

# Bulimia nervosa

Unter Bulimie, die umgangssprachlich auch als **Ess-Brech-Sucht** bezeichnet wird, versteht man eine Essstörung mit Heißhungerattacken und Essanfällen, denen selbstausgelöstes Erbrechen und Missbrauch von Medikamenten zur Verhinderung von Gewichtszunahme folgen.

Charakteristisch ist der Kontrollverlust während der Hungerattacken, bei denen bis zu 20.000 kcal zugeführt werden können. Die häufigsten Maßnahmen zum Ausgleich der exzessiven Nahrungs- und Energiezufuhr sind Erbrechen und der Missbrauch von Abführmitteln und entwässernden Medikamenten sowie andere unangemessene kompensatorische Verhaltensweisen wie Fasten oder exzessiver Sport.

Im Gegensatz zur Magersucht, bei der das Untergewicht sofort sichtbar ist, scheinen Betroffene mit Bulimia nervosa oft unauffällig, da sie normalgewichtig sind.

## Zahlen und Fakten

Hinsichtlich der Häufigkeit von Bulimie fehlen repräsentative epidemiologische Daten für Österreich. Schätzungen gehen davon aus, dass 2% bis 4% der 20- bis 30-jährigen Frauen an Ess-Brechsucht leiden.

Bulimie wird erst seit 1980 als eigenständige Diagnose im ICD-10 erhoben.

## Diagnosekriterien laut ICD-10:

- Die Betroffenen beschäftigen sich andauernd mit dem Thema Essen. Sie erliegen Fressattacken, bei denen sehr große Mengen an Nahrungsmitteln in kurzer Zeit aufgenommen werden.
- Es wird versucht dem dickmachenden Effekt der Nahrung durch z. B. Erbrechen, Hungern, übertriebene sportliche Aktivitäten, Missbrauch von Abführmitteln usw., entgegenzusteuern.
- Betroffene haben eine krankhafte Furcht davor dick zu werden und das Wunschgewicht liegt weit unter dem optimalen Gewicht.
- Häufig lässt sich in der Vorgeschichte eine Episode einer Anorexia nervosa nachweisen (Quelle: Herpertz Stefan; de Zwaan, Martina; Zipfel, Stephan (Hrsg.): Handbuch Essstörungen und Adipositas. Heidelberg 2008).

## Folgewirkungen

- Verlust des Würge-Reflexes – die Nahrung wird relativ leicht erbrochen
- Große Gewichtsschwankungen innerhalb kürzester Zeit
- Herzrhythmusstörungen durch Calcium- und Magnesiummangel
- Kreislaufschwäche
- aufgrund von Stoffwechselstörungen – Nierenversagen, Muskelschäden und Herzerkrankungen
- Zahnschäden durch die Magensäure, die den Zahnschmelz angreift
- Verletzung der Mundschleimhaut und Schädigung der Speiseröhre
- Vergrößerung und Entzündung der Ohrspeicheldrüse
- Heiserkeit
- Magenschäden – Magen kann akut erweitert und überbläht werden
- Darmerkrankungen – Blutungen, Verstopfung, Entzündungen
- Ausbleiben der Menstruation
- Häufig depressive Verstimmungen, geringes Selbstwertgefühl und ein Gefühl der Hilflosigkeit
- Zunehmende Isolation
- Suchtverhalten bestimmt den Tag, eventuell finanzielle Probleme durch die großen Lebensmittelmengen
- Konzentrationsstörungen
- Blutungen – Nasenbluten, als Folge des Überdrucks beim Erbrechen. Dies kann des Weiteren zu Gehirnblutungen führen
- Erbrechen von Blut durch Verletzungen des Rachenraumes