

Essstörung

Die bekanntesten Essstörungen:

Esssucht

Esssüchtige essen zwanghaft und denken dauernd an „Essen“ und an die Folgen für ihren Körper. Sie essen entweder zu viel oder sie kontrollieren ihr Gewicht mit komplizierten Systemen von Essen, Diäten, Fasten und Bewegung.

Esssucht führt häufig zu Übergewicht oder Fettleibigkeit, bringt gesundheitliche und soziale Probleme mit sich. Fehlernährung kann zu zusätzlichen Problemen führen.

Magersucht

ist durch einen selbst herbeigeführten, absichtlichen Gewichtsverlust gekennzeichnet. Durch Hungern und Kalorienzählen wird versucht, dem Körper möglichst wenig Nahrung zuzuführen. Durch zusätzliche körperliche Aktivitäten soll der Energieverbrauch gesteigert werden. Der Magersüchtige sieht dabei den eigenen körperlichen Zustand häufig nicht, sie empfindet sich als zu dick, auch noch mit extremem Untergewicht.

Folgen der Magersucht sind Unterernährung, Muskelschwund und Mangelernährung. Die Langzeitfolgen sind beispielsweise Osteoporose und Unfruchtbarkeit. 5 bis 15 % der Betroffenen sterben, jedoch meist nicht durch eigentliches Verhungern, sondern durch Infektionen des geschwächten Körpers oder durch Suizid.

Ess-Brech-Sucht / Bulimie

Bei der Ess-Brech-Sucht sind die Betroffenen meist normalgewichtig, haben aber große Angst vor der Gewichtszunahme. Man kann das als "Gewichtsphobie" umschreiben. Sie ergreifen deshalb ungesunde Gegenmaßnahmen wie Erbrechen, exzessiven Sport, Abführmittelgebrauch, Fasten oder Einläufe. Dadurch kommt es zu einem Mangelzustand und zu den so genannten Ess-Attacken. Bei diesen Attacken werde große Mengen Nahrung auf einmal verzehrt. Die Attacken können auch Stressbedingt auftreten. Das Überessen und Erbrechen wird häufig als "entspannend" erlebt.

Die Ess-Brech-Sucht kann zu Störungen des Elektrolyt-Stoffwechsels, zu Entzündungen der Speiseröhre, zu Zahnschäden sowie zu Mangelerscheinungen führen. Da durch einen gestörten Elektrolythaushalt das Herz angegriffen werden kann, kann es zu Herzversagen und somit zum Tod kommen, insbesondere wenn die Ess-Brech-Sucht noch mit Untergewicht einher geht.