

Ess-Störungen können bei Menschen jeden Alters auftreten, meist bei Mädchen und jungen Frauen, seltener, wenn auch in zunehmendem Maße bei Jungen und jungen Männern.

Ess-Störungen zählen zu den psychosomatischen Krankheiten und nicht zu den Suchtkrankheiten, wenngleich Verhaltensweisen von Betroffenen oft als „suchtartig“ beschrieben werden.

Die Entstehung von Ess-Störungen ist ein Ausdruck von innerer Not. Auslöser können familiäre, schulische oder berufliche Probleme sein, häufig begleitet von dem Gefühl, Anforderungen nicht zu genügen, oft verbunden mit einem hohen (Leistungs-) Anspruch an sich selbst.

Das Thema „Essen“ nimmt einen immer größeren Raum ein und bestimmt den Alltag. Symptome können sein:

ständiges Kalorienzählen, unterschiedlichste Diäten, häufiges Wiegen, Ab- und Zunehmen, gedankliche Fixierung auf Essen oder Nichtessen, schlechtes Gewissen bei Nahrungsaufnahme oder Gewichtszunahme, exzessives Sport treiben.

Formen der Ess-Störung

Alle *Ess-Störungen* können ineinander übergehen oder sich abwechseln, ebenso gibt es *Mischformen* der jeweiligen Krankheitsbilder

Anorexia nervosa (Magersucht)

Wenig bis extrem wenig Nahrungsaufnahme

Untergewicht (BMI unter 17,5 oder weniger als 85 % des dem Alter gemäßen Gewicht)

Nie erreichtes altergemäßes Gewicht, absichtlich herbeigeführter größerer Gewichtsverlust innerhalb kürzerer Zeit durch Hungern oder/und Einnahme von Abführmitteln

Sehr starke Angst vor Gewichtszunahme

Körperschemastörung (Wahrnehmungsstörung der Figur und des Gewichts)

Ausbleiben der Menarche bzw. der Menstruation

Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht)

Heißhungeranfälle mit Kontrollverlust meist mit anschließendem Erbrechen

Weitere „gegensteuernde Maßnahmen“ wie Einnahme von Abführmitteln oder/und Entwässerungstabletten, Appetitzüglern

Normal- oder Idealgewicht, es kann aber auch leichtes Unter- oder Übergewicht bestehen

Ständiges Gedankenkreisen um Essen, Figur und Gewicht

Große Angst vor Gewichtszunahme

Perioden des Fastens, exzessiver Sport

Binge-Eating-Disorder (Ess-Sucht)

Wiederkehrende Heißhungeranfälle mit Kontrollverlust ohne „gegensteuernde Maßnahmen“

Übergewicht (BMI über 30 +)

Ständiger Drang zum Essen und ständige gedankliche Beschäftigung mit Essen

Starker Leidensdruck wegen Gewicht, Essanfällen und Figur

Depressive Verstimmungen und/oder Selbstvorwürfe, Schuldgefühle, Ekel nach den Essanfällen

Nicht näher bezeichnete Ess-Störungen

Unter diesen Sammelbegriff fallen unspezifische, atypische und sonstige Ess-Störungen

Adipositas und Übergewicht

Diese Begriffe sind lediglich eine Klassifizierung des Gewichts. Hinter diesen Begriff kann sich eine Ess-Störung verbergen.