

## Therapieangebot

Unser Konzept kombiniert verhaltenstherapeutische und psychodynamische Ansätze und umfasst folgende Bausteine:

- Einzelgespräche und Gruppentherapie
- Entspannungsverfahren
- Kunsttherapie/Konzentration
- Bewegungstherapie/Körperbildtherapie
- Esstagebuchbesprechung und Essbegleitung
- Medizinische und pflegerische Betreuung, Beratung und Behandlung
- Physiotherapeutische Mitbehandlung falls erforderlich
- Paar- und Familiengespräche
- Sozialarbeiterische Beratung
- Nachsorge und Unterstützung bei der Vermittlung in Selbsthilfegruppen und/ oder ambulante Psychotherapie



In Kliniknähe liegt die Haltestelle „Marienhospital“. Sie ist mit der Straßenbahn der Linie 903 (Richtung Dinslaken Bf/DU-Hüttenheim) zu erreichen. Es steht ein gebührenpflichtiger Parkplatz zur Verfügung.

### Helios Marien Klinik Duisburg

Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie  
Chefärztin Dr. med. Carmen Blaschke

Grunewaldstraße 96, 47053 Duisburg

Sekretariat: Jeannette Fischer  
T (0203) 546-341 01  
F (0203) 546-341 09  
jeannette.fischer@helios-gesundheit.de  
www.helios-gesundheit.de/duisburg

#### IMPRESSUM

Verleger: Helios Klinikum Duisburg GmbH,  
An der Abtei 7-11, 47166 Duisburg  
Druckerei: FLYERALARM GmbH, 97080 Würzburg

Patienteninformation

# Esstörungen bei Männern

Helios Marien Klinik Duisburg

## Wer stellt uns Patienten vor?

**Betroffene, Ärzt:innen, Therapeut:innen und Angehörige können sich an uns wenden.**

Wenn Sie an einer stationären Behandlung interessiert sind, wenden Sie sich bitte an unser Sekretariat. Dort kann ein Termin für ein Vorgespräch vereinbart werden.



## Essstörungen bei Männern

Trotz der verbreiteten Meinung, Essstörungen seien ein Frauenproblem, sind mindestens zehn Prozent der Betroffenen männlich. Häufig suchen sie aber erst spät Unterstützung, denn die Hemmschwelle, sich mit einer vermeintlichen Frauenkrankheit behandeln zu lassen ist hoch.

### Wie erkennt man Essstörungen?

- Es besteht Über- oder Untergewicht, Normalgewicht und /oder starke Gewichtsschwankungen
- Beginnend mit einem gesundheitsbewussten Ernährungsstil oder einem umfassenden Bewegungsprogramm werden Themen wie Figur, Körperbild, Aussehen, Körpergewicht, Muskelmasse, Training und das Thema Ernährung oder Nahrungsergänzungsmittel zum Lebensmittelpunkt.
- Gewichtsschwankungen, die Angst vor einer Gewichtszunahme oder Abnahme der Muskelmasse beeinflussen das Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl.
- Das Gewicht wird durch Hungern, Erbrechen, Abführmittel, übermäßigen Sport, Zusatzstoffe oder Medikamente beeinflusst.

### Welche Formen gibt es?

- **Anorexia nervosa** geht mit einer gestörten Körperwahrnehmung einher. Trotz selbst herbeigeführtem Untergewicht empfinden sich Betroffene als „zu dick“.
- **Bulimia nervosa** äußert sich durch wiederholte Heißhungerattacken und Essanfälle, gefolgt von Erbrechen oder anderen gegenregulatorischen Maßnahmen. Die Erkrankung geht mit Unter-, Normal- oder Übergewicht einher, wobei Betroffene meist ein sehr schlankes Körperideal haben.
- **Biggorexie/ Muskeldysmorphie** geht mit intensiven negativen Gefühlen in Bezug auf einen als nicht ausreichend muskulös erlebten Körper einher. Es folgt der Versuch, exzessiv Muskeln aufzubauen.
- **Binge Eating** äußert sich durch Heißhungerattacken und Essanfälle oder Daueressen mit Kontrollverlust und nachfolgenden negativen Stimmungen. Auslöser sind z.B. belastende Emotionen. Häufig fehlt eine Essstruktur.
- **Adipositas**  
Nur wenn der Adipositas eine Essstörung (s.o.) zugrunde liegt, sind essstörungsspezifische Behandlungen indiziert.  
  
Mischformen oder Wechsel der Essstörungssymptome sind nicht selten.

### Behandlungsangebot

Essstörungen sind ernstzunehmende Erkrankungen, hinter denen unterschiedliche seelische Probleme stecken können. Daher ist ein frühzeitiges Erkennen mit Beratung und Behandlung entscheidend für den Therapieerfolg.

Unsere Patienten sind Männer und Frauen ab dem 18. Lebensjahr. Den Besonderheiten der Behandlung männlicher Essgestörter wird dabei Rechnung getragen.

In einem ambulanten Vorgespräch klären wir, ob eine Behandlung auf unserer spezialisierten Station A2-2 sinnvoll ist.

Wir behandeln auch Essstörungen in Kombination mit anderen psychischen Erkrankungen wie z.B. Ängsten, Depressionen, Traumafolgestörungen oder Störungen des Selbstwertgefühls.

### Behandlungsdauer

Die stationäre Behandlungsdauer ist individuell unterschiedlich. In Einzelfällen erfolgt im Anschluss eine Phase der integrierten tagesklinischen Behandlung.

Voraussetzung für eine Aufnahme sind die eigene Motivation der Patienten und die damit verbundene Bereitschaft, eine Therapievereinbarung abzuschließen.