



# Komorbiditäten bei Essstörungen

## WAS BEDEUTET KOMORBIDITÄT?

Wenn eine Grunderkrankung mit einer weiteren Krankheit einhergeht, wird dies als „Komorbidität“ bezeichnet. Auch Menschen mit einer Essstörung leiden häufig an zusätzlichen Erkrankungen. So liegen bei weit mehr als der Hälfte eine oder mehrere andere psychische Erkrankungen vor. Am häufigsten sind Depressionen und Angststörungen.



Der Begriff setzt sich zusammen aus den lateinischen Worten „com“ für zusammen und „morbus“ für Krankheit.

Es ist bislang ungeklärt, ob Essstörungen Ursache oder Folge der begleitenden psychischen Erkrankungen sind. Es könnte auch sein, dass es gemeinsame Risikofaktoren gibt, die Essstörungen und andere psychische Erkrankungen gleichermaßen begünstigen.

Ob zusätzlich eine weitere psychische Erkrankung vorliegt, ist nicht leicht zu erkennen, denn Essstörungen gehen oft selbst mit psychischen Symptomen einher,

wie Stimmungsschwankungen, depressive Stimmungslage, Ängste oder Zwänge. Die Diagnose einer psychischen Komorbidität können nur Fachleute stellen.

Neben psychischen Erkrankungen können auch extremes Übergewicht und andere körperliche Erkrankungen im Zusammenhang mit einer Essstörung auftreten.

# WARUM SOLLTEN BEI EINER ESSSTÖRUNG MÖGLICHE KOMORBIDITÄTEN ABGEKLÄRT WERDEN?

Bei der Diagnose einer Essstörung ist es wichtig, genau zu schauen, ob möglicherweise zeitgleich eine andere Erkrankung vorliegt oder in der Vergangenheit aufgetreten ist. Denn dies spielt für die Behandlung eine Rolle. Betroffene benötigen ein therapeutisches und medizinisches Setting, das sowohl die Essstörung als auch die begleitenden Erkrankungen behandelt.

Wenn zwei Erkrankungen gleichzeitig auftreten, können sie sich im Krankheitsverlauf wechselseitig beeinflussen. Im Fortgang einer Behandlung sollte auch darauf geachtet werden, dass Symptome sich verändern können, beispielsweise können Essstörungssymptome geringer, dafür aber die Anzeichen der Begleiterkrankung stärker werden.

.....

## Depression

Eine Depression ist durch eine anhaltend gedrückte Stimmung gekennzeichnet. Meist kommen typische weitere Symptome hinzu, wie Antriebslosigkeit, Erschöpfung, Konzentrationsschwierigkeiten, Hoffnungslosigkeit, Desinteresse, Schlafstörungen, vermindertes Selbstwertgefühl, Schuldgefühle, Rückzug, Appetitverlust oder auch Steigerung des Appetits.

Menschen mit Magersucht sind häufig von einer Depression betroffen. Auf die gesamte Lebenszeit gesehen, erkranken sie im Vergleich zur Bevölkerung 2,5-fach so häufig daran. Auch bei der Bulimie und der Binge-Eating-Störung zählen Depressionen zu den häufigsten Komorbiditäten.

Die Depression kann schon vor der Essstörung vorhanden sein, gleichzeitig mit ihr entstehen oder sich in der Folge der Essstörung entwickeln.

.....

## Zwangsstörungen

Zwangsstörungen können sich unterschiedlich zeigen. So können Betroffene von zwanghaften Gedanken gequält werden, die sie nicht abschütteln können, zum Beispiel Angst vor Keimen und Infektionen. Zwangshandlungen sind bestimmte Tätigkeiten, die Betroffene immer und immer wieder ausführen, wie Hände waschen, bestimmte Dinge zählen oder ordnen, alles an Ort und Stelle setzen.

Unter den von Essstörungen betroffenen Menschen leiden vor allem die mit Magersucht vergleichsweise häufig an einer Zwangsstörung – entweder zeitgleich zur Essstörung oder zu einem anderen Zeitpunkt. Bei Jungen und Männern tritt diese Komorbidität besonders häufig auf.

## DIE BEDEUTENDSTEN KOMORBIDITÄTEN VON ESSSTÖRUNGEN

- Depression
- Angststörungen
- Zwangsstörungen
- Suchterkrankungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Autismus
- Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom
- Adipositas

.....

## Angststörungen

Wenn Ängste überhandnehmen, alle anderen Gefühle über-tönen und sich verselbständigen, könnte eine Angststörung vorliegen. Angst kann sich auch in körperlichen Symptomen zeigen, wie Schwitzen, Herzklopfen, Muskelverspannungen und Magenbeschwerden.

Angststörungen sind bei Menschen mit Essstörungen relativ häufig. Die größte Bedeutung hat die soziale Phobie. Bei dieser Erkrankung fürchten Betroffene, dass andere Menschen sie als seltsam oder gar lächerlich empfinden. Sie haben große Angst, beobachtet und bewertet zu werden.

Etwa zwei Drittel der Patientinnen und Patienten mit Magersucht weisen eine oder mehrere Angststörungen auf. Meist gehen Angststörungen der Magersucht voraus oder bestehen bereits in der Kindheit. Auch bei Menschen mit Bulimie oder einer Binge-Eating-Störung sind Angststörungen häufig.

.....

## Suchterkrankungen

Missbrauch und Abhängigkeit von Alkohol oder anderen Suchtstoffen sind bei Menschen mit Essstörungen relativ häufig festzustellen. Am meisten sind Menschen mit Bulimie betroffen, am seltensten Patientinnen und Patienten mit einer restriktiven Form der Magersucht.

.....

## Persönlichkeitsstörungen

Viele Menschen mit einer Essstörung leiden zusätzlich an einer oder mehreren Persönlichkeitsstörungen. Als Persönlichkeitsstörungen werden extreme Ausprägungen eines Persönlichkeitsstils bezeichnet, die mit starren Verhaltensmustern einhergehen und in unterschiedlichen Situationen immer wieder auftreten. Das Verhalten oder Empfinden der Menschen mit Persönlichkeitsstörungen weicht deutlich von den Erwartungen ihrer Mitmenschen ab. Dies führt häufig zu Problemen.

Fachleute unterscheiden verschiedene Arten von Persönlichkeitsstörungen. Im Zusammenhang mit Essstörungen sind einige besonders häufig anzutreffen.

Bei Magersucht ist dies vor allem die **zwanghafte Persönlichkeitsstörung**, die durch Überkorrektheit, Perfektionismus und übertriebene Genauigkeit charakterisiert ist.

Bulimie geht besonders oft mit einer **emotional instabilen Persönlichkeitsstörung** einher, die als **Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS)** bezeichnet wird. Auch bei Magersucht ist die BPS nicht selten. Die Betroffenen leiden an heftigen Stimmungsschwankungen und neigen zu selbstverletzendem Verhalten. Es fällt ihnen schwer, Beziehungen zu anderen Menschen aufzubauen, zu halten und dabei Nähe und Distanz zu regulieren.

Des Weiteren kann eine **ängstlich-vermeidende oder selbstunsichere Persönlichkeitsstörung** auftreten. Betroffene erleben sich selbst oftmals als minderwertig und sind im Kontakt mit anderen gehemmt.

.....

## Autismus

Bis zu 30 Prozent der Patientinnen und Patienten mit Magersucht zeigen autistische Züge oder weisen eine Autismus-Spektrumstörung auf. Dies sind tiefgreifende Störungen, die u. a. durch ein geringes Interesse an sozialen Kontakten sowie ein vermindertes Verständnis zwischenmenschlicher Situationen gekennzeichnet sind. Bei anderen Essstörungen ist diese Komorbidität bislang nicht bekannt.

.....

## Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom

Menschen mit Essstörungen haben ein doppelt so hohes Risiko, ein Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom (ADHS) zu entwickeln wie Gleichaltrige ohne Essstörung. Umgekehrt zeigt sich bei Personen mit ADHS ein dreifach erhöhtes Risiko für eine Essstörung.

.....

## Adipositas

Als Adipositas wird starkes Übergewicht durch einen übermäßig hohen Anteil von Körperfett bezeichnet. Der Body-Mass-Index (BMI) liegt dabei bei mindestens 30 kg/m<sup>2</sup>. Adipositas vermindert die Lebensqualität und kann zu verschiedenen Folgeerkrankungen führen.

Menschen mit einer Binge-Eating-Störung sind häufig adipös. Es gibt offenbar eine enge Verbindung zwischen Adipositas und einer Binge-Eating-Störung. Allerdings ist bislang nicht geklärt, ob eine Binge-Eating-Störung Ursache oder Folge von Adipositas ist.



### BERATUNGSTELEFON

Das Beratungstelefon der BZgA steht Betroffenen, Angehörigen und anderen Personen für Fragen rund um Essstörungen zur Verfügung.

Erreichbar unter 0221 892031 von montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr und freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr.

Es fallen die Kosten für Gespräche ins Kölner Ortsnetz an.

## IMPRESSUM:

### Herausgeber:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Köln  
www.bzga.de

### Download:

Das Themenblatt als PDF-Datei finden Sie unter:  
www.bzga-essstoerungen.de

### Stand:

Februar 2022

Quellenangaben sind auf Anfrage bei der BZgA erhältlich.