

# Inhalt

## I THEORETISCHER HINTERGRUND

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>I</b> | <b>Wege aus dem goldenen Käfig</b>                                  | <b>3</b>  |
| <b>2</b> | <b>Erscheinungsbild</b>   | <b>7</b>  |
|          | 2.1 Körperliche Veränderungen                                       | 7         |
|          | 2.2 Psychische Veränderungen  | 8         |
| <b>3</b> | <b>Diagnostik und Klassifikation</b>                                | <b>13</b> |
|          | 3.1 Diagnose von Ess-Störungen                                      | 13        |
|          | 3.2 Differentialdiagnose  | 18        |
|          | 3.3 Standardisierte diagnostische Instrumente                       | 19        |
| <b>4</b> | <b>Epidemiologie</b>  | <b>23</b> |
|          | 4.1 Verbreitung einzelner Symptome                                  | 23        |
|          | 4.2 Bulimia häufiger als Anorexia nervosa                           | 23        |
| <b>5</b> | <b>Erklärungsansätze</b>  | <b>26</b> |
|          | 5.1 Große individuelle Unterschiede                                 | 26        |
|          | 5.2 Soziokulturelle Faktoren  | 29        |
|          | 5.3 Individuelle Belastungsfaktoren                                 | 30        |
|          | 5.4 Die Bedeutung der Familie                                       | 31        |
|          | 5.5 Biologische Faktoren  | 32        |
|          | 5.6 Hungern und Ess-Störungen                                       | 33        |
| <b>6</b> | <b>Stand der Therapieforschung zur Anorexia und Bulimia Nervosa</b> | <b>37</b> |
|          | 6.1 Verhaltenstherapie und Pharmakotherapie                         | 37        |
|          | 6.2 Andere psychotherapeutische Verfahren                           | 41        |
|          | 6.3 Mangel an aussagekräftigen Studien                              | 42        |

|           |   |            |
|-----------|---|------------|
| <b>II</b> | <b>THERAPIE</b>   | <b>45</b>  |
| <b>1</b>  | <b>Wegweiser</b>  | <b>47</b>  |
| <b>2</b>  | <b>Schwerpunkte der Therapie</b>                            | <b>49</b>  |
| <b>3</b>  | <b>Beginn der Behandlung</b>                                | <b>52</b>  |
|           | 3.1 Klärung der Motivation                                  | 52         |
|           | 3.2 Indikation  | 55         |
|           | 3.3 Anamnese  | 57         |
| <b>4</b>  | <b>Bausteine der Therapie</b>                               | <b>58</b>  |
|           | 4.1 Informationsvermittlung                                 | 58         |
|           | 4.2 Veränderung von Essverhalten und Gewicht                | 62         |
|           | 4.3 Veränderung psychosozialer Konflikte                    | 82         |
|           | 4.4 Veränderung verzerrter Kognitionen                      | 88         |
|           | 4.5 Veränderung der Körperschemastörung                     | 94         |
|           | 4.6 Ein stationäres Therapiekonzept                         | 99         |
|           | 4.7 Stabilisierung und Rückfallprophylaxe                   | 103        |
| <b>5</b>  | <b>Kritische Therapiesituationen</b>                        | <b>106</b> |
| <b>6</b>  | <b>Fallbeispiele</b>  | <b>118</b> |
|           | 6.1 Fall 1 Anorexia nervosa                                 | 118        |
|           | 6.2 Fall 2 Bulimia nervosa                                  | 133        |
| <b>7</b>  | <b>Therapiemanual</b>                                       | <b>143</b> |
|           | 7.1 Wegweiser   | 143        |
|           | 7.2 Inhalte der Therapiesitzungen                           | 145        |
|           | <b>Anhang: Materialien und Fragebogen (Arbeitsblätter)</b>  | <b>165</b> |
|           | AB 1 Anleitung zur Selbstbeobachtung des Essverhaltens      | 167        |
|           | AB 2 Zusammenfassende Beschreibung<br>des Problemverhaltens | 169        |
|           | AB 3 „Schwarze Liste“                                       | 171        |
|           | AB 4 Fragen zur Vorgeschichte                               | 172        |
|           | AB 5 Therapieziele  | 175        |
|           | AB 6 Anamnestische Gewichtskurve                            | 176        |
|           | AB 7 Wöchentliche Frequenz von HA, E, LAX und DIU           | 178        |

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| AB 8      | Auslösebedingungen für Heißhungeranfälle, Erbrechen<br>und Abführmitteleinnahme<br>(Einnahme von Entwässerungstabletten) | 179 |
| AB 9      | Die Set-Point-Theorie über die Regulation<br>des Körpergewichtes   | 180 |
| AB 10     | Medizinische Komplikationen und Folgeschäden<br>bei Anorexia und Bulimia nervosa   | 184 |
| AB 11     | Tabelle zur Bestimmung des Body-Mass-Index (BMI)   | 187 |
| AB 12     | Informationen für Patientinnen, bei denen<br>eine Gewichtszunahme angezeigt ist  | 189 |
| AB 13     | Umgang mit Heißhungeranfällen und Erbrechen  | 194 |
| AB 14     | Bearbeitung der Problembereiche durch<br>die Patientinnen (Beispielliste)  | 195 |
| AB 15     | Problembereiche und ihre Bearbeitung   | 199 |
| AB 16     | Zwischenbilanz   | 202 |
| AB 17     | Protokoll zur Erfassung automatischer Gedanken   | 203 |
| AB 18     | Analyse von „kritischen“ oder Rückfall-Situationen   | 204 |
| AB 19     | Rückfall-Verhinderungsplan   | 205 |
| AB 20     | Therapeuten-Stundenprotokoll Sitzung 1–20  | 207 |
| AB 21     | Kontaktadressen  | 217 |
| Literatur |  | 219 |



Hinweis auf Arbeitsblätter im Anhang