

■ PROF. DR. RER. NAT. ANJA HILBERT

## Neue Studie zu Essstörungen

### Frauen leiden vier Mal häufiger an Essstörungen als Männer

Zusammenfassend zeigt die repräsentative Studie an der deutschen Bevölkerung (1), dass die Wahrscheinlichkeit, eine Störung im Essverhalten zu entwickeln, bei Frauen etwa viermal größer ist als bei Männern. Derzeit leiden rund 5,9 Prozent der Frauen und 1,5 Prozent der Männer in Deutschland an solchen Störungen. Dazu zählen zum Beispiel die Bulimia Nervosa (Ess-Brech-Sucht), die Binge-Eating- oder Essanfallsstörung und die Anorexia Nervosa (Magersucht). Die Studie zeigt außerdem, dass bei fettleibigen (adipösen) Frauen elfmal häufiger und bei adipösen Männern sogar zwanzigmal häufiger eine Störung im Essverhalten vorliegt als bei normalgewichtigen Frauen und Männern..

### Als Ursache für Fettleibigkeit bisher unterschätzt

Dieses deutlich erhöhte Auftreten von Störungen im Essverhalten bei adipösen Menschen ist beachtlich. Daraus lässt sich schließen, dass sich weit stärker als angenommen Übergewicht und Adipositas im Zusammenhang mit Störungen im Essverhalten entwickeln und zum Beispiel mit wiederkehrenden Essanfällen, nächtlichem Essen, chronischem Überessen oder einem sehr negativen Körperbild einhergehen. Da solche Störungen im Essverhalten mit einem erhöhten seelischen Leidensdruck gekoppelt sind, wird auch deutlich, dass Adipositas nicht nur durch Überernährung und Bewegungsmangel gekennzeichnet ist. Es muss daher immer auch geklärt werden, ob ein/e adipöse/r Patient/in an einer klinischen Essstörung leidet und eine ergänzende psychotherapeutische Behandlung neben einer Gewichtsreduktionstherapie notwendig ist.

### Geschlechtsspezifische Verläufe von Essstörungen

Neue Erkenntnisse liefert die Studie außerdem zur Häufigkeit von Essstörungen in den verschiedenen Altersgruppen bei beiden Geschlechtern. Auffällig ist hier, dass Störungen im Essverhalten Frauen und Männer jeden Alters betreffen, wobei festzuhalten ist, dass die Häufigkeiten mit höherem Lebensalter abnehmen. Vor allem jüngere Frauen, aber auch Männer zwischen 55 und 64 Jahren hatten eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für eine Störung im Essverhalten.

Die Studienergebnisse zeigen zudem, dass jüngere Frauen am häufigsten an Essstörungssymptomen leiden. Die Wahrscheinlichkeit, an einer Essstörung zu erkranken, ist in dieser Gruppe höher als bei Männern und bei Frauen aller anderen Altersgruppen.

Des Weiteren zeigen übergewichtige Frauen im Gegensatz zu unter- oder normalgewichtigen Frauen ein doppeltes, adipöse Frauen ein 11-faches, und adipöse Männer gar ein 20-faches Risiko für Essstörungen.

### Methodische Details

Für diese bevölkerungsrepräsentative Erhebung über beide Geschlechter und alle Altersgruppen hinweg wurde erstmals der international bewährte Essstörungsfragebogen „Eating Disorder Examination-Questionnaire“ (EDE-Q) verwendet. Dieser ermittelt die spezifischen Symptome (Psychopathologie), wie etwa ein negatives Körper- und Selbstbild, Unzufriedenheit mit dem Aussehen, selbst herbeigeführtes Erbrechen, Essanfälle, Missbrauch von Abführmitteln, übertriebene sportliche Aktivität oder Diäten.

Die 2520 Befragten (1354 Frauen, 1166 Männer) waren zwischen 14 und 95 Jahre alt (mittleres Alter 50,5 Jahre), der Body-Mass-Index lag zwischen 14,17 und 55,40 kg/m<sup>2</sup>. Gemäß den Selbstangaben der Befragten waren 10,8 Prozent adipös (BMI 30 kg/m<sup>2</sup> und mehr), rund 37,3 Prozent übergewichtig und 51,9 Prozent normalgewichtig. Ähnlich wie in Vorgängerstudien zeigte sich kein Zusammenhang zwischen Essstörungen und Einkommen oder Bildungsstand.

### Sind Männer zunehmend von Störungen im Essverhalten betroffen?

Gegenüber früheren epidemiologischen Studien fiel auf, dass bei Männern Symptome und Auffälligkeiten, die für ein gestörtes Essverhalten sprechen, in den vergangenen Jahren zugenommen zu haben scheinen. Bei Frauen bestätigte sich, dass junge Frauen



Prof. Dr. rer. nat. Anja Hilbert

Foto: Privat

vor dem 25. Lebensjahr am anfälligsten für Essstörungen sind. In einer europäischen Studie (2) hatten junge Frauen ein 8-fach erhöhtes Risiko für eine Essstörung im Vergleich zu älteren Frauen.

1) Hilbert A, de Zwaan M, Braehler E (2012) How Frequent Are Eating Disturbances in the Population? Norms of the Eating Disorder Examination-Questionnaire. PLoS ONE 7(1): e29125. doi:10.1371/journal.pone.0029125

2) Preti A, Girolamo G, Vilagut G, Alonso J, Graaf R, Bruffaerts R, Demyttenaere K, Pinto-Meza A, Haro JM, Morosini P; ESEMED-WMH Investigators (2009) The epidemiology of eating disorders in six European countries: results of the ESEMED-WMH project. J Psychiatr Res. 2009 Sep; 43(14):1125-32. Epub 2009 May 8.

Prof. Dr. rer. nat. Anja Hilbert ist Professorin für Verhaltensmedizin am Integrierten Forschungs- und Behandlungszentrum (IFB) AdipositasErkrankungen in Leipzig.  
E-Mail: [anja.hilbert@medizin.uni-leipzig.de](mailto:anja.hilbert@medizin.uni-leipzig.de)

Das IFB AdipositasErkrankungen ([www.ifb-adipositas.de/ifb](http://www.ifb-adipositas.de/ifb)), ist eines von acht Integrierten Forschungs- und Behandlungszentren, die in Deutschland vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert werden. Es ist ein gemeinsames Zentrum der Universität Leipzig und des Universitätsklinikums Leipzig (AöR). Ziel der Bundesförderung ist es, Forschung und Behandlung interdisziplinär so unter einem Dach zu vernetzen, dass Ergebnisse der Forschung schneller als bisher in die Behandlung adipöser Patienten integriert werden können. Am IFB AdipositasErkrankungen gibt es derzeit über 40 Forschungsprojekte. Zur Patientenbehandlung stehen eine IFB AdipositasAmbulanz für Erwachsene und eine für Kinder und Jugendliche zur Verfügung. Das IFB wird das Feld der Adipositasforschung und -behandlung in den nächsten Jahren kontinuierlich ausbauen.