

## Wann muss ich handeln?

### Zeitnahe Vorstellung beim Arzt oder Psychologen erforderlich

- ◆ Körpertemperatur <36,0°C (ständiges Frieren)
- ◆ Angst zu dick zu sein, trotz Untergewicht
- ◆ übermäßige Beschäftigung mit Kalorien
- ◆ übertrieben häufige Kontrollen des Gewichts
- ◆ selbstinduziertes Erbrechen
- ◆ anhaltende Einschränkung der Energiezufuhr
- ◆ Heißhungerattacken mit Essanfällen

- ◆ Ausbleiben der Periode
- ◆ rasche Gewichtsabnahme
- ◆ exzessive sportliche Betätigung
- ◆ Medikamentenmissbrauch
- ◆ Weinen bei kleinster Auseinandersetzung

- ◆ Nur noch mit leiser Stimme sprechen
- ◆ Kreislaufschwäche

### Stationäre Aufnahme empfohlen

- ◆ Blutbildveränderungen (insbesondere wenig weiße Blutkörperchen)
- ◆ anhaltende Gewichtsabnahme über 3 Monate trotz Therapie
- ◆ Blutzucker <60mg/dl

- ◆ Gewichtsverlust >20% über 6 Monate
- ◆ extrem niedriger BMI (<3. Altersperzentile)
- ◆ Herzfrequenz <40/min
- ◆ Herzfrequenz >110/min in Ruhe
- ◆ Herzrhythmusstörungen

- ◆ niedriger Kaliumwert im Blut (<3,0 mmol/l)
- ◆ Suizidalität
- ◆ Apathie / Nicht-Ansprechbarsein

## Wo finde ich Hilfe?

- ◆ **Kinderklinik Dritter Orden**  
Bischof-Altman-Strasse 9  
94032 Passau  
Tel. 0851 / 7205-164 ambulant  
Tel. 0851 / 7205-301 stationär
- ◆ **Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik**  
Wörthstraße 5  
94032 Passau  
Tel. 0851 / 21360-730
- ◆ **Ananke Kliniken am Goldenen Steig**  
Krankenhausstraße 6  
94078 Freyung  
Tel. 08551 / 9771240
- ◆ **Gesundheitsamt Passau**  
Passauer Str. 33  
94081 Fürstenzell  
Tel. 0851 / 397-800
- ◆ **Psychosoziale Beratung und Behandlung Caritas**  
Obere Donaulände 8  
94032 Passau  
Tel.: 0851/ 5018842
- ◆ **Haus- und Kinderärzte**
- ◆ **Erziehungsberatungsstellen (Caritas)**  
Rottal-Inn, Deggendorf, Passau,  
Freyung- Grafenau

**ESSSTÖRUNGEN**

**ESSSTÖRUNGEN**



Foto: HN Foto/Adobe Stock

**... sind ernstzunehmende Erkrankungen, die zu schwerwiegenden gesundheitlichen Schäden führen können.**

**Diese zu erkennen ist gar nicht so leicht ...**

# Welche Essstörungen gibt es?



## Anorexia nervosa (Magersucht)

- ◆ selbst herbeigeführter Gewichtsverlust, der aufrecht erhalten wird
- ◆ und / oder anhaltendes Untergewicht
- ◆ Angst vor und Vermeidung von "fettmachenden" Speisen
- ◆ Selbstwahrnehmung als "zu fett" und Furcht zu dick zu werden
- ◆ ausgeprägte Kontrolle über Essen und Gewicht
- ◆ am häufigsten bei heranwachsenden Mädchen und jungen Frauen
- ◆ aber auch zunehmend Jungen betroffen



Foto: diyhealth.com

## Bulimia nervosa (Bulimie)

- ◆ regelmäßige Essattacken bei denen große Mengen an Nahrung in sehr kurzer Zeit gegessen werden
- ◆ einer Gewichtszunahme wird aktiv entgegengewirkt
- ◆ selbstinduziertes Erbrechen, Missbrauch von Abführmitteln, zeitweilige Hungerperioden, Gebrauch von Appetitzüglern, Schilddrüsenpräparaten oder Diuretika, übermäßiger Sport
- ◆ andauernde Beschäftigung mit dem Essen
- ◆ unwiderstehliche Gier oder Zwang zu essen
- ◆ Selbstwahrnehmung als "viel zu dick"



Foto: Rataufdraht.at

## Binge Eating Disorder (Esssucht)

- ◆ übermäßige Nahrungsaufnahme in kurzer Zeit
- ◆ einer Gewichtszunahme wird nicht entgegengewirkt
- ◆ extremes Übergewicht oder Adipositas
- ◆ Gefühl des Kontrollverlustes über das Essen während des Essanfalls
- ◆ alleine essen aus Verlegenheit (Scham) über die Menge, die man isst
- ◆ es besteht deutliches Leiden wegen der Essanfälle



Foto: fitgesundschoen.de

**Die verschiedenen Formen von Essstörungen können ineinander übergehen und sich vermischen!**