

Aufgabenstellung

Gruppe 5: (Fr)Essanfälle

Viele Betroffene, egal ob unter-, über- oder normalgewichtig, berichten von Essanfällen. Diese sind durch Kontrollverlust gekennzeichnet. „Ich esse immer weiter, auch wenn ich schon satt bin! Auch wenn ich mir fest vorgenommen habe rechtzeitig aufzuhören, esse ich immer weiter!“

Leidet ein Mensch unter Essanfällen, führt dies häufig zu Selbstvorwürfen, Schamgefühlen und Depressionen.

Essanfälle kosten Zeit und Geld. Mehrere Essanfälle am Tag können zur sozialen Isolation führen. Betroffene schämen sich für die Essanfälle und verbergen diese unter allen Umständen vor ihren Mitmenschen. Da die für Essanfälle benötigten Lebensmittel teuer sind, kann es auch zu Verschuldungen kommen.

Betroffene, die unter **Binge Eating** leiden, haben Essanfälle. Die Nahrungsmittel bleiben jedoch, im Unterschied zur Bulimie, dem Körper erhalten. Viele berichten auch, ständig zu essen, so dass ein Anfall sich über den ganzen Tag hinziehen kann. Essanfälle gehören ebenfalls zum Krankheitsbild der **Bulimie**. Die Menge der bei einem Essanfall aufgenommenen Nahrungsmittel ist enorm groß. Es wird z.B. der Inhalt von zwei Einkaufstüten verzehrt.

Die Nahrungsmittel sind meist leicht verzehrbar und haben viele Kalorien. Die Essanfälle werden häufig geplant und können sich über mehrere Stunden hinziehen. Dabei ist es den Betroffenen äußerst wichtig heimlich zu essen. Sie schämen sich für ihr Verhalten und haben Angst davor entdeckt zu werden.

Magersüchtige berichten manchmal auch von Essanfällen. Jedoch ist für sie ein Essanfall anders definiert. All das, was Magersüchtige „außerplanmäßig“ und (selbst)- „verbotener Maßen“ gegessen haben, wird als Essanfall bezeichnet. Das kann z.B. ein Apfel sein!!!

Einstieg: Latente Essstörungen

Eine latente Essstörung kann Vorbote einer ausgeprägten Form einer behandlungsbedürftigen Essstörung sein. Latent heißt „verborgen“ oder „versteckt“ und bedeutet, dass die Essstörung vorhanden ist, aber nicht vollständig in Erscheinung tritt.

Latente Esssucht begünstigt den Einstieg in andere Essstörungen (z.B. in Bulimie oder Magersucht). Daher ist es auf jeden Fall wichtig, sich Hilfe zu holen.

Typisch für latente Essstörung:

- Einsatz von Appetitzüglern
- Verwendung von Lightprodukten
- Einsatz von Abführmitteln
- Wechsel zwischen übermäßigem Essen und Diät halten
- Kalorienzählen

Deine Aufgabe ist nun:

- Lies dir den Text „(Fr)Essanfälle“ genau durch!
- Beantworte folgende Fragen stichwortartig in max. 3 Punkten:
 - **Was ist bei Essstörungen sehr typisch?**
 - **Wozu führen Essanfälle?**
 - **Was ist eine latente Essstörung?**
- Halte die ausgearbeiteten Punkte gemeinsam mit deiner Gruppe auf dem Plakat fest, welches dann kurz von euch präsentiert wird.