

## Ess-Brechsucht (Bulimia nervosa)

### Beschreibung

Bulimia nervosa, auch Ess-Brech-Sucht genannt, ist eine Essstörung, bei der die Betroffenen ein unkontrolliertes Verlangen nach Essen haben und anschließend gewichtsreduzierende Maßnahmen durchführen. Überwiegend wird diese Erkrankung bei Frauen diagnostiziert.

### Diagnostik:

seit mindestens 3 Monaten und im Schnitt 2 Mal pro Woche:

- wiederholte Essattacken
- kompensatorische Verhaltensweisen
- krankhafte Furcht dick zu werden
- Figur und Körpergewicht beeinflussen übermäßig die Selbstbewertung

### Merkmale / Symptome

- Gewichtsschwankungen
- Essattacken
- Erbrechen
- Gefühle der Isolation, Langeweile, inneren Leere
- Scham, Schuldgefühle
- niedriges Selbstwertgefühl
- Emotionen wie Frustration, Angst, Wut
- innere Spannungen
- depressive Verstimmung
- Substanzenmissbrauch

### Langfristige Folgen

- Müdigkeit
- Mineralverlust
- Muskelkrämpfe
- Herzrhythmusstörungen
- Kreislaufstörungen
- Verstopfung
- Entzündung der Bauchspeicheldrüse
- Verätzung des Rachens und der Speiseröhre
- Zahnschäden
- Nierenschädigungen

## **Therapie**

Ein Ausweg aus der Bulimie ist die Psychotherapie in Form von Einzel-, Gruppen- oder Familientherapie. Hier lernen die Teilnehmer sich ausgewogen zu ernähren und symptomatische Verhaltensweisen der Bulimie zu überwinden.