



## Essstörung: Bulimie nervosa

### Essstörung: Bulimie nervosa

#### **Was versteht man unter Bulimie?**

Unter Bulimie versteht man Esssucht mit Erbrechen.

Es ist eine psychosomatische Krankheit. Psychosomatik: Wechselwirkung von Körper und Seele (Psyche).

Sie tritt meist zwischen dem 15. bis 30. Lebensjahr vorwiegend bei jungen Frauen auf (bis zu 85%).

Etwa 8% aller Frauen leiden an Bulimie (Schätzung vom Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München). Die Zahl der Erkrankten nimmt zu.

#### **Wie sieht das Krankheitsbild aus?**

Die Bulimie wird oft nicht bemerkt und ist in vielen Fällen eine so genannte geheime Erkrankung.

Sie sind meistens normalgewichtig und stehen ständig in einem inneren Zweispart.

Ähnlich wie bei der Anorexie (Magersucht) haben die Betroffenen durch Mode, Werbung und Medien falsche Vorstellungen vom Idealbild eines Menschen.

Gleichzeitig versuchen die Erkrankten durch Fressattacken innere Spannungen und Ängste abzubauen, um anschließend vor der Verdauung alles wieder zu erbrechen.

#### **Welche Menschen trifft es besonders?**

Leistungsorientierte Menschen, sensible Menschen mit mangelndem Selbstwertgefühl.

Gefühle des Versagens,

körperliche Probleme

können auch zu Depressionen führen.

#### **Welche gesundheitlichen Gefahren liegen bei Bulimie vor?**

Das regelmäßige Erbrechen schädigt den Verdauungstrakt.

Wenn der Bulimiekranke das Erbrechen erzwingt, schädigen die Speisereste und die Magensäure:

Die Zähne,

die Speiseröhre

und den Wasserhalt.

Der Regelmechanismus des Verdauungssystems wird gestört, wenn keine Nahrung vorhanden ist, so dass die normale Verdauung und auch die Nährstoffaufnahme nicht mehr richtig funktionieren können.



*Essstörung: Bulimie nervosa*

---

**Welche Heilmethoden sind notwendig?**

- Therapeutische Gespräche mit einem Fachmann sind immer empfehlenswert
- Wiedererlernen der Genussfähigkeit
- Behandlung des Ichwertdefizits (Selbstwertgefühls)
- Hilfe auf dem Wege zur Selbstständigkeit
- Herausfinden der emotionalen Probleme
- Erlernen von Entspannung und Stressbewältigung
- Erlernen, mit Problemen, Konflikten und Gefühlen umzugehen

Je zeitiger Sie helfend eingreifen können, desto größer ist die Chance der Gesundung. Besonders gefährlich ist es, wenn die Bulimie mit Magersucht verbunden ist, da diese Menschen bei langandauernder Erkrankung in Lebensgefahr schweben.

**Gern gebe ich Ihnen Hilfestellung, um den richtigen Weg zu finden.**