

## Psychotherapie mit Menschen, die an einer Essstörung leiden

Essstörungen (Anorexia nervosa, Bulimia nervosa, Adipositas, Orthorexia nervosa u.a.) sind weit verbreitete Probleme und betreffen zunehmend auch männliche Patienten, wenngleich die Gruppe der Betroffenen derzeit zum weitaus überwiegenden Teil von Mädchen und Frauen gestellt wird. Diese Krankheitsbilder bedeuten einen massiven Verlust an Lebensqualität und eine oftmals enorme körperliche und/oder geistige Einschränkung – extreme Gewichtsveränderungen und Ernährung nehmen oft den größten Teil der Aufmerksamkeit ein, körperliche Symptome verunmöglichen viele Aktivitäten und können den Beginn schwerwiegender gesundheitlicher (Spät-)Folgen bedeuten.

### Stabile Rahmenbedingungen erleichtern die therapeutische Arbeit

Entsprechend gestaltet sich die psychotherapeutische Arbeit - sowohl Gewichtsverlust als auch Gewichtszunahme bedeuten neben körperlicher immer auch eine umfassende psychische Veränderung und sind entsprechend **behutsam** zu behandeln. Es ist deshalb erforderlich, dass zu Therapiebeginn gewisse körperliche Mindestvoraussetzungen erfüllt sind, die im Verlaufe der Therapie zumindest aufrecht erhalten werden und sich im Verlaufe der Therapie als Konsequenz gelingender therapeutischer Arbeit in eine positive Richtung entwickeln sollen. Diese Mindestvoraussetzungen machen es möglich, sich einer umfassenden therapeutischen Arbeit zu widmen, die sich nicht in der Sackgasse akut gewordener körperlicher Beschwerden festfährt und die den Weg zur Arbeit an der zugrunde liegenden Problematik ermöglicht – die meist nicht unmittelbar mit Gewicht und/oder Ernährung zu tun hat.

### Kooperation!

Essstörungen treten oftmals in Kombination mit anderen psychischen Problemen wie z.B. Borderline-Persönlichkeitsstörungen, Posttraumatischen Belastungsstörungen oder im Umfeld sexuellen Missbrauchs auf. Die Psychotherapie von Essstörungen erfordert aufgrund dieses in vielen Fällen kombinierten Krankheitsbildes und **grundsätzlich** wegen der körperlichen Symptomatik eine regelmäßige medizinische Begleitung und Betreuung, mindestens durch Hausärztin/Hausarzt und/oder Internist/Internistin und/oder Fachärztin/Facharzt für Psychiatrie. Im Rahmen der Therapie können auch stationäre Aufenthalte erforderlich werden – sie müssen deshalb vor Therapiebeginn als Option akzeptiert werden.

### Prognose

Es hat sich gezeigt, dass psychodynamische Therapie bei Essstörungen zu einer deutlichen Verbesserung bis hin zum Verschwinden der Symptomatik führen kann.

Sollten Sie Fragen zur Psychotherapie von Essstörungen, wie auch allgemein zu Psychoanalyse und Psychotherapie haben, können Sie mich unter der oben angegebenen Nummer oder E-Mail-Adresse kontaktieren.