



Patienteninformation Ess-Brech-Störungen

Anorexia nervosa (Magersucht)
Bulimia nervosa (Ess-Brechsucht)



Was sind psychogene Essstörungen?

Die Nahrungsaufnahme wird normalerweise durch Gefühle von Hunger und Durst gesteuert. Wenn Menschen die Nahrungsaufnahme regelmäßig zur Beeinflussung von seelischen Spannungszuständen oder Konfliktzuständen nutzen, spricht man von psychogenen Essstörungen. Von diesen gibt es drei Erscheinungsformen:

- **Magersucht**
- **Ess-Brechsucht**
- **Essstörung mit massivem Übergewicht**
(siehe gesondertes Infoblatt).

Magersucht tritt am häufigsten bei heranwachsenden Mädchen und jungen Frauen auf und ist durch einen anhaltenden, absichtlich herbeigeführten Gewichtsverlust gekennzeichnet. Das Untergewicht wird entweder durch ständiges Fasten aufrechterhalten und/oder durch extreme sportliche Betätigung, selbst ausgelöstes Erbrechen oder Einnahme von Abführmitteln. Im Verlauf der Erkrankung kommt es zu Störungen der Körperwahrnehmung, so dass sich auch stark untergewichtige Frauen noch als viel zu dick erleben. Es besteht eine ständige Angst vor Gewichtszunahme; das Denken der Betroffenen ist zunehmend auf das Essen bzw. Nicht-essen eingeschränkt. Einige Magersüchtige kennen auch Heißhungeranfälle und "Fressattacken".

Ess-Brechsucht ist gekennzeichnet durch häufige Anfälle von Heißhunger mit "Fressattacken" und ein übertriebenes Kontrollbedürfnis des Körpergewichts.

Nach Essattacken, bei denen oft unvorstellbar große Essensmengen verschlungen werden, entsteht ein starker innerer Druck, gewichtsregulierende Maßnahmen einzusetzen, wie Erbrechen, Gebrauch von Abführmitteln oder längere Fastenphasen. Die betroffenen, meist jüngeren Frauen, sind in der Regel normal- oder leicht übergewichtig. Wie bei der Magersucht kreisen alle Gedanken um die Angst zuzunehmen und das Thema Essen.

Beide Formen der Essstörung treten zum Teil in Kombination, zum Teil nacheinander auf und neigen ohne Behandlung zu chronischen Verläufen. Andere Krankheiten, die mit Untergewicht oder Erbrechen einhergehen, müssen vor Beginn einer Psychotherapie ausgeschlossen werden, z.B. Schilddrüsenüberfunktion, verschiedene Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes.

Wie werden psychogene Essstörungen behandelt?

Oberstes Prinzip der Behandlung von Essstörungen ist, mit den Betroffenen Wege zu finden, ihre seelischen Spannungs- und Konfliktzustände angemessen zu lösen, ohne als Ersatz auf das Essen zurückgreifen zu müssen. Hierdurch bekommt das Essen wieder seine normale Bedeutung und unterliegt der Steuerung durch Hunger und Durst. Bei magersüchtigen Frauen mit sehr starkem Untergewicht ist zunächst das Erreichen eines nicht lebensbedrohlichen Körpergewichtes oberstes Ziel.

Psychotherapie

Die Behandlung o. g. Essstörungen beruht u. a. auf der Annahme, dass verschiedene bewusste und unbewusste Motive zur Entstehung der Sehn-Süchte beitragen: z. B., wie wäre ich gerne, wie möchte ich von anderen gesehen werden, was wünsche ich mir von anderen, was, glaube ich, erwarten andere von mir.

Haben sich die Angst vor Gewichtszunahme und das krankhafte Essverhalten etabliert, gewinnen sie eine Eigendynamik wie jede andere Sucht, körperlich und seelisch - auch im Umgang mit Mitmenschen. Die Angst, die Kontrolle zu verlieren, nimmt hierbei eine besondere Rolle ein.

Das Behandlungsangebot besteht aus einer Kombination von Einzeltherapie, in die, wenn möglich, Familienmitglieder und Freunde einbezogen werden, und einer speziellen Anorexie-Bulimie-Gruppentherapie (Gesprächsgruppe und körperorientierte Verfahren), individuell ergänzt durch Gestaltungs-, Ergo-, Musik- und Sporttherapie, Selbstsicherheitstraining sowie Entspannungsverfahren. Zentral sind dabei die selbstgesteuerte, schrittweise Veränderung des Essverhaltens, worüber Patientin und Therapeutin einen Vertrag abschließen, die

ESS-BRECH-STÖRUNGEN

Erarbeitung der persönlichen und familiären Hintergründe, die zur Entwicklung der Störung beitragen, die Erarbeitung neuer Lösungen und der Erwerb diesbezüglicher Fähigkeiten für den Umgang mit persönlichen und zwischenmenschlichen Schwierigkeiten.

Medikamente

In der Behandlung von Essstörungen erweisen sich verschiedene Medikamente als sinnvoll, die eigentlich der Behandlung von Depressionen dienen. Selbstverständlich werden die Folge- und Begleiterscheinungen, wie z.B. Vitamin-D-Mangel, Entgleisung der Blutsalze oder entzündliche Veränderungen der Speiseröhre nach den Prinzipien der Inneren Medizin behandelt.

Fragen und Antworten

Wie erkenne ich, dass ich an einer psychogenen Essstörung leide?

Wenn Sie sich übermäßig oft mit dem Thema Essen beschäftigen, Essattacken haben oder ständig fasten oder andere Gewichtsregulierende Maßnahmen durchführen, leiden Sie wahrscheinlich an einer der o. g. Essstörungen. Suchen Sie dann das Gespräch mit einem Arzt Ihres Vertrauens, und sprechen Sie möglichst offen über die Symptomatik. Dieser sollte dann organmedizinische Ursachen durch weitere Diagnostik ausschließen und mit Ihnen über die Diagnose und das weitere Vorgehen sprechen.

Sind Essstörungen heilbar?

Essstörungen sind grundsätzlich heilbar. Es kommt durch psychotherapeutische Maßnahmen bei einem Großteil der Patientinnen zu einer deutlichen Besserung; einige können nicht erfolgreich behandelt werden. Die Heilungschance ist um so größer, je früher die Behandlung beginnt. Ein Teil der Patienten kommt

leider erst nach langjähriger Symptomatik in angemessene psychotherapeutische Behandlung. Unbehandelt verlaufen die meisten Essstörungen chronisch, was die Wahrscheinlichkeit des Auftretens von Begleiterkrankungen und Komplikationen deutlich erhöht.

Wer braucht eine gezielte Behandlung der Essstörung?

Alle, die unter den genannten Symptomen leiden oder für die bereits die Diagnose einer psychogenen Essstörung gestellt worden ist, sollten eine psychotherapeutische Behandlung aufsuchen. Bei chronischen Verläufen beeinflusst die Erkrankung zunehmend verschiedene Lebensbereiche, wie z.B. Beziehungen, Berufsleben und allgemeine Leistungsfähigkeit, und kann zu erheblichen Gesundheitsschäden führen.

Wie bekomme ich die richtige Behandlung?

- Lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt beraten und ggf. von ihm zu einem ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeuten überweisen.
- Zur Überprüfung, ob eine stationäre Behandlung sinnvoll ist, können Sie ein Vorgespräch in unserer Klinik vereinbaren.
- Sie können sich auch über Selbsthilfegruppen informieren.
- Prüfen Sie genau, ob Sie dem jeweiligen Therapieangebot wirklich zustimmen können. Die Therapie ist am hilfreichsten, wenn Sie dem therapeutischen Angebot und dem Behandler vertrauen können.

Hier finden Sie Hilfe

Die Vogelsbergklinik

Die Vogelsbergklinik ist eine Rehabilitationsklinik für Psychosomatik und Psychotherapie. Sie verfügt über insgesamt 207 Behandlungsplätze.

Sie erhalten eine integrative Einzel- und Gruppenpsychotherapie, die wichtige Anteile der tiefenpsychologischen und verhaltenstherapeutischen Therapie kombiniert.

Diese werden durch so genannte Spezialtherapien wie Sport- und Bewegungstherapie, körperorientierte Therapieverfahren, Ergotherapie, Gestaltungstherapie und Soziotherapie ergänzt.

Weiterhin kommen Entspannungsverfahren wie Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson sowie Atemfeedback und andere Biofeedback-Verfahren zur Anwendung.

Außerdem führen wir physiotherapeutische und krankengymnastische Einzel- und Gruppenbehandlung durch und bieten ein großzügiges freizeitpädagogisches Angebot an.

Zur Klärung von Unsicherheiten hinsichtlich der Indikation oder Motivation besteht die Möglichkeit eines ambulanten Vorgesprächs, das nach Absprache mit der Chefärztin stattfindet.

Patientenzuweisung und Kostenübernahme

Leistungsträger für eine stationäre Psychotherapie sind die Rentenversicherungsträger, die Krankenkassen (gemäß Versorgungsvertrag nach § 111 SGB V) und private Krankenversicherungen. Die Behandlung in der Vogelsbergklinik ist als beihilfefähig anerkannt.

Vor einer Aufnahme ist das Vorliegen einer Kostenübernahmeerklärung der Krankenkasse oder des Rentenversicherungsträgers notwendig. Diese muss von Ihrem Hausarzt, Facharzt, ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeuten beantragt werden.

Der Lesbarkeit halber verwenden wir im Text entweder nur die weibliche oder die männliche Sprachform. Damit soll jedoch keinerlei Diskriminierung verbunden werden.

ESS-BRECH-STÖRUNGEN



Für weitere Informationen stehen wir
Ihnen gerne zur Verfügung:

Vogelsbergklinik
Jean-Berlit-Straße 31
36355 Grebenhain
OT Ilbeshausen-Hochwaldhausen
Telefon 06643 – 701-0
Telefax 06643 – 701 – 476
eMail: info@vogelsbergklinik.de
Internet: <http://www.vogelsbergklinik.de>

Version 04_2005

ESS-BRECH-STÖRUNGEN

