen auf. Aber auch Adipositas, die chronische Fettleibigkeit, gehört zu den Essstörungen.

Anorexia nervosa: Bei der seelisch bedingten Magersucht wird die Nahrungszufuhr auf ein Minimum reduziert, die Betroffenen leiden an einer sogenannten Körperschemastörung – trotz extremen Untergewichts nehmen sie sich als dick wahr. Zur Berechnung wird der Body-Mass-Index (BMI) genutzt, der das Verhältnis von Gewicht und Körpergröße ermittelt. Bei einem BMI von 17,5 spricht man laut Lisa Hecker von Magersucht, bei 13,5 sei Gefahr im Verzug. Da bleibt oft nur die Einweisung in eine Klinik. Laut Bundesverband für Essstörungen sterben bis zu 15 Prozent der Erkrankten daran, das geht vom Organversagen bis zu chronischen Leiden, die die Lebenszeit verkürzen.

Bulimia nervosa: Die Bulimie oder Ess-Brechsucht wird gerne als Ochsen- oder Stierhunger bezeichnet. Typisches Merkmal sind Heißhungerattacken, gefolgt von selbstinduziertem Erbrechen, Hungern oder dem Missbrauch von Abführ- und Brechmitteln. Als Auslöser gelten emotionale Faktoren wie Stress, Unzufriedenheit, starke Gefühle von Verlassenheit. In der Vorgeschichte finden sich häufig Episoden der Magersucht wieder. Die Erkrankten leiden an einer gestörten Selbstwahrnehmung und/oder einer Körperschemastörung.

Binge-Eating-Störung: Dies ist eine Essstörung (engl. für *Gelage, Fressen*), bei der es zu periodischen Heißhungeranfällen („Fressattacken“) kommt, bei denen in ein paar Stunden deutlich mehr gegessen wird als der Körper benötigt. Die meisten Binge-Eating-Patienten sind übergewichtig oder adipös, aber es gibt auch Normalgewichtige. Psychologen gehen davon aus, dass unangenehme Empfindungen durch das Essen unterdrückt werden, es handelt sich also um eine Form von Vermeidungsverhalten. (ja)