

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