



Essstörungen: Hilfe bei Anorexie, Bulimie und Binge-Eating

Essstörungen: Hilfe bei Anorexie, Bulimie und Binge-Eating
Für Menschen mit Essstörungen hat Essen nichts mit Genuss zu tun. Sich aufs Essen freuen, sich ein gutes Essen gönnen, das wohlige Satt sein danach - solche Erfahrungen sind den Betroffenen verloren gegangen. Für sie ist essen oder nicht-essen zu einem Zwang geworden. Was Angehörige tun können, wo es Hilfe gibt und welche Therapien möglich sind, erklären die Experten der Stiftung Warentest in dem Buch Essstörungen. Menschen, die an einer Essstörung leiden, haben ein großes Interesse am Kaloriengehalt der Lebensmittel. Sie wissen nicht nur ganz genau, wie viele Kalorien ein halbes trockenes Brötchen oder 100 Gramm Haferflocken haben, sondern können auch jede Aktivität - ob Treppen steigen, joggen oder kalt duschen - in verbrauchte Kalorien umrechnen. Magersüchtige vermeiden hochkalorisches, fetthaltiges, kohlenhydratreiches Essen. Und eine Mahlzeit, deren Kaloriengehalt sie nicht bestimmen können, lehnen sie lieber ab. Menschen mit Bulimie werden von Essattacken geplagt und versuchen die Kalorien durch Erbrechen oder mit Hilfe von Abführmitteln wieder loszuwerden. Hunger, Essanfälle, Erbrechen, exzessiver Sport oder Missbrauch von Medikamenten: Nicht das Elternhaus macht krank. Auch die Betroffenen sind nicht schuld. Essstörungen sind Erkrankungen, bei denen biologische, psychologische und soziokulturelle Einflüsse zusammenwirken. Dieses Buch erklärt einfühlsam, wieso das so ist und was man selbst als Betroffener, Angehöriger oder Lehrer tun kann. Der Ratgeber bietet Unterstützung und erklärt, welche Anzeichen es geben kann und welche Therapien sich eignen. Die Autorin Anke Nolte arbeitet in Berlin als freiberufliche Medizinerin mit den Schwerpunkten Psychologie, Psychosomatik und Krankenpflege. Essstörungen, Hilfe bei Anorexie, Bulimie und Binge-Eating hat 160 Seiten und ist ab dem 29. Januar 2012 für 18,90 Euro am Kiosk erhältlich oder kann bestellt werden unter www.test.de/essstoerungen. Stiftung Warentest
Lützowplatz 11-13
10785 Berlin
Deutschland
Telefon: (030) 2631-2345
Telefax: (030) 2631-2429
Mail: pressestelle@stiftung-warentest.de
URL: <http://www.test.de>

Pressekontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

[test.de](http://www.test.de)
pressestelle@stiftung-warentest.de

Firmenkontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

[test.de](http://www.test.de)
pressestelle@stiftung-warentest.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage