

# Essstörungen kompetent und multiprofessionell behandeln

Informationen für Ärztinnen und Ärzte



Als **Ärztinnen und Ärzte** sind Sie in Ihrem Praxisalltag oftmals erste wichtige Kontaktperson für Patientinnen und Patienten mit Essstörungen. Betroffene kontaktieren Sie häufig zunächst mit unspezifischen Beschwerden. Daher ist die Diagnose von Essstörungen vor allem im Frühstadium oft schwierig.

Der Prävalenzgipfel von **Essstörungen** liegt im Jugend- bzw. frühen Erwachsenenalter. Anorexie, Bulimie und Binge-Eating-Störung betreffen neben Mädchen und Frauen zunehmend auch Jungen und Männer. Bis Betroffene in eine angemessene Behandlung kommen, dauert es meist mehrere Jahre. Die Folgen sind oft schwerwiegende Krankheitsverläufe. Dabei könnte eine frühzeitige Behandlung die Heilungschancen steigern und eine Chronifizierung verhindern.

Achten Sie daher auf Risikogruppen und nehmen Sie erste Signale ernst! Dieser Flyer soll Sie dabei unterstützen, bei Verdacht auf eine Essstörung schnell weitere kompetente Beratung, Behandlung und Nachsorge einzuleiten.

## Früherkennung von Essstörungen - Symptome „auf einen Blick“

### Gewicht?

- Aktuelles Gewicht
- Gewichtsverlauf
- Body-Mass-Index
- Altersbezogene Perzentilkurven



### Essverhalten?

- Essattacken
- Restriktives Essen
- Kalorienzählen



### Kompensatorische Maßnahmen?

- Erbrechen
- Exzessiver Sport
- Medikamentenmissbrauch



### Körperschemastörung/ Gewichtssorgen?

- Ständiges Wiegen
- Body-Checking
- Verzerrte Körperwahrnehmung



### Körperliche Symptome?

- Verdauungsbeschwerden
- Kreislaufschwäche
- Libidostörung
- Amenorrhö
- Mangelernährung



## Impressum

**Herausgeber:** Bundesministerium für Gesundheit | 11055 Berlin  
**Stand:** Dezember 2013, 1. Auflage  
**Gestaltung:** ART-KON-TOR Kommunikation GmbH | [www.art-kon-tor.de](http://www.art-kon-tor.de)  
**Bilder | Druck:** Shutterstock, ART-KON-TOR | Flyeralarm



Neugierig geworden?  
Schnellzugriff auf die  
Broschüre der BZgA

Den Flyer im pdf-Format finden Sie unter: [www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

### Bestelladresse:

Diese Publikation des Bundesministeriums für Gesundheit können Sie jederzeit kostenlos anfordern:

Bestell-Nr.: BMG-V-10020  
E-Mail: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)  
Telefon: 03018 272 272 1  
Fax: 03018 10 272 272 1  
Schriftlich: Publikationsversand der Bundesregierung  
Postfach 48 10 09 | 18132 Rostock

Dieser Flyer wurde erstellt im Auftrag des Expertengremiums für Essstörungen der Initiative „Leben hat Gewicht“ mit der Unterstützung von: Universitätsklinikum Jena, IPMP; Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen gGmbH; Bundesfachverband Essstörungen e.V. (BFE); Deutsche Gesellschaft für Kinder und Jugendmedizin e.V. (DGKJ); Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)



Behandlungspfad

# Bei Verdacht auf eine Essstörung:

Welche Schritte in eine kompetente multiprofessionelle Behandlung können Sie einleiten?

1. Diagnose	<b>Früherkennung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperliche und psychosoziale Untersuchung</li> <li>• Diagnostik</li> <li>• Einleitung von Behandlungsangeboten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hausärzte/-ärztinnen</li> <li>• Kinder- und Jugendärzte/-ärztinnen</li> <li>• Gynäkologen/-innen</li> <li>• u. a. Facharztgruppen</li> </ul>	<b>Mögliche Screening-Fragen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Machen Sie sich Sorgen wegen Ihrer Figur?</li> <li>• Beeinflusst Ihr Gewicht Ihr Selbstwertgefühl?</li> <li>• Essen Sie heimlich?</li> <li>• Sind Sie mit Ihrem Essverhalten zufrieden?</li> </ul>
2. Beratung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationen über Behandlungsangebote</li> <li>• Motivierung zur Therapie</li> <li>• Gruppenangebote</li> <li>• Überbrückung von Wartezeiten</li> <li>• Erste Krisenintervention</li> <li>• Angehörigenberatung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsstellen online</li> <li>• persönlich</li> <li>• telefonisch</li> <li>• Krankenkassen</li> <li>• Gesundheitsämter</li> </ul>	<b>Beratungs- und Informationsangebote:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://www.bzga-essstoerungen.de">www.bzga-essstoerungen.de</a></li> <li>→ <a href="http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de">www.bundesfachverbandessstoerungen.de</a></li> <li>Stichwort: BFE Beratungsstellen</li> <li>→ Telefon-Beratung der BZgA: 0221/892031</li> </ul>
3. Behandlungsmöglichkeiten	<b>Ambulant</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medizinische Versorgung</li> <li>• Psychotherapie</li> <li>• Ernährungsberatung</li> <li>• Körperorientierte Verfahren</li> <li>• Einbezug von Angehörigen</li> </ul> <b>Stationär</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Multimodales Programm aus medizinischer Versorgung, Psychotherapie, Ernährungsmanagement und körperorientierten Verfahren</li> <li>• ggf. intensivmedizinisch-internistische Behandlung</li> </ul>	<b>Fachärzte/-ärztinnen für:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinder- u. Jugendpsychiatrie und -psychotherapie</li> <li>• Psychosomatische Medizin und Psychotherapie</li> <li>• Psychiatrie und Psychotherapie</li> </ul> <b>Psychologische Psychotherapeuten/-innen für:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinder und Jugendliche</li> <li>• Erwachsene</li> <li>• u. a. Berufsgruppen</li> </ul>	<b>Ambulante essstörungsspezifische Therapieangebote:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://www.kbv.de/arztuche">www.kbv.de/arztuche</a></li> <li>→ <a href="http://www.bptk.de/service/therapeutensuche.html">www.bptk.de/service/therapeutensuche.html</a></li> <li>→ <a href="http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de">www.bundesfachverbandessstoerungen.de</a></li> <li>Stichwort: BFE Therapeuten</li> </ul> <b>Spezialkliniken für Essstörungen, Psychosomatische und Psychiatrische Kliniken:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://krankenhaus.weisse-liste.de">http://krankenhaus.weisse-liste.de</a></li> <li>→ <a href="http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de">www.bundesfachverbandessstoerungen.de</a></li> <li>Stichwort: BFE Kliniken</li> </ul>
4. Nachsorge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückfallprophylaxe</li> <li>• Krisenintervention</li> <li>• Reintegration der Betroffenen</li> <li>• Sozialberatung</li> <li>• Medizinische Nachsorge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische Wohngruppen</li> <li>• Rehabilitationskliniken</li> <li>• Beratungsstellen</li> <li>• Selbsthilfegruppen</li> </ul>	<b>Therapeutische Wohngruppen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de">www.bundesfachverbandessstoerungen.de</a></li> <li>Stichwort: BFE Wohngruppen</li> </ul> <b>Selbsthilfegruppen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a></li> </ul>

## Haben Sie Fragen?

Weiterführende Informationen und aktuelle Richtlinien zur Behandlung von Essstörungen finden Sie in:

→ „Empfehlungen zur integrierten Versorgung bei Essstörungen in Deutschland“,  
 Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA, 2012)  
[www.bzga.de/infomaterialien/fachpublikationen/konzepte/band-4](http://www.bzga.de/infomaterialien/fachpublikationen/konzepte/band-4)

→ „Essstörungen“, Band 3 der Suchtmedizinischen Reihe der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS, 2013)  
[www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Suchtmed\\_Reihe\\_3\\_Esstörungen\\_2013.pdf](http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Suchtmed_Reihe_3_Esstörungen_2013.pdf)

→ „Diagnostik und Therapie der Essstörungen“,  
 S3-Leitlinie der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF, 2010)  
[www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/051-026.html](http://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/051-026.html)

### Sie wollen sich interdisziplinär vernetzen?

Innovative Konzepte zur kooperativen und qualitätsgesicherten Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Essstörungen hat die Vertragswerkstatt der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) erarbeitet. Nähere Informationen dazu finden Sie in der Vertragswerkstatt der KBV unter dem Stichwort Essstörungen:  
[www.kbv.de](http://www.kbv.de)