



## Essstörungen im Kindes- und Jugendalter

### Ursachen und Auslöser:

**Allgemein:** Wenn Kinder und Jugendliche eine Essstörung entwickeln, sind Eltern mit der Schuldfrage belastet, jedoch gibt es nicht den Auslöser und die Ursache für eine Essstörung.

Es sind immer mehrere Faktoren, die eine Rolle spielen, dies vor allem während der sensiblen, verletzlichen und verwundbaren Phase des Überganges vom Kindsein in die Pubertät und in die Adoleszenz.

### Biologische Ursachen:

Bestimmte biologische Einflüsse sind für die Entstehung einer Essstörung begünstigend. Genetische Faktoren und Veränderungen der Hormone und deren Botenstoffe sind aktuell grosser Bestandteil der wissenschaftlichen Forschungen. Dabei handelt es sich um die verschiedenen Dimensionen der Nahrungsaufnahme:

1. Homöostatische Nahrungsaufnahme: «Essen wegen Hunger» (Hunger und Sättigungshormone)
2. Hedonische Nahrungsaufnahme «Essen zum Vergnügen» (Dopamin=Motivation zu Essen) und Opioid/Canabinoid=Freude am Essen).
3. Exekutivfunktion: «Entscheiden zu Essen» (unser Wille, Lifestyle, Verhaltenstherapie)

### Persönlichkeitsmerkmale

Verschiedene individuelle Merkmale und Temperamenteigenschaften, die bereits in der Kindheit bestehen, spielen eine bei der Entstehung einer Essstörung. Somit ist jeder Mensch anders und hat eine persönliche Lebensgeschichte, auch schon in jungen Jahren.

### Soziokulturelle Ursachen:

Die Magersucht ist eine Erkrankung, die kulturell unabhängig ist. Allerdings in westlichen Industrienationen häufiger auftritt als in nicht industrialisierten Ländern: Schönheitsideale, raue Umgangsformen unter Gleichaltrigen, die durch soziale Medien wie TikTok, Instagram und Co ständig präsent sind und verbreitet sind.

Gerade in der Pubertät, mit geringem Selbstwertgefühl und Selbst-

bewusstsein, können die Jugendlichen nur schwer Stand halten.

Mädchen unterliegen dem Druck des Schönheitsideals mehr als die Jungs in diesem Alter.

Die sozialen Medien können aber in der Therapie und in der Genesung genutzt werden, um eine Essstörung zu überwinden, sich gegenseitig zu stärken.

### Welche Essstörungen gibt es?

- Anorexia nervosa (Magersucht) Prävalenz in der Schweiz bei 1,2%
- Bulimie (Ess-Brechsucht) Prävalenz in der Schweiz bei 2,4%
- Binge-Eating (unkontrolliertes Essen) Prävalenz in der Schweiz bei 2,4%
- Mischformen
- Adipositas (Fettleibigkeit)
- Picky-Eater (wählerischer Esser)

### Was ist uns wichtig in der Behandlung der Essstörungen?

- Frühzeitige Abklärung und Behandlung
- Einbezug des familiären Umfelds
- Interdisziplinäre Behandlung im Netzwerk
- Anorexie: Krankheit kann zuerst körperlich ODER psychisch auffallen
- Es gibt evidenzbasierte Behandlungsmethoden mit gutem Erfolg

### Therapieoptionen im Thurgau:

1 Ambulantes Setting:

1.1.1. Spezialsprechstunde Essstörungen Kinderklinik Münsterlingen

1.1.2. Diagnostik und Familienbasierte Behandlung KJPD Thurgau

2 Stationäres Setting

In der psychosomatischen Abteilung der Kinderklinik Münsterlingen, in Kooperation mit dem KJPD Thurgau (Liaison) mit Stufenplan und anschliessend teilstationärem Setting

Anmeldungen erfolgen über:

Zuweisung durch den Kinderarzt, Hausarzt, KJPD, Psychologen, Psychiater

### Öffentlicher Vortrag

Zum Abschluss möchten wir auf einen öffentlichen Vortrag hinweisen: Dr. med. Gudrun Spohn, Oberärztin im KJJ und KJPD Thurgau, spricht am 31. März 2025 um 20.00 Uhr in der Aula Münsterlingen über das Thema „Essstörungen – ambulantes und stationäres Behandlungskonzept im Thurgau“. Der Eintritt ist frei. Der Vortrag bietet eine wertvolle Gelegenheit, mehr über lokale Behandlungsmöglichkeiten zu erfahren.



Dr. med. Gudrun Spohn  
Oberärztin Pädiatrie