062/2023 25.7.2023

**Wie wirksam ist Psychotherapie bei Essstörungen?**  
**Universität Osnabrück sucht Betroffene für eine Online-Studie**

„Die Essstörung war meine beste und einzige Freundin.“ Solche oder ähnliche Aussagen werden von fast allen Betroffenen einer Essstörung getätigt und zeigen, wie sehr die Erkrankung zur Isolation führen kann. Die Verbesserung von sozialen Beziehungen ist ein Baustein von vielen, der in der Psychotherapie von Essstörungen aufgegriffen wird. Die Universität Osnabrück untersucht nun, welche Therapiebestandteile von Betroffenen als hilfreich empfunden werden und sucht dafür Studienteilnehmende jeglichen Geschlechts und jeglicher Geschlechtsidentität. Interessierte können sich bei der Studienleiterin Friederike Holtmann per E-Mail melden unter kpp-study@uni-osnabrueck.de

Essstörungen zählen zu den psychischen Erkrankungen mit den gravierendsten körperlichen und psychosozialen Folgen. „Die Betroffenen leiden unter einer Vielzahl an organischen Folgeerkrankungen, wie zum Beispiel Herzrhythmusstörungen, Zyklusstörungen oder Osteoporose“, erklärt die Psychologin Friederike Holtmann von der Uni Osnabrück. Außerdem berichten Betroffene von einer Vielzahl an Konsequenzen in sozialen, schulischen und beruflichen Bereichen, indem sich beispielsweise die Qualität und Anzahl der sozialen Kontakte massiv verschlechtern. Generell gehören Essstörungen zu den psychischen Erkrankungen mit den höchsten Sterberaten.

Diese potenziell lebensbedrohlichen Folgen zeigen auf, wie wichtig eine effektive Behandlung von Essstörungen ist. Dem entgegen stehen die bisher weiterhin nicht zufriedenstellenden Behandlungserfolge von Essstörungen, insbesondere bei der Magersucht. „Eine Psychotherapie stellt bei der Behandlung von Essstörungen das Mittel der Wahl dar“, so Holtmann „In dieser wird daran gearbeitet, ein regelmäßiges Essverhalten auf- sowie Diätverhalten und Essanfälle abzubauen. Parallel steht eine Verbesserung des Körperbildes der Betroffenen im Fokus der Therapie.“ Ergänzend dazu werden neue Strategien zum Umgang mit Emotionen erarbeitet. Auch eine Verbesserung im Umgang mit Problemen im interpersonellen Bereich ist ein häufiger Bestandteil der Psychotherapie.

Aus wissenschaftlicher Sicht ist bereits viel über die einzelnen Behandlungsmethoden und dessen Wirksamkeit bekannt. Die Perspektive der Betroffenen wird dabei allerdings häufig vernachlässigt, weshalb sich die Universität Osnabrück in dem neuen Forschungsprojekt unter der Leitung von Prof. Dr. Silja Vocks nun für genau diese Perspektive interessiert. Gesucht werden Personen, die in der Vergangenheit eine Essstörungsdiagnose erhalten, die Essstörung psychotherapeutisch behandeln lassen haben und derzeit genesen sind bzw. eine deutliche Verbesserung der Symptome aufweisen. Die Studie wird online durchgeführt und dauert ca. 30 bis 45 min. Bei vollständiger Teilnahme kann an einer Verlosung von Wunschgutscheinen zwischen 15 und 50 Euro teilgenommen werden.

**Weitere Informationen für die Medien:**Friederike Holtmann, M. Sc. Psych. Universität OsnabrückDr. rer. nat. Julia Tanck, Universität OsnabrückInstitut für Psychologie, Fachgebiet Klinische Psychologie und PsychotherapieE-Mail: [kpp-study@uni-osnabrueck.de](mailto:kpp-study@uni-osnabrueck.de)Instagram Klinische Psychologie Osnabrück: koerperbildforschung