

Almut Zeeck · Stephan Herpertz *Hrsg.*

Diagnostik und
Behandlung
von Essstörungen
Ratgeber für Patienten
und Angehörige
Patientenleitlinie der
Deutschen Gesellschaft
für Essstörungen
(DGEES)

Diagnostik und Behandlung von Essstörungen - Ratgeber für Patienten und Angehörige

Patientenleitlinie der Deutschen Gesellschaft für Essstörungen (DGESS)



Patientenleitlinie

Diese Broschüre ist eine laienverständliche Erklärung
der S3-Leitlinie „Diagnostik und Therapie der Essstörungen“
für Betroffene, Angehörige und nahestehende Personen

1. Ausgabe 2015

DGKJP, DGPM, DGPPN, DGPs, DKPM

**Patientenleitlinie
„Diagnostik und Behandlung von Essstörungen“**

Herausgeber:

Prof. Dr. med. Almut Zeeck, Prof. Dr. med. Stephan Herpertz

und

Deutsche Gesellschaft für Essstörungen

DGESS
Deutsche Gesellschaft für
Essstörungen e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie (DGPM)

(Prof. Dr. med. S. Herpertz)



Deutsches Kollegium für Psychosomatische
Medizin (DKPM)

(Prof. Dr. med. A. Zeeck)



Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugend-
psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie
(DGKJP)

(Prof. Dr. med. B. Herpertz-Dahlmann)



Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychothera-
pie und Neurologie (DGPPN)

(Prof. Dr. med. M. Fichter)



Deutsche Gesellschaft für Psychologie (DGPs)

(Prof. Dipl. Psych. B. Tuschen-Caffier)



Die Patientenleitlinie wurde konsentiert von

- dem Bundesfachverband für Essstörungen (BFE)
(Dr. med. W. Wünsch-Leiteritz)
- der Deutschen Ärztlichen Gesellschaft für Verhaltenstherapie
(DÄVT)
(Prof. Dr. med. U. Cuntz)
- der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ)
(Prof. Dr. E. Mayatepek)
- der Deutschen Gesellschaft für Verhaltensmedizin und Verhaltens-
modifikation (DGVM)
(PD Dr. med. Dr. phil. Astrid Müller)

Für die kritische Sichtung und Überarbeitung der Patientenleitlinie danken wir:

dem Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Essstörungen (DGESS)
Herrn Prof. Dr. med. Johannes Hebebrand (Essen)
Frau Prof. Dipl. Psych. A. Hilbert (Leipzig)
Herrn Prof. Dr. med. Hans-Christoph Friederich (Essen)

sowie:

Frau Prof. B. Herpertz-Dahlmann (Aachen)
Frau Prof. M. de Zwaan (Hannover)
Herrn Prof. B. Löwe (Hamburg)
Frau Prof. B. Tuschen-Caffier (Freiburg)
Frau Prof. S. Vocks (Osnabrück)
Herrn Prof. S. Zipfel (Tübingen)
Frau Dipl. Psych. Jasmin Kleinberens, Suchtberatungsstelle für Frauen
und Mädchen, Freiburg
Frau Wiebke Junge, Peer-Beraterin (Hamburg)

An der Erstellung der Patientenleitlinie waren **6 Patientinnen (bzw. ehemalige Patientinnen) beteiligt**. Die Namen der Patientinnen sind zur Wahrung ihrer Privatsphäre nicht angegeben.

Redaktion und Koordination

Prof. Dr. med. Almut Zeeck, Freiburg

Prof. Dr. med. Stephan Herpertz, Bochum


Dr. Sylvia Sanger, Dipl.-Ing., MPH, psychenet – Hamburger Netz psychische Gesundheit, Hamburg

In Kooperation mit





Juni 2015


INHALT



Warum es diese Patientenleitlinie gibt.....	6
Welche Essstörungen es gibt.....	8
Ursachen von Essstörungen	10
Begleiterkrankungen	11
Folgen von Essstörungen.....	12
Habe ich eine Essstörung?.....	13
Wohin wende ich mich?	15
Wege durch die Behandlung	20
Gemeinsam entscheiden.....	22
Diagnose von Essstörungen.....	24
Zur Behandlung von Essstörungen allgemein	26
<i>Behandlungssettings</i>	26
<i>Behandlungsverfahren und Behandlungsmethoden</i>	31
Beschreibung der Krankheitsbilder und Behandlungsmöglichkeiten..	38
<i>Anorexia nervosa</i>	39
<i>Bulimia nervosa</i>	51
<i>Binge-Eating-Störung</i>	58
<i>Mischformen</i>	64
Was Sie selbst tun können	65
Was Eltern tun können.....	66
Was Partner tun können	67
Weitere Informationen zu Essstörungen	68
<i>Manuale zur angeleiteten Selbsthilfe</i>	68
<i>Bücher/Broschüren</i>	68
<i>Internetadressen</i>	69
 Kleines Wörterbuch	70
Verwendete Quellen	76

Warum es diese Patientenleitlinie gibt

Diese  Patientenleitlinie ist die laienverständliche Darstellung der  wissenschaftlichen Leitlinie „Diagnostik und Therapie von Essstörungen“. Sie richtet sich an Menschen, die an einer Essstörung erkrankt sind, an ihre Angehörigen und Personen, die ihnen nahe stehen sowie an professionelle Helfer.

Ein Hinweis für Sie:

Fachbegriffe, die im Text nicht erklärt sind, haben wir mit einem vorangestellten Buchsymbol  gekennzeichnet. Sie sind in einem Wörterbuch am Ende der Patientenleitlinie erklärt.

Menschen mit einer Essstörung bzw. Patientinnen¹ sollen immer nach dem aktuellen Stand des medizinischen Wissens behandelt werden. Für die wissenschaftliche Leitlinie haben deshalb Experten Ergebnisse von 57 weltweiten  Studien mit 2273 Patienten sorgfältig ausgewertet. Behandlungen, für die ein Nutzen nachgewiesen werden konnte, wurden in die wissenschaftliche Leitlinie und damit auch in die Patientenleitlinie als  Empfehlung aufgenommen und entsprechend kenntlich gemacht. In dieser Patientenleitlinie haben wir die Empfehlungen aus der wissenschaftlichen Leitlinie im Originaltext übernommen.

Wir haben in der Patientenleitlinie auf die Angabe von Zahlen verzichtet, da sie eine Genauigkeit vorzugeben scheinen, die im Einzelfall nicht zutreffen muss. Manchmal kommen Studien zur gleichen Fragestellung zu unterschiedlichen Ergebnissen, da die Eigenschaften der untersuchten Patientinnen (zum Beispiel Alter, Lebensgewohnheiten oder andere zusätzliche Erkrankungen) nicht gleich sind. Manchmal wurden auch unterschiedliche Messverfahren zur Bestimmung des Nutzens der geprüften Behandlungen eingesetzt. Dies wurde bei der Erstellung der Empfehlungen für die Leitlinie berücksichtigt.

¹ An der Anorexia nervosa und der Bulimia nervosa erkranken vorwiegend Frauen. Wir haben uns daher für die durchgehende Verwendung der weiblichen Personenbezeichnung entschieden, obwohl bei der Binge-Eating-Störung auch eine vergleichsweise größere Zahl von Männern betroffen ist.