

Anorexia nervosa ist eine Störung des Essverhaltens, die auch als „**Magersucht**“ bekannt ist. Anorexia bedeutet im Griechischen eigentlich Appetitlosigkeit, mit dem Zusatz „nervosa“ ist gemeint, dass diese „nervlich“, d. h. psychisch bedingt ist. Die Betroffenen versuchen Appetit und Hungergefühl zu unterdrücken, es wäre hier zutreffend, von einer „**Selbstaushungerung**“ zu sprechen. Betroffene entwickeln **Angst** vor dem Essen und vor einer **Gewichtszunahme**. Wenn die Störung bereits einige Zeit besteht, ist der ausgemergelte, ausgezehnte Körper das auffälligste Merkmal dieser Störung.

Durch die extreme, selbst herbeigeführte Gewichtsabnahme drohen bei magersüchtigen Menschen oft sehr ernsthafte **gesundheitliche Komplikationen**, die einen stationären Aufenthalt oft unumgänglich machen.

Definition

Bei dieser Erkrankung liegt das Körpergewicht mindestens 15 Prozent unter dem erwarteten Idealgewicht oder unter einem Body-Mass-Index (BMI) von 17,5. Der Gewichtsverlust ist selbst herbeigeführt durch:

- Vermeiden von hochkalorischen Speisen
- Einschränkungen der Nahrungsaufnahme
- selbst herbeigeführtes Erbrechen
- selbst herbeigeführtes Abführen
- übertriebene körperliche Aktivitäten
- Gebrauch von Appetitzüglern und/oder Entwässerungsmitteln

Zahlen und Fakten

International geht man von einer Prävalenz von 0,5 bis ein Prozent aller Mädchen und jungen Frauen aus, wobei es vermutlich eine hohe **Dunkelziffer** gibt. An Anorexia nervosa erkranken hauptsächlich **Mädchen** und junge Frauen. Nur fünf Prozent aller Magersüchtigen sind Männer. Im Alter von 14 bis 18 Jahren kommt die Anorexia nervosa am häufigsten vor. Zehn Prozent der Erkrankten sterben an den Folgen der Unterernährung, bei 30 Prozent wird die Erkrankung chronisch und kann ein Leben lang andauern.



Symptome

- Es kommt es zu einer **Störung der Wahrnehmung** des eigenen Körpers, Betroffene überschätzen ihren Körperumfang und halten sich für zu dick.
- **Verändertes Essverhalten:** Es werden nur mehr geringe Mengen an Nahrung gegessen und kalorienreiche Lebensmittel vermieden. Nahrungsmittel werden in „erlaubt“ und „verboten“ eingeteilt. Einige Betroffene verweigern die Nahrungsaufnahme über längere Zeit komplett. Um sich Nachfragen und Vorwürfen zu entziehen, machen sie falsche Angaben über die Menge der aufgenommenen Nahrung, meiden die Tischgemeinschaft und essen am liebsten allein.



Symptome

- Starker **Gewichtsverlust** ohne organische Erkrankungen.
- **Fehlende Krankheitseinsicht.**
- **Körperliche Veränderungen:** Durch Gewichtsverlust und Mangelernährung kann es zum Ausbleiben der Menstruation kommen. Die Körpertemperatur ist häufig reduziert. Trockene Haut, Haarausfall, niedriger Blutdruck mit Kollapsneigung, Konzentrationsstörungen und Magen-Darmbeschwerden sind weitere Folgeerscheinungen von Magersucht.
- **Psychische Veränderungen:** Im Vordergrund steht das Bestreben dünner zu werden verbunden mit einer extremen Angst vor Gewichtszunahme. Häufig zeigen sich bei Betroffenen auch depressive Symptome und starke Reizbarkeit.
- **Soziale Veränderungen:** Die Betroffenen isolieren sich sozial und vermeiden emotionalen Austausch. Dies führt zum Verlust von Freundschaften, bis hin zur völligen Vereinsamung.

Folgewirkungen

- Ausbleiben der **Menstruation** (Amenorrhoe) bis hin zur Unfruchtbarkeit
- **Frieren**/ungewöhnliches Kälteempfinden – Körpertemperatur sinkt um ein bis zwei Grad
- Muskelschwäche durch **Muskelabbau**
- **Konzentrationsstörungen** und Störungen im logischen Denken
- Blaufärbung der Extremitäten und Lippen durch verminderte Durchblutung
- Hyperaktivität
- **Magen-Darmbeschwerden** – Darmträgheit, Verstopfung. Um dem vorzubeugen werden regelmäßig Abführ- und Entwässerungstabletten konsumiert. Folgen sind lebensbedrohliche Stoffwechselstörungen (Kaliummangel, Alkalose), Magenschmerzen, Durchfälle und Blähungen.
- **Herz-Kreislauf-Störungen** – durch Mangelernährung sinken Blutdruck und Herzfrequenz. Der Herzmuskel schrumpft – auftretende Herzrhythmusstörungen können zum plötzlichen Herztod führen.
- Verringerter Östrogenspiegel führt zur **Entkalkung** der Knochen, eine Spätfolge ist die Osteoporose
- Verstärkte **Infektionsanfälligkeit**
- Sinken des Blutzuckerspiegels
- Veränderungen an Haut und Haaren – Haut wird trocken, schuppig, weniger elastisch und bekommt greisenhaftes Aussehen, Haare fallen aus, Nägel werden brüchig
- **Lanugobehaarung** – flaumige Körperbehaarung an Wangen, Unterarmen und Rücken
- **Psychische Probleme:** Schlafstörungen, Depressionen, Angst
- **Soziale Probleme:** Isolation, Verlust von Freunden, Vereinsamung, Leistungsabfall am Arbeitsplatz oder in der Schule, familiäre Spannungen