

Pressemitteilung

Nr.: 2018/190

Weißenburg i. Bay., den 07.09.2018

Auskunft erteilt: Lena Ellinger
Telefon: 09141 902-390
Telefax: 09141 902-7390
E-Mail: lena.ellinger@landkreis-wug.de
Presseverteiler: Presseverteiler regional

Esstörungen aus der Anonymität holen

Die Arbeitsgruppe „Gesundheitsförderung und Prävention“ der Gesundheitsregion^{plus} holt die Ausstellung „Klang meines Körpers“ und das Theaterstück „Food Diaries“ in den Landkreis. Damit sollen vor allem junge Menschen über Essstörungen informiert werden.

Essstörungen haben besorgniserregend zugenommen, sie gehören heute zu den häufigsten Krankheitsbildern im Jugendalter. Das Robert-Koch-Institut stellte bei fast jedem dritten Mädchen im Alter von 14 bis 27 Jahren erste Hinweise auf ein auffälliges Essverhalten fest. Immer häufiger zeigen auch Jungen und junge Männer ein gestörtes Essverhalten.

Doch wie erkennt man, ob die Freundin, der Freund oder etwa das eigene Kind in Gefahr ist? Denn nicht jede Auffälligkeit führt zwangsläufig zu einer Essstörung, wie Magersucht, Bulimie oder Esssucht. Oft wollen Betroffene erste Anzeichen nicht wahrhaben, die Auffälligkeiten werden schnell zum Tabu- oder Streitthema. Die Essstörung liegt im Verborgenen. Wird die Krankheit dann offensichtlich, sind Eltern, Lehrkräfte und Freunde unsicher, wie sie mit dem Betroffenen umgehen sollen und wie sie unterstützen können.

Die Aktionswoche zum Thema Essstörungen will informieren, Hilfestellung geben und jungen Menschen Mut machen, damit diese gar nicht erst entstehen. Betroffenen sollen aber auch Wege aufgezeigt werden, wie sie aus der Krankheit finden. Die Besucherinnen und Besucher erhalten interessante Einblicke in die Gedankenwelt von erkrankten jungen Frauen und Männern. Es geht um die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, die Angst zu versagen, nicht zu genügen, aber auch um Wünsche, Sehnsüchte und was Jugendliche stark und „satt“ macht.



Die **Ausstellung** „Klang meines Körpers“ richtet sich an Schülerinnen und Schüler ab der siebten Klasse, Lehrkräfte, junge Erwachsene, Eltern, Vereine, und andere, die mit Jugendlichen arbeiten.

Schulklassen können sich für Führungen am 26., 27. und 28. September sowie am 02. Oktober 2018 für folgende Zeiten anmelden:

- 1. Führung von 08.00 bis 09.30 Uhr
- 2. Führung von 09.50 bis 11.20 Uhr
- 3. Führung von 11.30 bis 13.00 Uhr
- Ganztagesklassen können sich auch für die unten stehenden Nachmittagstermine anmelden.

Einzelpersonen sowie alle weiteren Gruppen und Interessierte können sich für folgenden Führungen anmelden:

- Mittwoch, 26. September, von 17.30 bis 19.00 Uhr
- Donnerstag, 27. September, von 13.30 bis 17.00 Uhr
- Freitag, 28. September, von 13.30 bis 17.00 Uhr
- Samstag, 29. September, 15.00 bis 16.30 Uhr
- Montag, 01. Oktober, 13.30 bis 17.00 Uhr
- Dienstag, 02. Oktober, 13.30 bis 17.00 Uhr

Die Anmeldung ist entweder per E-Mail an gesundheitsregion@landkreis-wug.de oder über die Website www.altmuehlfranken.de/klangmeineskoerpers/ möglich.

Das **Theaterstück** „Food Diaries“ ist am Donnerstag, 04. Oktober 2018, um 18 Uhr. Es besteht aus einzelnen wahren Geschichten rund um das Thema Essstörung, Schlangheitswahn und Schönheitsideale. Die Schauspielerin Heidy de Blum schlüpft in die Rollen unterschiedlicher junger Frauen und erzählt deren, sowie ihre eigene Geschichte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der Eintritt zur Ausstellung sowie zum Theaterstück ist frei. Beide Veranstaltungen sind in den Räumen des Deutschen Vereins für Gesundheitspflege e. V. (Bahnhofstraße 39) in Gunzenhausen. Es ist geplant, dass die Ausstellung im nächsten Jahr in Weißenburg und Treuchtlingen zu sehen sein wird. Kooperationspartner sind das Diakonische Werk Weißenburg-Gunzenhausen e. V., die KISS Weißenburg und das Gesundheitsamt.



Bildunterschrift: Die Aktionswoche zum Thema Essstörungen klärt auf, informiert über Möglichkeiten der Prävention und zeigt Wege aus der Krankheit.

Bildnachweis: Heidy de Blum

Zum Thema Essstörungen

Der Anteil essgestörter Frauen an der Gesamtbevölkerung liegt zwischen fünf und zehn Prozent mit steigender Tendenz. Hat sich die Erkrankung erst einmal manifestiert, leiden die Betroffenen schwer. Eine bestimmte Ursache für die Essstörung gibt es nicht. Es sind vielmehr verschiedene Faktoren, die die Entwicklung begünstigen. Oft ist das Essen oder Nichtessen ein Mittel, um psychische oder soziale Probleme auszugleichen. Dazu kommen biologische Voraussetzungen wie die Gene und das Temperament oder die eigene Persönlichkeit, Einflüsse durch die Gesellschaft und durch die Familie. All diese Faktoren begünstigen oder verhindern in ihrem Zusammenspiel und ihrer Gewichtung die Entwicklung einer Essstörung.

Eltern, Lehrkräfte und Vertrauenspersonen von Kindern und Jugendlichen sollten wachsam sein. Denn der Übergang von gestörtem Essverhalten zur Krankheit Essstörung verläuft oft schleichend. Kontrolliertes Essen oder Diäten sind bei Jugendlichen keine Seltenheit. Wenn jedoch bestimmte Lebensmittel, wie Kartoffeln, Nudeln, Fleisch oder Süßes, komplett vom Speisezettel gestrichen werden, die Auswahl insgesamt stark eingeschränkt wird und Mahlzeiten unregelmäßig, sehr langsam oder gar nicht gegessen werden, sollte man aufmerksam werden. Wenn diese Verhaltensweisen zum Dauerzustand werden, nicht mehr lustvoll gegessen werden kann und dies mit Gewichtsabnahme und Wesensveränderungen einhergeht, muss gehandelt werden. Gleiches gilt bei stetiger Gewichtszunahme über einen längeren Zeitraum, gekoppelt mit sozialem Rückzug.

Essstörungen sind seelische Erkrankungen, die auch dem Körper massiv schaden. Es ist wichtig, dies frühzeitig zu erkennen und fachgerecht behandeln zu lassen. Innerhalb der Familie ist die Lösung des Problems meist nicht möglich. Es bringt nichts einen Schuldigen oder eine Schuldige ausmachen zu wollen. Zwar können bestimmte Beziehungsgefüge die Entwicklung von Essstörungen begünstigen, aber es müssen immer noch andere Faktoren hinzukommen, damit eine Essstörung entsteht.

Die interaktive Ausstellung „Klang meines Körpers“ wird vom Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung zur Verfügung gestellt. Kooperationspartner der Aktionswoche in Altmühlfranken sind die KISS Weißenburg, die Diakonie Weißenburg-Gunzenhausen, das Gesundheitsamt des Landratsamtes sowie die Gesundheitsregion^{plus} Altmühlfranken.