

Teil I: Was Sie über Essstörungen wissen sollten ...

Was ist eine Essstörung? 13

Essen hält Leib und Seele zusammen!	14
Es geht nicht (nur) ums Essen!	16
Alltagsdroge Essen?	18
Wann und wie fängt es an?	20
Von viel zu wenig bis viel zu viel	27
Wer ist von Essstörungen betroffen? Ein paar Zahlen!	32
Zusammenfassung	35

Bulimie: Wenn alles zum Kotzen ist 37

Ein Fallbeispiel	38
Das Krankheitsbild der Bulimie	40
Die Folgen der Bulimie	46
Warnsignale – mit Checkliste!	48
Zusammenfassung	50

Magersucht: Die Sucht, dünn zu sein 51

Ein Fallbeispiel	52
Das Krankheitsbild der Magersucht	54
Die Folgen der Magersucht	60
Warnsignale – mit Checkliste!	61
Zusammenfassung	64

Teil II: Wie Sie mit Essstörungen umgehen können ...

<i>Die Rolle der Familie</i>	65
Essstörungen als Familienproblem	66
Familiendynamische Hintergründe von Essstörungen	69
Wer ist schuld?	77
Co-Abhängigkeit – wenn Hilfe schädlich ist	81
Zusammenfassung	86
<i>Hilfreiche Helfer: Was kann das soziale Umfeld tun?</i>	87
Helfen, aber richtig!	88
Was können Eltern oder PartnerInnen tun?	90
Was können weitere Angehörige tun?	99
Was kann der Freundeskreis tun?	100
Was können Lehrkräfte oder AusbilderInnen tun?	102
Zusammenfassung	107
<i>Literaturverzeichnis</i>	109