

Unterformen gestörten Essverhaltens



Night-Eating-Syndrom

Unter dem Begriff Night-Eating-Syndrom (NES) versteht man eine Nahrungsaufnahme, die sich stark in die Abend- und Nachtstunden verschiebt. Etwa ein Viertel der täglichen Kalorienaufnahme findet nach dem Abendessen statt.

Das NES ist hauptsächlich bedingt durch psychischen Stress.

Morgendliche Appetitlosigkeit, Schlafstörungen sowie depressive Stimmung können die Folge von diesem Essverhalten sein. Bislang gibt es jedoch keine einheitliche Definition zum Night-Eating-Syndrom.

Chewing and spitting

Das „Kauen – und Spucken Syndrom“ beschreibt ein Essverhalten, bei dem die Nahrung nur gekaut und anschließend wieder ausgespuckt wird. Dadurch, dass der Nahrungsbrei nicht geschluckt wird, soll eine Kalorienaufnahme verhindert werden.

Körperliche Folgen des längeren Kauens und Ausspuckens können sein:

- Gewichtsverlust bis hin zum starken Untergewicht
- Organschäden (Mund und Rachen, Zähne und Zahnfleisch, Magen und Darm)
- Nährstoffmangel
- soziale Isolation

Psychogener Appetitverlust

Der psychogene Appetitverlust und die damit verbundene reduzierte Nahrungsaufnahme treten nur in Zusammenhang mit einer emotionalen Problematik oder sonstigen Belastungsfaktoren auf. Die Betroffenen haben oft deutliches Untergewicht, zeigen jedoch keine typischen Symptome einer Körperschemastörung wie z.B. die Angst vor einer Gewichtszunahme.

Nach therapeutischer Bearbeitung der zugrundeliegenden, belastenden Problematik werden sich das Essverhalten sowie das Gewicht der Betroffenen stabilisieren.