

# Mehr als nur Kalorien und Gewicht: Was wirklich hinter Essstörungen steckt und wie Eltern frühzeitig Muster erkennen – und ihre Kinder wirkungsvoll stärken können

- » **Erschreckende Entwicklung:** Kinder und Jugendliche erkranken immer häufiger an Essstörungen
- » **Komplexe Erkrankung:** Die Rolle der Nahrungsaufnahme ist nur die Spitze des Eisbergs
- » **Renommiertes Treatment-Center THE BALANCE RehabClinic verrät, wie Eltern von Betroffenen ihren Kindern helfen können**

(Mallorca/Zürich, Februar 2025) Die Zahl der Menschen mit Essstörungen in Deutschland steigt seit Jahren besorgniserregend an. Experten schätzen, dass rund 10 Prozent der Bevölkerung an einer Essstörung leiden. Besonders junge Frauen und zunehmend auch Männer sind von Krankheiten wie Bulimie, Binge-Eating-Störung oder Magersucht betroffen. THE BALANCE RehabClinic, ein Luxus-Treatment-Center zur Behandlung von psychischen Problemen und Suchterkrankungen, beobachtet einen ähnlichen Trend: „Die Anzahl unserer Kunden, die wir wegen einer Essstörung letztes Jahr behandelt haben, ist gegenüber 2023 um ein Fünffaches gestiegen. Davon betroffen waren 95 Prozent Frauen und 5 Prozent Männer“, so Dr. Sarah Boss, Klinikleitung von THE BALANCE. Was aber noch erschreckender ist: Unter den Erkrankten sind auch immer mehr Kinder und Jugendliche. „Wir behandeln zwar hauptsächlich junge Frauen im Alter von 17 bis 25 Jahren mit Essstörungen, doch wir stellen fest, dass sie zunehmend jünger werden“, so Boss. Das Expertenteam von THE BALANCE RehabClinic verrät, wie man Essstörungen rechtzeitig erkennt, versteht und wirksam behandelt.

„Wir vergleichen Essstörungen mit einem Eisberg: Die Rolle des Essens ist nur die Spitze des Eisbergs, aber unter Wasser befindet sich ein riesiges, komplexes Muster: der familiäre, der genetische und der gesellschaftliche Einfluss sowie der der sozialen Medien“, so Dr. Sarah Boss. Für Erkrankte stellen Essstörungen nicht nur körperliche, sondern vor allem psychische Herausforderungen dar, die ohne rechtzeitige Hilfe schwerwiegende gesundheitliche Folgen haben können. Denn Essstörungen weisen mit 26 Prozent die höchste Sterblichkeitsrate aller mentalen Krankheiten auf. Aus diesem Grund muss man sie ernst nehmen und an der Wurzel packen, nicht nur die Symptome behandeln. Aber wie machen sich Essstörungen bemerkbar?

### Erste Anzeichen erkennen

Häufig lässt sich gar nicht auf den ersten Blick erkennen, ob jemand eine Essstörung hat, denn Betroffene sind nicht immer über- oder untergewichtig.



THE BALANCE  
RehabClinic

[Download Bildmaterial](#)



Abdullah Boulad, Gründer und Geschäftsführer von THE BALANCE RehabClinic



Drastischer Anstieg: Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden unter Essstörungen.



Dr. Sarah Boss, Klinikleitung bei THE BALANCE RehabClinic

mehr >>

## Presseinformation

---

Die ersten Anzeichen einer Essstörung sind vielmehr oft subtil und entwickeln sich schleichend. Menschen mit Essstörung beschäftigen sich zunehmend mit Ernährung und Gewicht, zählen Kalorien, meiden bestimmte Lebensmittel oder lassen Mahlzeiten aus. Auffällige Essrituale, sozialer Rückzug und Unwohlsein beim Essen in Gesellschaft können weitere Hinweise sein. Auch ein verzerrtes Körperbild spielt eine Rolle: Trotz normalem oder niedrigem Gewicht empfinden sich Betroffene als „zu dick“ – nicht selten sind die sozialen Medien schuld. „In unserer Klinik beobachten wir außerdem, dass junge Klientinnen oft aufgrund von schwierigen Familiendynamiken erkrankt sind. Häufig sind es Töchter von bekannten CEOs, Royals oder Prominenten. Ähnlich ist es bei unseren älteren Klientinnen. Viele sind die Ehefrauen von großen Leistungsträgern und namhaften Investoren und erkranken häufig aufgrund von dem gesellschaftlichen Druck, die ‚perfekte Vorzeigefrau‘ zu sein“, so Boss. Es ist wichtig, zu verstehen, dass Menschen mit Essstörungen ihre Symptome brauchen. „Sie sind wie ein Schutz für verletzliche Teile; sie haben eine Funktion. Die Symptome geben ihnen ein Gefühl der Kontrolle, eine Befreiung von Stress oder erlauben ihnen, sich stark zu fühlen. Wir müssen mit ihnen arbeiten“, so Dr. Boss.

### Der Teufelskreis des Kontrollverlusts

Essstörungen beginnen oft als Versuch, Kontrolle über das eigene Gewicht, die Emotionen oder das Leben zu gewinnen. Das Einschränken von Essen oder von Gewicht, übermäßiges Essen oder Entschlacken – all diese Verhaltensweisen haben eine betäubende Wirkung auf die emotionalen oder inneren Zustände, so Klinikleiterin Dr. Sarah Boss. „Wir wissen, dass dieses Verhalten enorme Auswirkungen auf die neuronalen Systeme im Gehirn hat. In unserer Klinik beobachten wir, dass Betroffene mit schwerwiegenden körperlichen Symptomen zu uns kommen, die sich unter anderem auf ihre kognitiven Prozesse, ihre Selbstwahrnehmung sowie auf ihre emotionale Regulierung auswirken. Das Letzte, was sie gefragt werden wollen, ist, wie sie sich fühlen oder was sie in ihrem Körper spüren, da das sehr bedrohlich für sie sein kann. Das macht die Behandlung so komplex“, so Boss.

### Zurück zur Balance

Um Essstörungen erfolgreich zu behandeln, ist es sowohl für Ärzte als auch für Angehörige der Betroffenen essenziell, zu verstehen, dass die Problematik nicht im Essen liegt, sondern in der Beziehung zum Essen. Jedoch wird viel zu wenig über die Wurzel der Symptome, nämlich die mentalen Gesundheitsprobleme berichtet, was dazu führt, dass zahlreiche Kliniken immer noch mit Zwangsernährung arbeiten. „Diese vergeblichen Therapieversuche sind für Betroffene nicht förderlich und zusätzlich traumatisierend. Bei THE BALANCE arbeiten wir mit einem multidisziplinären Expertenteam von Psychologen, Ärzten, Fitnesstrainern und Ernährungsberatern. Dabei wenden wir Verfahren wie die Integrative Medizin, Somatic Experiencing (körperorientierte Behandlung von Traumata) und das IFS-Modell (Systemische Therapie) an, um Essstörungen erfolgreich zu behandeln. Indem wir mit dem Nervensystem arbeiten, können sich die Betroffenen wieder mit sich selbst verbinden, ohne erneut traumatisiert zu werden, so Dr. Boss.

---



**THE BALANCE**  
RehabClinic



Betroffene von Essstörungen werden bei THE BALANCE RehabClinic in luxuriöser Umgebung behandelt.



Für jeden Klienten von THE BALANCE RehabClinic fertigen die Experten des geschulten Teams ein individuelles Behandlungsprogramm an.



Mit innovativen und ganzheitlichen Ansätzen verhilft das Klinik-Team den Betroffenen wieder zu einem gesunden Leben.

mehr >>

## Presseinformation

---

Heilung ist kein geradliniger Prozess, aber jeder Schritt zählt. Mit den richtigen Hilfsangeboten und einem starken Netzwerk ist die Rückkehr zu einem selbstbestimmten, gesunden Leben möglich.

THE BALANCE RehabClinic empfiehlt Betroffenen oder deren Angehörigen als ersten Schritt, den Hausarzt aufzusuchen. Dieser kann sich ein ganzheitliches Bild machen und weitere therapeutische Maßnahmen verordnen, die von Gesprächstherapie und Ernährungsberatung bis hin zu stationären Aufenthalten, z. B. in THE BALANCE RehabClinic, reichen.

Mehr Informationen rund um Essstörungen und deren Behandlungsmöglichkeiten finden Sie unter [www.thebalancerehabclinic.de/essstörung](http://www.thebalancerehabclinic.de/essstörung).

### Über THE BALANCE RehabClinic:

THE BALANCE RehabClinic ist ein Luxusretreat auf Mallorca, das sich auf exklusive und diskrete Rehamaßnahmen spezialisiert hat. Gründer und Geschäftsführer von THE BALANCE RehabClinic ist der Schweizer Unternehmer Abdullah Boulad (45). Mit einem multidisziplinären Team von rund 150 Ärzten, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Personal Managern und einer ganzen Reihe von Komplementärtherapeuten hat er eine der weltweit renommiertesten Therapieeinrichtungen für Suchtprobleme, psychische Erkrankungen und Gesundheitsfragen geschaffen. Hier bietet er seinen Klienten individuell zugeschnittene Kuren in luxuriöser Umgebung an. Das Angebot umfasst die drei Säulen Suchttherapie (Alkohol, Drogen, Medikamente, Sex etc.), psychische Erkrankungen (Angststörungen, Burn-out, Depression, Trauma und posttraumatische Belastungsstörung) und Gesundheitsbehandlungen (Stress, Anti-Aging, chronische Schmerzen, Schlafstörungen etc.). Ein Schwerpunkt des evidenzbasierten medizinischen Konzepts von THE BALANCE RehabClinic ist auch der Einsatz neuester wissenschaftlicher und technologiebasierter Therapieansätze, wie Neuro- und Biofeedbacksysteme oder transkranielle Gleichstromstimulation, für die das Unternehmen permanent hohe Summen in neue Technologien und medizinische Geräte investiert. Ärztliche Leiterin ist Dr. med. Sarah Boss. THE BALANCE ist ausschließlich für Privatpatienten. <https://balancerehabclinic.de>



### **Weitere Informationen**

Deutscher Pressestern®  
Bierstadter Straße 9 a  
65189 Wiesbaden, Germany  
[www.dps-news.de](http://www.dps-news.de)

#### **Julia Heirich**

E-Mail: [j.heirich@dps-news.de](mailto:j.heirich@dps-news.de)  
Tel.: +49 611 39539-22

#### **Anke Loeppke**

E-Mail: [a.loepke@dps-news.de](mailto:a.loepke@dps-news.de)  
Tel.: +49 611 39539-13



DEUTSCHER PRESSESTERN