

Pauli · Steinhausen



Ratgeber

# Magersucht

Informationen für Betroffene,  
Eltern, Lehrer und Erzieher

HOGREFE





Pauli · Steinhausen



Ratgeber

# Magersucht

Informationen für Betroffene,  
Eltern, Lehrer und Erzieher

HOGREFE



## Ratgeber Magersucht

## **Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie**

Band 7

Ratgeber Magersucht

von Dr. Dagmar Pauli und Prof. Dr. Dr. Hans-Christoph  
Steinhausen

---

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Manfred Döpfner, Prof. Dr. Gerd Lehmkuhl,  
Prof. Dr. Franz Petermann

Ratgeber  
**Magersucht**

Informationen für Betroffene,  
Eltern, Lehrer und Erzieher

von Dagmar Pauli  
und Hans-Christoph Steinhausen

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN  
TORONTO · SEATTLE · OXFORD · PRAG

*Dr. med. Dagmar Pauli*, geb. 1963. Seit 1999 Oberärztin an der Poliklinik des Zentrums für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universität Zürich und Leiterin der Sprechstunde für Kinder und Jugendliche mit Essstörungen.

*Prof. Dr. Dr. Hans-Christoph Steinhausen*, geb. 1943. Seit 1987 Ordinarius für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Universität Zürich.

**Wichtiger Hinweis:** Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzudrucken. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolge-dessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

© 2006 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG  
Göttingen • Bern • Wien • Toronto • Seattle • Oxford • Prag  
Rohnsweg 25, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

**Copyright-Hinweis:**

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

**Nutzungsbedingungen:**

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert

werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book - auch nicht auszugsweise - anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten. Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

---

Umschlagabbildungen: © Getty Images, München  
Illustrationen: Klaus Gehrman, Boppard; [www.elkenwelt.de](http://www.elkenwelt.de)  
Format: EPUB  
Konvertierung: Brockhaus/Commission

EPUB-ISBN: 978-3-8444-1919-1

## **Zielsetzung des Ratgebers**

Dieser Ratgeber informiert über Erscheinungsformen, Ursachen, Verlauf und die Behandlungsmöglichkeiten bei Anorexie (Magersucht). Er richtet sich einerseits an Eltern, Erzieher oder andere Bezugspersonen, die mit dieser oft schwerwiegenden Erkrankung bei Kindern oder Jugendlichen konfrontiert und vielfach überfordert sind, andererseits aber auch an die betroffenen Jugendlichen selbst.

Nicht selten verstreicht viel Zeit, bis junge Menschen mit einer Anorexie professionelle Unterstützung suchen. Im Vorfeld der Erkrankung bestehen bereits Auffälligkeiten im Essverhalten, welche häufig nicht erkannt oder von den Jugendlichen aus Scham versteckt werden. Auch wenn bereits eine ausgeprägte Anorexie (Magersucht) entwickelt ist, verweigern die Betroffenen häufig die Hilfsangebote der Bezugspersonen.

Dieser Ratgeber versucht einen Beitrag zu leisten, dass die Essstörung frühzeitig erkannt werden kann und vermittelt zudem konkrete Ratschläge für Eltern und andere Bezugspersonen, wie sie mit jungen Menschen umgehen können, die an einer Essstörung leiden. Die frühzeitige Erkennung von Essstörungen ist von entscheidender Bedeutung, da diese in einem frühen Stadium wirksamer behandelt werden können. Je früher die Behandlung beginnt, desto besser sind die Heilungschancen. Im Verständnis der Essstörung als Erkrankung sowie der jugendlichen Betroffenen liegt der Schlüssel zu effektiver Hilfestellung.

Anorexie (Magersucht) steht in einer engen Verknüpfung mit anderen Essstörungen, insbesondere der Bulimie, die in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen hat.

Dieses Krankheitsbild wird daher in einem eigenen Kapitel behandelt.

Da die Behandlung der Anorexie immer von der Kooperation der Jugendlichen selbst abhängt, nehmen die Informationen an die Betroffenen sowie Hinweise zur Selbsthilfe einen wichtigen Teil des vorliegenden Ratgebers ein. Nicht zuletzt sind hier auch Erfahrungen festgehalten, die sich aus Gesprächen mit den Menschen ergeben haben, die selbst an einer Anorexie leiden. In den im Text enthaltenen Fallbeispielen kommen die Betroffenen selbst zu Wort, die in zum Teil eindrucklicher Weise ihre Erfahrungen im Kampf gegen die Essstörung dokumentiert haben. Da der weitaus größte Teil der von Essstörungen betroffenen Menschen Frauen sind, wurde im Text meist die weibliche Form gewählt. Die Informationen lassen sich jedoch auch auf männliche Jugendliche übertragen, die an einer Essstörung leiden.

Dieser Ratgeber ist Bestandteil der Reihe *Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie*, in der Betroffenen aber auch Eltern, Lehrern und Erziehern Informationen über verschiedene psychische Auffälligkeiten gegeben und Möglichkeiten zur Selbsthilfe aufgezeigt werden. Der Ratgeber ergänzt den Leitfaden über Anorexia nervosa (Steinhausen, 2005), der sich an Ärzte und Psychotherapeuten richtet und die Diagnostik und Therapie von Anorexia nervosa beschreibt.

Zürich, Januar  
2005

Dagmar Pauli und Hans-Christoph  
Steinhausen

# Inhalt

- 1 Kennen Sie das?
  - 2 Woran erkenne ich, dass ein Kind oder eine Jugendliche anorektisch (magersüchtig) ist?
  - 3 Welche und wie viele Menschen sind betroffen?
  - 4 Welche Probleme treten häufig zusätzlich auf?
  - 5 Welche körperlichen Folgeerscheinungen entstehen durch Anorexie (Magersucht)?
  - 6 In welchen Teufelskreis geraten Betroffene?
  - 7 Was sind die Ursachen für Anorexie (Magersucht)?
  - 8 Welche anderen Störungen müssen ausgeschlossen werden?
  - 9 Wie verläuft die weitere Entwicklung?
  - 10 Wie wird Anorexie (Magersucht) behandelt?
  - 11 Woran erkenne ich eine Bulimie (Ess-Brech-Sucht) und wie wird sie behandelt?
  - 12 Meine Magersucht und ich – Denkanstöße für Betroffene
  - 13 Was kann man tun?
  - 14 Gibt es noch weitere Hilfen?
- Weiterführende Literatur

## Anhang

- Beratungsstellen, spezialisierte Fachstellen und Fachkliniken
- Informationen über Essstörungen im Internet
- Fragebogen für Jugendliche zur Selbstbeurteilung und Früherkennung
- Fragebogen für Angehörige

## **1 Kennen Sie das?**

Die *14-jährige Barbara* sitzt am Tisch und starrt angeekelt auf ihren Teller, auf dem sich nur eine kleine Kartoffel und etwas Salat befinden. Obwohl sie kaum etwas zu sich genommen hat, behauptet sie übersatt zu sein. Ihr Bauch sei aufgebläht und sie bringe keinen Bissen mehr herunter. Die Eltern sind verzweifelt, da es nun schon seit vielen Wochen so geht und Barbara bereits 10 kg abgenommen hat. Die Mutter versucht ihr gut zuzureden, wenigstens den Teller noch leer zu essen. Sie hält ihrer Tochter vor, wie wenig diese in letzter Zeit gegessen habe, Barbara argumentiert dagegen. Der Vater schließlich kann die hitzige Diskussion nicht mehr aushalten und spricht ein Machtwort: Barbara müsse jetzt den Teller leer essen oder verschwinden. Daraufhin verlässt diese wütend den Tisch, läuft in ihr Zimmer und schlägt die Tür hinter sich zu. So geht es nun seit Wochen und die Situation am Familientisch wird immer unerträglicher. Anfänglich hat die Mutter die Diät von Barbara noch unterstützt; auch der Kinderarzt hatte ja eine Gewichtsreduktion empfohlen, weil das Mädchen seit Beginn der Pubertät ein wenig pummelig geworden war. Nun ist Barbara mehr als schlank und behauptet weiterhin, sie fühle sich zu dick und müsse abnehmen. Sie isst nur noch Gemüse, Salat und Joghurt und auch davon kaum etwas, behauptet sich vor Fett und Zucker zu ekeln und trinkt statt dessen den ganzen Tag Wasser. Alle Versuche der Eltern auf ihr Verhalten Einfluss zu nehmen, scheinen ihre Abwehr gegen das Essen nur zu verstärken.