

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	11
1.1	Problemaufriss und Fragestellung.....	12
2	Das Schlankheitsideal aus historischer und aktueller Sicht	13
2.1	Das weibliche Körperbild in den verschiedenen Epochen.....	13
2.2	Wandel der medizinischen Maßstäbe.....	15
2.3	Wandel des Idealbildes.....	16
2.4	'90-60-90' – Pathologie der 'Idealmaße'	19
3	Schönheitskult und Schlankheitswahn	23
3.1	Der Körper als Statussymbol.....	23
3.1.1	'Dünnsein' als Schlüssel zum Erfolg.....	24
3.1.2	'Dicksein' als sozialer Makel	24
3.1.3	Kulturkomparatistische Perspektiven: Andere Völker – andere Sitten	26
3.1.4	Der besondere Druck für das weibliche Geschlecht.....	26
3.2	Körperbild und Attraktivität.....	27
3.2.1	Die wachsende Bedeutung von Attraktivität in Industriegesellschaften	27
3.2.2	Exemplarisches Statement: Ansichten einer 'öffentlichen Person'	29
3.3	Unsere Konsumkultur – Die Bedeutung der kommerziellen Zwänge	30
3.4	Der Stellenwert von Sport und Fitness in unserer Gesellschaft	31
3.5	Models – 'Vorbilder ohne Maß'	32
3.6	Frauenzeitschriften – Das Bild der Frau.....	35
3.6.1	Die 'falsche Realität' in den Zeitschriften.....	36
3.6.2	Das Thema 'Abnehmen' als Kassenschlager.....	37
3.6.3	Ideal und Realität – das Dilemma der Selbstakzeptanz.....	38
3.6.4	Stars und ihr Kampf um die Traumfigur	40
4	Diäten als 'Einstiegsdroge'	45
4.1	Verbreitung von Diäten	45
4.2	Die Diät Falle – Im Teufelskreis der Abmagerungskuren	46
4.3	Ein Experiment zu Auswirkungen auf das Ernährungsverhalten.....	47
4.4	Körperliche Risiken bei Diäten	48
5	Esstörungen – Ein allgemeiner Überblick über Anorexie und Bulimie.....	51
5.1	Anorexia nervosa (Magersucht)	51

5.1.1	Entwicklungsgeschichte.....	51
5.1.2	Bezeichnung und Definition	52
5.1.3	Diagnosekriterien.....	53
5.1.4	Körperschemastörung und Körpergefühl.....	54
5.1.5	Krankheitsbedingte Folgeerscheinungen.....	55
5.1.6	Magersüchtige und ihre Beziehung zum Essen	56
5.1.7	Häufigkeit und Verbreitung: Die Pubertät als kritische Zeit	57
5.1.8	Heilungschancen.....	58
5.1.9	Sterblichkeitsrate	59
5.2	Die Thematisierung von Essstörungen in der Öffentlichkeit	60
5.2.1	Provokation – der richtige Weg zur Aufklärung?.....	61
5.2.2	Untergewicht – verbreitet wie verharmlost	62
5.3	Bulimia nervosa (Ess-Brechsucht).....	63
5.3.1	Entwicklungsgeschichte.....	63
5.3.2	Bezeichnung und Definition	64
5.3.3	Diagnosekriterien.....	64
5.3.4	Krankheitsbedingte Folgeerscheinungen.....	65
5.3.5	Ess-Brech-Süchtige und ihre Beziehung zum Essen	66
5.3.6	Häufigkeit und Verbreitung.....	67
5.3.7	Heilungschancen.....	68
5.4	Ein gestörtes Essverhalten.....	68
6	Gesellschaftlich bedingte Einflussfaktoren auf Essstörungen	71
6.1	Das Körperideal unserer Gesellschaft	71
6.2	Die Wirksamkeit der Medien	72
6.3	Die Frau im Rollen-Spagat.....	75
6.4	Essstörungen als Lifestyle: Die Pro-Ana-Szene.....	76
7	Eine sportbezogene Essstörung: Die Anorexia athletica.....	81
7.1	Untersuchungen (zwischen Sportlern und Nicht-Sportlern)	81
7.2	Bezeichnung und Definition der Anorexia athletica	82
7.3	Unterschiede zur Anorexia nervosa	84
7.4	Zusammenhänge zwischen Essstörungen und Sport.....	85
7.5	Übergang von exzessivem Sporttreiben zur Anorexia nervosa.....	85
7.6	Gemeinsamkeiten mit der Anorexia nervosa	89
7.7	Symptomatik bei der Anorexia athletica.....	90

7.7.1	Erste körperliche Veränderungen	90
7.7.2	Verhaltensauffälligkeiten und -veränderungen.....	91
7.8	Sportförderung im Jugendalter.....	92
7.8.1	Körperliche Entwicklung und Leistungssport	92
7.8.2	Belastungen für die psychische Gesundheit von Leistungssportlern.....	93
7.9	Der Stellenwert einer ausgewogenen Ernährung im Sport	94
7.9.1	Bedeutung und Konsequenzen einer Mangelernährung für Sportler.....	94
7.9.2	Ein gesundes Verhältnis zwischen Belastung und Energiebedarf.....	95
7.10	Körperliche Komplikationen und mögliche Folgeschäden	96
7.10.1	Auswirkungen auf den Hormonhaushalt	96
7.10.2	Auswirkungen auf die Menstruation.....	97
7.10.3	Auswirkungen auf den Knochenstoffwechsel (mit Fallbeispiel).....	98
7.11	Prävention einer Anorexia athletica	99
8	Entstehungsfaktoren einer Anorexia athletica.....	101
8.1	Anforderungsprofile im Hochleistungssport	101
8.2	Gewichtsreduktion als sportartspezifische Notwendigkeit	103
8.3	Prävalenz der Essstörungen in den ästhetischen Sportarten.....	104
8.4	Die Rolle des Trainers (mit Fallbeispielen)	105
8.5	Die überzogene Kultivierung des Schlankheitsideals im Sport	107
8.6	Druckaufbau seitens der Medien.....	108
9	Thematisierung von Anorexia athletica in der Öffentlichkeit.....	109
9.1	Problematisierung eines heiklen Themas im Leistungssport	109
9.2	Änderungen der Wettkampfbedingungen als Vorbeugung?	110
10	Schlussbetrachtung: Der leichtfertige Umgang mit einer ernstzunehmenden Bedrohung	111
	Quellenverzeichnis.....	113
	Abbildungsverzeichnis	119
	Tabellenverzeichnis	120
	Anhang A.....	121
	Anhang B.....	124