

«Essanfälle können bereits im Kindesalter auftreten»

AADORF Die Privatklinik Aadorf bietet schweizweit die erste stationäre Therapie für Betroffene von Essanfällen an. Laut Klinikdirektor Stephan Trier ist die Dunkelziffer bei der sogenannten Binge-Eating-Störung hoch.

Beim Thema Essstörung denkt man zuerst einmal an Mager-sucht. Wurde Binge Eating, also krankhafte Essattacken, bis jetzt unterschätzt?

Stephan Trier: Jein. Es trifft zu, dass in den Medien vor allem die stark untergewichtigen mager-süchtigen Models im Fokus standen. Verschiedene Studien weisen darauf hin, dass das Vorkommen der Essstörungen insgesamt in den industrialisierten Ländern in den letzten Jahrzehnten gestiegen ist – auch das der Binge-Eating-Störung (BES). Allerdings gilt es zu bedenken, dass BES erst 1994 als eigenes Krankheitsbild definiert wurde, weshalb Aussagen zur Zu- beziehungsweise Abnahme nur beschränkt möglich sind. Hinzu kommt, dass Patienten versuchen, ihre Erkrankung lange geheim zu halten, weshalb von einer hohen Dunkelziffer auszugehen ist.

Was spielt sich psychologisch betrachtet bei den Betroffenen ab?

Häufig scheinen die Essanfälle eine Ersatzbefriedigung für unerfüllte Bedürfnisse oder eine Strategie im Umgang mit negativen Gefühlen zu sein. Im Gegensatz zur Bulimie unternehmen Betroffene mit BES keine gegensteuernden Massnahmen wie Erbrechen, Abführmittel, Fasten oder übermässige körperliche Betätigung, um eine Gewichtszunahme zu verhindern, und sind deshalb oft übergewichtig.

Wer ist gefährdet?

Die Erkrankung beginnt in der Regel zwischen 20 und 30 Jahren. Ein Teil der Betroffenen hat bereits im Kindesalter Essanfälle. Neben genetischen Faktoren stellen Übergewicht in der Kindheit, frühes Diätverhalten, familiäre Konflikte und ein niedriges Selbstwertgefühl Risikofaktoren dar.

Wie häufig kommt BES vor?

Mit einem Anteil zwischen 1 bis 3,5 Prozent in der Gesamtbevölkerung ist Binge Eating die häufigste aller Essstörungen. Sie kommt häufiger vor als Bulimie (1 bis 2 Prozent) oder Anorexie (0,7 Prozent). Bei Übergewichtigen, welche in ärztlicher Behandlung sind, leiden sogar ein gutes Drittel an einer BES. Die Wahrscheinlichkeit steigt mit zunehmendem Body-Mass-Index.

Weshalb sind vergleichsweise viele Männer von BES betroffen? Bei anderen Essstörungen sind sie klar in der Minderheit.

Frauen sind immer noch häufiger betroffen als Männer, das Verhältnis beträgt etwa 3 zu 2. Bei der Anorexie und der Bulimie sind vor allem Frauen betroffen. Das Kernsymptom von Binge Eating ist der Kontrollverlust über die Nahrungsaufnahme. Betroffene belohnen sich mit Nahrungsmitteln, eine erhöhte allgemeine Impulsivität begünstigt diesen Kontrollverlust. Gerade diese

ZUR KRANKHEIT

Die Binge-Eating-Störung ist eine Essstörung, bei der es zu periodischen Heissungeranfällen mit Verlust der bewussten Kontrolle über das Essverhalten kommt. Als Kriterium gelten mindestens zwei Essanfälle pro Woche über einen Zeitraum von mindestens sechs Monaten. Der Anfall wird dabei nicht durch starken Hunger ausgelöst. *nid*

«Ein Kernsymptom ist die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper.»

Stephan Trier,
Ärztlicher und Klinikdirektor
Privatklinik Aadorf

Impulsivität ist bei Männern oft vorhanden, was das gehäufte Vorkommen der BES erklärt.

Sie nannten die industrialisierten Länder, also ist es ein gesellschaftliches Problem?

In diesen Ländern besteht ein Überangebot an Esswaren. Die Lebensmittelindustrie nimmt dabei eine zentrale Rolle ein. Kalorienreiche Lebensmittel sind im Verhältnis zum Einkommen in den meisten Ländern günstig und energiereiche Nahrung wird oft innerhalb kurzer Zeit gegessen. Auch der Fokus auf Bewegung und Diäten sind einer normalen Essstruktur nicht förderlich und können die Entwicklung einer Störung begünstigen.

Wie verläuft die Krankheit?

Leider fehlt bislang eine gute Datenlage bezüglich des Verlaufs; es gibt nur wenige Studien zu diesem Thema. Diese weisen darauf hin, dass BES-Patienten, die ein hoch spezialisiertes stationäres Therapieprogramm durchlaufen, gute Remissionsraten, also Phasen ohne Essanfälle, haben: 6 Jahre nach der Therapie sind 80 Prozent und 12 Jahre nach der Therapie noch 70 Prozent ohne wesentliche Symptome.

Wie lange dauert es, bis jemand als geheilt gilt?

Die rückblickend erfasste Krankheitsdauer beträgt 14,4 Jahre. Länger als die der Anorexie beziehungsweise die der Bulimie.

Das ist ziemlich lange.

Verschiedene Faktoren wie Stress, schlechte Impuls- und Emotionsregulation, also negative Stimmung, ein negatives Körperbild, ein ungünstiger Ess- und Ernährungsstil und die Verfügbarkeit der Lebensmittel können verlängern wirken.

Wie schnell suchen Betroffene Hilfe?

Leider viel zu spät. Gründe hierfür sind die hohe Scham, die Betroffene haben, aber auch ein



Stephan Trier ist Direktor der Privatklinik Aadorf, die eine neue Therapie für Binge Eating anbietet.

Enzo Lopardo

«Männer sind oft impulsiver, was den Kontrollverlust begünstigt.»

Stephan Trier,
Ärztlicher und Klinikdirektor
Privatklinik Aadorf

Mangel an hoch spezialisierten Behandlungsangeboten. Im letzten Jahr führten wir ein Modellprojekt für Patientinnen mit BES durch, das sehr gute Behandlungsergebnisse zeigte. Es stiess auf grosse Nachfrage, was uns bewog, dieses Therapieangebot auszubauen und auch Männern zur Verfügung zu stellen. Dies, zumal es schweizweit bis heute keine spezialisierten stationären Therapieangebote für BES gibt.

Wo setzt ihr Angebot an?

Das primäre Behandlungsziel bei Binge Eating ist, das schwer gestörte Essverhalten zu normalisieren und die Lebensqualität anhaltend zu verbessern. Zudem adressieren wir die zugrunde liegenden psychischen Probleme der Patienten und arbeiten sie psychotherapeutisch auf. Das langfristige Ziel für die Patienten ist eine regelmässige Essstruktur ohne Essanfälle, ein ausgewogenes Mass an Bewegung und befriedigende Sozialkontakte. Das Erreichen und Halten eines gesundheitlich unbedenklichen Gewichts ist ein weiteres Ziel.

Wie gehen Sie die psychischen Probleme an?

Die Patienten sollen lernen, Emotionen besser wahrzunehmen, auseinanderzuhalten und zu regulieren. Ein Kernsymptom ist die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Wir versuchen, Fertigkeiten zur Körperwahrnehmung und zur Steigerung des Selbstwerts zu vermitteln.

Wie lange dauert die stationäre Therapie?

Das Behandlungsprogramm an der Privatklinik Aadorf dauert acht Wochen.

Können sich nur privat versicherte Patienten die Behandlung in der Privatklinik leisten?

Nein, die Behandlung wird wie bei jeder diagnostizierten Krankheit von der Grundversicherung übernommen. Zwei Drittel unserer Patienten sind im Übrigen allgemein versichert. Bei der Bezeichnung Privatklinik geht es lediglich um die Eigentümerverhältnisse, wir gehören der privaten Di-Gallo-Gruppe und nicht etwa einem Kanton.

Kann eine Magenverkleinerung helfen oder ist das reine Symptombekämpfung?

Wenn konservative Behandlungsmethoden zu keiner genügenden Gewichtsreduktion

führen, kann Chirurgie eine Alternative sein. Die Magenverkleinerung und die verkürzte Aufnahmestrecke im Dünndarm führen meist zu einer deutlichen Gewichtsabnahme und verringern die Risiken, die mit Übergewicht zusammenhängen. Damit sind die der BES zugrunde liegenden psychischen Probleme jedoch nicht gelöst.

Was heisst das?

Studien zeigen, dass psychische Probleme oder Alkoholprobleme nach solchen Operationen oft vorkommen. Es ist deshalb wichtig, dass Betroffene auch nach der Operation von auf BES spezialisierten Fachleuten psychotherapeutisch begleitet werden.

Interview: Nicole Döbeli

ZUR PERSON & KLINIK

Dr. med. Stephan Trier ist seit 2009 Ärztlicher Direktor und seit 2015 zusätzlich Klinikdirektor der Privatklinik Aadorf. Er ist ausgebildeter Facharzt Psychiatrie und Psychotherapie und absolvierte ein Masterstudium in Health Administration. Er arbeitete zuvor an verschiedenen psychiatrischen Kliniken im Grossraum Zürich, unter anderem am Universitätsklinikum am Zentrum für Essstörungen. Die Privatklinik Aadorf bietet stationäre und ambulante Angebote für Psychotherapie, Psychosomatik und Psychiatrie. *nid*

Geisterfahrer ermittelt

WIESENDANGEN Die Kantonspolizei Thurgau hat einen Geisterfahrer ermittelt, der im Juni auf der Autobahn A7 bei Bertschikon unterwegs war. Am 10. Juni kurz vor 12 Uhr hatten mehrere Automobilisten der kantonalen Notrufzentrale gemeldet, dass auf der Fahrbahn Konstanz zwischen Attikon und dem Rastplatz Kefikon ein Geisterfahrer unterwegs sei. Mehrere Patrouillen der Kantonspolizei Thurgau rückten umgehend aus, konnten jedoch den Falschfahrer nicht mehr antreffen.

Dank der guten Beschreibung eines Automobilisten konnte die Kantonspolizei Thurgau den verantwortlichen Lenker nun ermitteln, wie sie in einer Mitteilung schreibt. Es handelt sich um einen 70-jährigen Schweizer aus dem Kanton Zürich. Gegenüber den Polizisten gab er an, dass er dachte, er befinde sich auf einer Hauptstrasse. Deshalb habe er sein Fahrzeug gewendet. Zudem sei er durch das Navigationsgerät abgelenkt gewesen. Der Mann wird bei der zuständigen Staatsanwaltschaft zur Anzeige gebracht. *red*

Bahnübergang gesperrt

ELSAU Der Bahnübergang beim Bahnhof Schottikon in Elsau muss wegen dringender Unterhaltsarbeiten für sämtlichen Verkehr gesperrt werden. Wie die Behörde mitteilt, dauert die Sperrung vom Montag, 25. Juli, 21.30 Uhr, bis Donnerstag, 28. Juli, 17 Uhr. Die Arbeiten der SBB umfassen den Austausch von Schienen, Bahnübergangsplatten und defekten Befestigungen sowie Belagsausbesserungen. Diese temporäre Sperrung wird im Dorf Elsau bei der Einmündung in die Schottikerstrasse signalisiert. Es wird jedoch keine Umleitung ausgeschildert. Für Fussgänger bleibt die Personenunterführung jederzeit benutzbar. *red*

Überraschende 1000er-Spende

NÜRENSDORF Als Anerkennung für den Einsatz im Streitfall Eigental erhält der lokale Naturschutzverein eine Spende des Gewerbevereins.

Rund 1000 Franken hat der Gewerbeverein Bassersdorf-Nürensdorf neulich dem lokalen Naturschutzverein (NBN) überwiesen. Hintergrund der grosszügigen Aktion sei das «kooperative Verhalten» der lokalen Naturschützer am runden Tisch, wo um eine Lösung im gesperrten Eigental gerungen wurde. Dort habe der ortsansässige Naturschutzverein mit innovativen Ideen überrascht, bestätigt Gewerbevereinspräsident Roger Bösch, der ebenfalls in der Runde vertreten war. Die gespendete Summe stamme von bezahlten, aber nicht eingelösten Einkaufsgutscheinen, erklärt er. In früheren Jahren hatten die Gewerbetreibenden diese Überschüsse der Ortsbibliothek oder zugunsten von Sitzbänken gespendet. Dank des Vorschlages der lokalen Naturschützer soll es im Eigental nun zu einer Kompromisslösung kommen, die vorsieht, dass die Strasse noch ein letztes Mal saniert und dann auf zehn Jahre befristet befahrbar gemacht wird. *cwü*