

Traditionelle Chinesische Medizin

Essstörungen

Wichtiger Hinweis für den Benutzer

Die Voraussetzung für dieses Buch sind theoretische Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, besonders das Wissen um:

- äußere pathogene Faktoren¹ in der TCM²
- Zang Fu³

Das Buch über Essstörungen dient dazu, sich mit der Thematik vertraut zu machen und die innere Struktur zu erkennen. Es eignet sich jedoch nicht dazu, sich autodidaktisch die Fähigkeiten anzueignen, um eigenverantwortlich zu therapieren. Das Buch kann deshalb eine qualifizierte Ausbildung oder die Anleitung eines erfahrenen Therapeuten nicht ersetzen. Es wird jedoch eine Hilfe beim Erlernen der Thematik darstellen.

Dieses Werk, einschließlich aller Teile, ist zudem urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Autoren unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Werke.

Zuschriften und Kritik bitte an:

books & music, Großwiesenstr. 16, 78591 Durchhausen

¹ Äußere pathogene Faktoren, Chinesisch Liu Yin.

² TCM für Traditionelle Chinesische Medizin.

³ Zang Fu ist das Organsystem in der TCM.

Inhaltsangabe

Produktionshinweis	Seite 2
Inhaltsangabe	Seite 3
Vorwort „Essstörungen“	Seite 4
Historisches	Seite 5
Kunst und Literatur	Seite 5
Epidemiologie	Seite 7
Essstörungen gemäß ICD 10	Seite 8
Warnende Anzeichen	Seite 11
Anorexia nervosa	Seite 13
Anorexia nervosa in der TCM	Seite 17
Bulimia nervosa	Seite 32
Bulimia nervosa in der TCM	Seite 35
Binge Eating Störung	Seite 56
Binge Eating Störung in der TCM	Seite 57
Adipositas	Seite 63
Adipositas in der TCM	Seite 66
Differentialdiagnose	Seite 80
Anorexie	Seite 80
Kachexie	Seite 81
Erbrechen	Seite 82
Obstipation	Seite 85
Diarrhoe	Seite 87
Literaturverzeichnis	Seite 90
Buch- und DVD-Tipps von Marika Jetelina	Seite 97
Weitere Verlagspublikationen	Seite 98
Die Autoren	Seite 99
Weitere Empfehlungen	Seite 100

Historisches

Essstörungen wurden im historischen Kontext erst mit dem 18. Jahrhundert genauer diskutiert und rückten in den Blickwinkel der Menschen und der Medizin.

Anorexia nervosa

Die Historikerin Olwen Hufton schreibt, dass vermutlich einige der „heiligen“ Frauen der Frühen Neuzeit, die angaben, keine Nahrung zu benötigen oder nur von Hostien zu leben, an Anorexie litten.⁴

Die erste veröffentlichte Arbeit zur Anorexia nervosa, damals noch unter der Bezeichnung „Anorexia hysterica“, stammt von dem Engländer William Gull. Er veröffentlichte 1868 drei Fallberichte.⁵ Dabei konzentrierte er sich auf die Beschreibung somatischer Veränderungen.

Der französische Internist Ernest-Charles Lasègue beschrieb 1873 auf der Basis von acht Fällen die Anorexia hysterica als einheitliches Krankheitsbild.⁶ Dabei grenzte Lasègue die Symptome vom extremen Fasten ab, indem er die Überaktivitäten der erkrankten Personen hervorhob.

Die „Anorexia hysterica“ ist damit die erste als Entität beschriebene Essstörung. Beide Autoren betonten den psychogenen Zusammenhang der Krankheit.

Kunst und Literatur

Ein Hungerkünstler von Franz Kafka bearbeitet das Thema der Magersucht als Allegorie. Kafka galt als magersüchtig⁷.

Die Französin Isabelle Caro war 1,64 Meter groß und wog 31 Kilogramm. Sie wurde 2007 als „Mager-Model“ bekannt, als der Fotograf Oliviero Toscani sie für eine Kampagne gegen Magersucht fotografierte. Die Bilder der abgemagerten, nackten jungen Frau hingen in den Straßen der Modemetropolen Mailand, Rom und Paris und erregten großes Aufsehen. Caro erkrankte im Alter von 13 Jahren an Magersucht. Bewusst ging sie mit ihrer Krankheit an die Öffentlichkeit, hielt Vorträge und schrieb eine Autobiographie über ihr Leiden. Diese erschien 2008 mit dem Titel „Das kleine Mädchen, das nicht dick werden wollte“. Caro starb im November 2010 an einer Lungenentzündung.⁸

⁴ Olwen Hufton, Frauenleben. Eine europäische Geschichte 1500-1800. Frankfurt 1998.

⁵ W. Gull, Anorexia nervosa (apepsia hysterica, anorexia hysterica, 1868).

⁶ C. Lasègue, On hysterical anorexia, 1873.

⁷ Andrew E. Slaby, Randall Dwenger, History of Anorexia Nervosa, The Eating Disorders. 1993.

⁸ Magermodel Caro stirbt an Lungenentzündung. zeit.de. 29. Dezember 2010.

Das Buch „Der Struwwelpeter“ des Frankfurter Arztes und Psychiaters Heinrich Hoffmann aus dem Jahr 1845 zählt zu den erfolgreichsten Kinderbüchern. Das Bilderbuch enthält mehrere Geschichten, unter anderem den Suppenkasper.

Bulimia nervosa

Die Bulimia nervosa wurde als eigenständiges Krankheitsbild erstmals 1980 im DSM-III⁹ aufgenommen. Bei Bulimia nervosa kommt es zu Heißhungerattacken und oft selbst induziertem Erbrechen.

Binge Eating Störung

Die Binge Eating Störung wurde schon 1959 als Begriff geprägt, als eigenständige Diagnoseform ist sie aber erst seit 1994 gebräuchlich. Wir finden die Kriterien der Binge Eating Störung im DSM-IV¹⁰.

Adipositas

Adipositas reicht weit in die Vergangenheit zurück - erinnern wir uns an die wohlhabenden Patrizier im alten Rom. Aber auch in der nahen Vergangenheit finden wir Adipositas als Schönheitsideal. Denken wir zum Beispiel an die Kunstwerke, Bilder und Gemälde bei Rubens. Das übermäßig zahlreiche Auftreten der Fettsucht ist eindeutig mit dem Wohlstandssyndrom, besonders in den westlichen Ländern, vergesellschaftet. In Entwicklungsländern werden wir selten adipöse Personen vorfinden.

⁹ Amerikanisches Klassifikationssystem seelischer Erkrankungen „Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders“.

¹⁰ Amerikanisches Klassifikationssystem seelischer Erkrankungen „Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders“.

Anorexia nervosa in der Traditionellen Chinesischen Medizin

In der TCM¹⁷ versucht man die Krankheitssymptome zu identifizieren. Hierzu gibt es unterschiedliche Identifikationsmuster.

Eine beliebte Möglichkeit die Identifikationsmuster zu diskutieren ist nach dem Zang Fu Muster¹⁸.

Wir kennen hier oberflächlich betrachtet, sowohl:

- Fülle-Muster
- Leere-Muster

Fülle-Muster

- Leber-Qi-Stagnation¹⁹
- Kälte attackiert den Magen
- Hitze / Feuer²⁰ attackiert den Magen

Leere-Muster

- Magen-Qi-Schwäche
- Milz-Qi-Schwäche

¹⁷ Abkürzung für Traditionelle Chinesische Medizin.

¹⁸ Zang Fu sind die chinesischen Organmuster.

¹⁹ Alternativ wird in der Literatur auch von Leber-Qi-Stase oder Leber-Qi-Obstruktion geschrieben.

²⁰ Die Begriffe Hitze und Feuer werden oft in der Literatur synonym verwendet.

Bulimie

Bulimie ist auch unter dem Synonym Bulimia nervosa oder Ess-Brech-Sucht bekannt. Die genaue Übersetzung aus dem Griechischen ist „Ochsenhunger“.

Typischerweise geht die Bulimia nervosa mit Heißhungerattacken und dem Hinunterschlingen von großen, insbesondere auch Kalorien reichen Nahrungsmengen einher. An Nahrung wird aufgenommen was zu bekommen ist, mit anschließendem Herauswürgen oder Erbrechen. Das Abführen mit Abführmittel oder diuretischen Maßnahmen ist ebenfalls bekannt.

Viele Patienten mit Bulimie weisen ein normales Körpergewicht auf, feststellbar sind aber trotzdem Symptome einer Mangelernährung.

Wir können folgende Merkmale beobachten

- Heißhunger
- Fressanfälle, „Gier nach Nahrungsmitteln“
- künstliches Erbrechen
- Missbrauch von Abführmitteln, Schilddrüsenpräparaten, Appetitzüglern
- Ekel und Angst vor der Gewichtszunahme

Epidemiologie

Etwa 1 – 2 % der Bevölkerung leidet an Bulimie, wobei davon etwa 90 % der Betroffenen Frauen sind. Die Erkrankung beginnt in späten Jugendjahren oder frühem Erwachsenenalter, etwa zwischen dem 18.- 30 Lebensjahr.

Ursachen

- psychische Störungen
- Abhängigkeit
- Selbstunsicherheit
- soziale Überforderung
- Unzufriedenheit mit der eigenen Person
- Unzufriedenheit mit der Lebenssituation

Binge Eating Störung

Die Binge Eating Störung, auch Binge Eating Disorder ist eine Sonderform bei den Essstörungen und ein relativ neuer Krankheitsbegriff. Man könnte diesen auch mit Essattacken-Störung übersetzen.

Die Binge Eating Störung bildet eine Zwischenform zu Anorexia nervosa und Bulimia nervosa, wobei die Ähnlichkeit zu Bulimia nervosa im Vordergrund steht.

Interessanter Weise ist der Anteil der Männer bei dieser Störung deutlich höher.

Folgende Symptome liegen vor:

- Fressattacken mit Kontrollverlust
 - schnelles Essen
 - große Mengen
 - alleiniges Essen
 - schlechtes Gewissen
 - Eignekel
- KEINE abführenden Maßnahmen, wie zum Beispiel
 - Erbrechen
 - Fasten
 - Sport
- Fresssucht ohne Gewichtsabnahme
 - Übergewicht
 - schnelles Essen
 - Essen ohne Hungergefühl
 - verstecktes Essen
 - hoher Leidensdruck

Ursachen

- Adipositas schon im Kindesalter
- fettreiche Ernährung
- mangelnde Konfliktbewältigung
- depressive⁴⁴ Zustände in der Vergangenheit
- nervliche Belastung als Auslöser für Fressattacken
- Unzufriedenheit mit sich selbst, der Figur

⁴⁴ Buchtipp: Depressive Störung in der TCM, Franz Thews, ISBN: 978-3-936456-33-2.

Adipositas

Adipositas kann noch als:

- Obesitas
- Übergewicht
- Fettsucht
- Fettleibigkeit

bezeichnet werden.

Von Adipositas spricht man, wenn bestimmte Normalwerte überschritten werden. Diese lassen sich berechnen, zum Beispiel nach:

- Broca-Formel
 - $\text{kg} = \text{Körpergröße in cm} - 100$ (Variationsbreite 10 – 20%) von Übergewicht spricht man ab Werten über 20% Erhöhung
- Body-Mass-Index
 - $\text{kg} : \text{Körpergröße m}^2$ (Frauen: 19-24 / Männer 20-25kg/m²)

Adipositas ist ein Wohlstandssyndrom, dessen Ursache vor allem zu finden ist in:

- übermäßiger Kaloriezufuhr im Verhältnis zum Bedarf (95%)

Sekundär durch organische Erkrankungen:

- Hypothyreose
- M. Cushing
- Überfunktion von Hypophyse oder NNR
- Unterfunktion der Ovarien
- Pubertätsfettsucht
- Fettsucht im Klimakterium
- Bulimie
- Binge Eating Störung