

abzunehmen. Damit niemand merkt, wie wenig sie essen, denken sich Magersüchtige viele Tricks aus. Zum Beispiel vermeiden sie Ausflüge mit Freunden oder Einladungen zum Essen. Magersucht ist eine gefährliche Krankheit, denn der Körper bekommt durch das Hungern zu wenige Nährstoffe und Energie. In ganz schlimmen Fällen kann Magersucht sogar tödlich sein.

## Ess-Brech-Sucht



Auch Bulimie macht krank. Durch das Erbrechen werden zum Beispiel Zähne, Speiseröhre und Magen beschädigt Die Ess-Brech-Sucht wird auch Bulimie genannt. Das Wort kommt aus dem Griechischen und bedeutet etwa ‚Heißhunger‘. Menschen, die an Bulimie erkrankt sind, können dünn, schlank oder übergewichtig

sein. Sie leiden an Heißhunger-Attacken, bei denen sie wahllos alle Lebensmittel in sich hinein stopfen, die sie finden können. Aus Angst zuzunehmen, stecken sie sich danach den Finger in den Hals, um das, was sie gegessen haben, wieder auszubrechen. Bulimie erkrankte achten sehr darauf, dass niemand ihre Fressattacken und das Übergeben bemerken. Für die Familie oder Freunde ist es deshalb schwierig zu erkennen, ob jemand an Ess-Brech-Sucht leidet.

## Ess-Sucht

## Titel des minibooks

geschrieben von  
**Khamtuh**

-6-

-7-

www.minibooks.ch

-5-

-4-

-3-

-2-

schwieriger, überhaupt etwas zu essen Magersüchtige Menschen haben panische Angst davor, zu dick zu sein oder zuzunehmen. Auch wenn sie sehr schlank sind oder sogar viel zu dünn, fühlen sie sich dick und trauen sich nicht, etwas zu essen. Wenn sie doch etwas zu sich nehmen, sind es meistens Lebensmittel, die nur sehr wenige Kalorien haben, wie zum Beispiel Obst oder Salat. Manchmal nehmen Magersüchtige auch Abführmittel, um das, was sie gegessen haben, möglichst schnell wieder los zu werden. Viele Magersüchtige treiben außerdem täglich Sport, um zusätzlich Kalorien zu verbrennen und weiter

Magersüchtige sind nur dann mit sich zufrieden, wenn sie es schaffen, weiter abzunehmen. Deshalb wird es immer

Essstörungen sind Krankheiten. Menschen, die essgestört sind, haben ein gestörtes Verhältnis zu ihrem Körper und zu Nahrungsmitteln: Sie essen entweder viel zu viel, obwohl sie längst satt sind, oder sie können so gut wie gar nichts essen, obwohl sie Hunger haben. Essstörungen können sehr verschieden sein. Sie haben aber fast alle die gleiche Ursache: Die Betroffenen haben Probleme oder Ängste, von denen sie selbst oft gar nichts wissen. Mädchen in der Pubertät leiden besonders häufig an Essstörungen. In den letzten Jahren nimmt aber auch die Zahl der essgestörten Jungen zu. Die

Fast jedes fünfte Kind in Deutschland leidet an einer Essstörung. Die meisten sind zwischen 11 und 17 Jahre alt



## Magersucht

häufigsten Formen von Essstörungen sind Magersucht, Ess-Brech-Sucht und Esssucht.



## Essstörungen