



## Formen von Essstörungen

### **Magersucht (Anorexia Nervosa):**

Jugendliche, die an Magersucht leiden, sind stark untergewichtig. Durch Hungern und extremes Körpertraining versuchen sie, ihr Gewicht zu reduzieren. Die Betroffenen nehmen ihren Körper nicht mehr objektiv wahr. Sie halten sich für zu dick, obwohl sie stark untergewichtig sind.

### **Ess-Brechsucht (Bulimia Nervosa):**

Bei Jugendlichen, die an Bulimie leiden, bewegt sich das Gewicht meistens im Normbereich. So wird die Erkrankung von Betroffenen oft lange verheimlicht und bleibt somit unerkannt. Es kommt bei ihnen zu wiederholten Ess-Anfällen. Anschließend wird das Erbrechen selbst herbeigeführt. Die Betroffenen leiden deshalb häufig unter großen Schuld- und Schamgefühlen.

### **Esssucht (Binge-Eating- Störung):**

Bei dieser Krankheit treten Heißhungeranfälle auf, wobei hierbei auf Fasten, Erbrechen oder exzessive Bewegung verzichtet wird. Die Folge ist zumeist eine stetige Gewichtszunahme. Aber: nicht alle Übergewichtigen sind esssüchtig!

### **Muskeldysmorphie:**

Die Muskeldysmorphie ist – wie es sich zurzeit darstellt – eine ausschließlich junge Männer betreffende Essstörung. Sie fühlen sich schwächig, zu wenig muskulös und versuchen mittels exzessiven Krafttrainings und Beachtung von Ernährungsvorgaben, dem erstrebten „Idealkörper“ näher zu kommen. Dabei werden soziale und freizeitbezogene Aktivitäten zunehmend einem zwanghaften Trainingsplan untergeordnet (soziale Isolation). Auch Situationen, bei denen andere ihren Körper sehen könnten (z.B. Freibad oder Umkleide) werden gemieden.