

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Die Geschichte der Essstörungen</b> .....	<b>3</b>
<b>3</b>	<b>Formen von Essstörungen</b> .....	<b>5</b>
<b>4</b>	<b>Anorexia nervosa</b> .....	<b>7</b>
<b>4.1</b>	<b>Symptomatik</b> .....	<b>7</b>
	4.1.1 Hyperaktivität bei Anorexia nervosa .....	8
	4.1.2 Intimität .....	10
	4.1.3 Dymorphophobische Ängste .....	10
	4.1.4 Medizinische Folgen der AN .....	12
<b>4.2</b>	<b>Inzidenz</b> .....	<b>33</b>
<b>4.3</b>	<b>Prävalenz</b> .....	<b>33</b>
<b>4.4</b>	<b>Mortalität</b> .....	<b>34</b>
<b>4.5</b>	<b>Rückfall, Remission und Recovery</b> .....	<b>35</b>
<b>4.6</b>	<b>Diagnosekriterien der Anorexia nervosa</b> .....	<b>37</b>
	4.6.1 ICD-10-Kriterien .....	37
	4.6.2 DSM-5 .....	38
<b>4.7</b>	<b>Die Anorexia nervosa als Suchterkrankung?</b> .....	<b>39</b>
<b>4.8</b>	<b>Reaktionen der Umgebung auf das Leben mit AN-Patienten</b> .....	<b>40</b>
<b>4.9</b>	<b>Schwere und andauernde Anorexia nervosa (SEAN)</b> .....	<b>44</b>
	4.9.1 Die Früherkennung schwerer Anorexia-nervosa-Fälle .....	51
	4.9.2 Die schwere Anorexia nervosa – ein Fall für palliative Behandlung? .....	53
<b>5</b>	<b>»Anorexia by proxy«</b> .....	<b>58</b>

<b>6</b>	<b>Bulimia nervosa</b> .....	61
<b>6.1</b>	<b>ICD-10-Kriterien</b> .....	61
<b>6.2</b>	<b>Essanfälle</b> .....	62
6.2.1	Auslösende Faktoren für Essanfälle .....	63
6.2.2	Funktion des Essanfalls .....	64
<b>6.3</b>	<b>Medizinische Folgen der Bulimia nervosa</b> .....	65
6.3.1	Gastrointestinale Folgen .....	65
6.3.2	Elektrolyte .....	65
6.3.3	Weitere medizinische Folgen .....	65
6.3.4	Psychische Folgen .....	66
<b>6.4</b>	<b>Verlauf</b> .....	66
<b>7</b>	<b>Binge-Eating-Störung (BED)</b> .....	69
<b>7.1</b>	<b>Symptomatik</b> .....	69
<b>7.2</b>	<b>Prävalenz</b> .....	70
<b>7.3</b>	<b>Komorbiditäten</b> .....	70
<b>7.4</b>	<b>Neurobiologie</b> .....	71
<b>7.5</b>	<b>Therapie</b> .....	72
<b>8</b>	<b>Esstörungen bei Männern</b> .....	75
<b>9</b>	<b>Gemeinsamkeiten zwischen AN und BN</b> .....	76
<b>10</b>	<b>Differentialdiagnosen zu Essstörungen</b> .....	77
<b>11</b>	<b>Ätiologie der Essstörungen</b> .....	81
<b>11.1</b>	<b>Prädisponierende Faktoren</b> .....	81
11.1.1	Risikofaktoren für AN .....	81
11.1.2	Genetik (BN und AN) .....	81
<b>11.2</b>	<b>Molekulare Neuroanatomie der Anorexia nervosa</b> .....	95
11.2.1	Die Rolle der weißen Substanz .....	95
<b>11.3</b>	<b>Veränderungen von Zytokinen bei der Anorexia nervosa</b> ...	100
<b>11.4</b>	<b>Die Rolle von Zink und des Glutamatsystems</b> .....	104

---

<b>11.5</b>	<b>Die Rolle des Immunsystems bei der Anorexia nervosa</b> . . . . .	106
<b>11.6</b>	<b>Mikrobiom</b> . . . . .	107
<b>11.7</b>	<b>Bindung und Essstörungen</b> . . . . .	110
11.7.1	Bindungsunsicherheit und Mentalisierungsprobleme ..	113
<b>11.8</b>	<b>Alexithymie bei der Anorexia nervosa</b> . . . . .	115
<b>11.9</b>	<b>Das Selbst definierende Erinnerungen (SDMs)</b> . . . . .	116
<b>11.10</b>	<b>Ernährungsphysiologie</b> . . . . .	119
<b>11.11</b>	<b>Soziokulturelle Faktoren</b> . . . . .	120
11.11.1	Einfluss der Familie . . . . .	120
<b>11.12</b>	<b>Psychoanalytische Aspekte</b> . . . . .	122
<b>11.13</b>	<b>Individuelle Faktoren</b> . . . . .	123
11.13.1	Niedriger Selbstwert . . . . .	123
11.13.2	Perfektionismus . . . . .	123
11.13.3	Impulsivität . . . . .	125
<b>11.14</b>	<b>Kognitive Faktoren</b> . . . . .	126
11.14.1	Core beliefs (Kernüberzeugungen) . . . . .	126
<b>11.15</b>	<b>Auslösende Faktoren</b> . . . . .	127
<b>11.16</b>	<b>Aufrechterhaltende Faktoren</b> . . . . .	127
11.16.1	Gezügeltessverhalten . . . . .	127
11.16.2	Stress, Coping und Emotionsregulation . . . . .	128
11.16.3	Dysfunktionale Informationsverarbeitungsprozesse . . . .	129
11.16.4	Therapieresistente Depression und andere Komorbiditäten . . . . .	129
<b>12</b>	<b>Diagnostik</b> . . . . .	132
<b>12.1</b>	<b>Somatische Diagnostik</b> . . . . .	132
<b>12.2</b>	<b>Psychologische Testung</b> . . . . .	132
<b>13</b>	<b>Therapie der Essstörungen</b> . . . . .	135
<b>13.1</b>	<b>Grundsätze der Gesprächsführung</b> . . . . .	135

<b>13.2</b>	<b>Kurzfristige Strategien</b> .....	136
13.2.1	Gewichtssteigerung .....	137
13.2.2	Refeeding (Wiederernähren) .....	138
13.2.3	Ernährungsmanagement .....	143
<b>13.3</b>	<b>Langfriststrategien</b> .....	144
<b>13.4</b>	<b>Selbstbeobachtung</b> .....	144
<b>13.5</b>	<b>Therapie der AN und BN im Einzelnen</b> .....	146
13.5.1	Motivation erzeugen .....	146
13.5.2	Aufrechterhaltung von Motivation .....	148
13.5.3	Entwicklung eines individuellen Störungsmodells und Therapieziele .....	149
13.5.4	Therapieziele .....	150
13.5.5	Psychoedukation .....	151
13.5.6	Gruppentherapie .....	152
13.5.7	Normalisierung von Essverhalten und Körpergewicht ..	154
13.5.8	Selbstbestimmungsphase .....	160
13.5.9	Fremdkontrollphase .....	160
13.5.10	Einschränkungen bei Versagen der Fremdkontrollphase ..	161
13.5.11	Verhinderung von Essanfällen und Erbrechen .....	161
13.5.12	Kognitive Techniken .....	181
13.5.13	Veränderung des Körperbildes .....	185
<b>13.6</b>	<b>Mögliche Therapieformen und deren Wirksamkeit</b> .....	189
13.6.1	Vergleich von Leitlinien für Essstörungen .....	189
13.6.2	CBT-E .....	191
13.6.3	Familientherapeutische Ansätze bei der Anorexia nervosa .....	193
13.6.4	Gruppentherapie bei Essstörungen .....	193
13.6.5	Weitere Verfahren .....	193
13.6.6	Qualität von Studien bei Essstörungen .....	195
13.6.7	Vergleich von Psychotherapieformen bei Essstörungen ..	198
13.6.8	Das Outcome stationärer Behandlungen .....	200
13.6.9	Langfristprognose der Essstörungen .....	203

---

<b>13.7</b>	<b>Pharmakologische Behandlung der akuten Anorexia nervosa</b> .....	211
<b>13.8</b>	<b>KVT nach Fairburn</b> .....	213
13.8.1	Transdiagnostisches Modell der Essstörungen nach Fairburn .....	213
13.8.2	Kognitive VT der Essstörung (CBT-E) .....	214
<b>13.9</b>	<b>Maudsley Model of Treatment for Adults with Anorexia Nervosa (MANTRA)</b> .....	279
<b>13.10</b>	<b>Specialist Supportive Clinical Management (SSCM)</b> .....	280
<b>13.11</b>	<b>Community Outreach Partnership Program (COPP)</b> .....	281
<b>13.12</b>	<b>Körperbildtherapie bei AN und BN nach Legenbauer und Vocks</b> .....	282
13.12.1	Der Begriff des Körperbildes .....	282
13.12.2	Störungen des Körperbildes .....	283
13.12.3	Perzeptive Komponente .....	283
13.12.4	Kognitive Komponente .....	284
13.12.5	Affektive Komponente bei Betrachtung des Körpers ...	284
13.12.6	Behaviorale Komponente .....	284
13.12.7	Allgemeine soziokulturelle Faktoren .....	285
13.12.8	Spezifische soziokulturelle Faktoren .....	285
13.12.9	Körperliche Faktoren .....	286
13.12.10	Individuelle Lerngeschichte .....	286
13.12.11	Persönlichkeitsmerkmale .....	286
13.12.12	Aufrechterhaltende Bedingungen .....	287
13.12.13	Diagnostik von Körperbildstörungen .....	287
13.12.14	Perzeptive Komponente des Körperbilds feststellen ...	287
13.12.15	Kognitive und affektive Komponente des Körperbilds ...	288
13.12.16	Wirksamkeit von Körperbildtherapie bei AN und BN ...	288
13.12.17	Körperbildtherapie .....	289
13.12.18	Voraussetzungen bei Therapeuten .....	289
13.12.19	Therapiebausteine Körperbildtherapie .....	289
13.12.20	Zeitliche Struktur .....	290
13.12.21	Erarbeitung eines Störungsmodells zum negativen Körperbild .....	290

13.12.22	Entstehungsbedingungen: Soziokulturelle Faktoren/Körperbildtherapie . . . . .	291
13.12.23	Aufrechterhaltende Bedingungen: Körperbild . . . . .	291
13.12.24	Kognitive Techniken zum Körperbild . . . . .	292
13.12.25	Vermittlung des kognitiven Modells . . . . .	292
13.12.26	Rollenspiele . . . . .	293
13.12.27	Protokollierungstechnik . . . . .	293
13.12.28	Selbstinstruktion nach Meichenbaum (1991) . . . . .	294
13.12.29	Körperkonfrontation . . . . .	294
<b>13.13</b>	<b>Feedbackbasierte Behandlungen bei Essstörungen . . . . .</b>	<b>309</b>
<b>13.14</b>	<b>Anwendung von Virtual Reality bei Essstörungen . . . . .</b>	<b>314</b>
<b>14</b>	<b>Wo steht die Essstörungsforschung derzeit? . . . . .</b>	<b>319</b>
<b>15</b>	<b>Hypothesen und zukünftige Ansatzpunkte . . . . .</b>	<b>326</b>
<b>15.1</b>	<b>Home treatment . . . . .</b>	<b>326</b>
<b>15.2</b>	<b>SIRT1 . . . . .</b>	<b>327</b>
<b>15.3</b>	<b>Störung histaminergere Bahnen bei der Anorexia nervosa . . . . .</b>	<b>328</b>
<b>15.4</b>	<b>Behandlung mit PEA . . . . .</b>	<b>330</b>
<b>15.5</b>	<b>Das Pilzgift Psilocybin . . . . .</b>	<b>330</b>
<b>15.6</b>	<b>Wärmeanwendung bei Anorexia nervosa . . . . .</b>	<b>331</b>
<b>15.7</b>	<b>Die Notwendigkeit biopsychosozialer Gesamtmodelle . . . . .</b>	<b>332</b>
15.7.1	Die Verknüpfung von Metabolismus, endokrinen Faktoren, psychologischen Faktoren und einem veränderten Belohnungssystem . . . . .	333
<b>16</b>	<b>Zehn lesenswerte Artikel über Essstörungen . . . . .</b>	<b>343</b>
<b>17</b>	<b>Nützliche Webadressen . . . . .</b>	<b>344</b>
<b>18</b>	<b>Schlusswort – Plädoyer für eine moderne Anorexieforschung . . . . .</b>	<b>346</b>
	<b>Sachverzeichnis . . . . .</b>	<b>348</b>