

Laetitia Hoffmann

Anorexia Athletica

**Gesundheitliche Probleme bei
magersüchtigen Sportlern**



Laetitia Hoffmann

**Anorexia Athletica - Gesundheitliche Probleme bei
magersüchtigen Sportlern**

ISBN: 978-3-8428-1626-8

Herstellung: Diplomica® Verlag GmbH, Hamburg, 2009



Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtes.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und der Verlag, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

© Diplomica Verlag GmbH
<http://www.diplomica-verlag.de>, Hamburg 2009



Laetitia Hoffmann

Vorwort

In den letzten Jahren ist Anorexia nervosa - oder besser: Anorexia athletica - immer häufiger im Leistungssport zu finden, schreibt W. Gawlik (2006). Bei bestimmten Sportarten wie Eiskunstlauf, Marathon, Skispringen oder Turnentreten immer mehr Fälle dieser Essstörung auf. In den Medien und im öffentlichen Bewusstsein wird dieser besonderen Form der Magersucht jedoch bisher wenig Beachtung geschenkt, es sei denn, prominente SpitzensportlerInnen liefern Schlagzeilen durch ihr persönliches Desaster (Kurbjuweit, 2001). Sie sind in der Liste prominenter Magersüchtiger von Yves Sorge (2006) am zweithäufigsten vertreten nach den SchauspielerInnen und SängerInnen.

Hier ein Auszug:

- Nadia Comăneci (Turnerin)
- Christy Henrich (Sportlerin, starb 1994 an den Folgen von Anorexia)
- Kathy Johnson (Turnerin)
- Bahne Rabe (Olympia-Sieger Rudern, starb 2001 an Magersucht)
- Sven Hannawald (Skispringer)
- Cathy Rigby (Turnerin)
- Stefan Zünd (Skispringer)

speziell im Bei der Literaturrecherche wurde mir schnell klar, dass es im deutschsprachigen Raum nur wenige wissenschaftliche Abhandlungen über Essstörungen Sport

gibt. Einige Zeitungsartikel (Geyer & Pfeil 2000) und Broschüren (Tappauf & Scheer 2007) versuchen, einen Beitrag zu einem besseren Verständnis der Tabu-Themen Bulimie und Anorexia athletica zu leisten und Möglichkeiten der Therapie aufzuzeigen.

In dieser Arbeit sollen denkbare auslösende Zusammenhänge zwischen Sport und Anorexia auf der einen Seite sowie andererseits die sich möglicherweise daraus ergebenden gesundheitlichen Probleme für den/die Sportler/in näher unter die Lupe genommen werden.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1. Formen von Essstörungen

1.1. Anorexia nervosa

1.2. Bulimia nervosa

1.3. Binge- Eating- Disorder

1.4. ED-NOS (nicht näher bezeichnete Essstörungen)

1.5. Anorexia athletica

2. Epidemiologie

3. Ätiologie der Anorexia nervosa

3.1. Persönlichkeitsbedingte Faktoren

3.2. Soziokulturelle Faktoren

3.3. Biologische Faktoren

3.4. Familiäre Faktoren

3.5. Weitere Risikofaktoren

3.6. Multifaktorielles Ätiologiemodell

3.7. Spezielle Risikofaktoren bei Sportlern

4. Sportarten mit Risikopotenzial
 - 4.1. Ästhetische Sportarten
 - 4.2. Gewichtsabhängige Sportarten
 - 4.3. Ausdauersportarten
5. Symptome der Anorexia nervosa
 - 5.1. Körperliche Symptome
 - 5.2. Soziale und psychische Symptome
6. Symptome der Anorexia athletica
 - 6.1. Körperliche Symptome
 - 6.2. Soziale und psychische Symptome
7. Diagnostik bei Anorexia
 - 7.1. Diagnostische Kriterien für Anorexia nervosa
 - 7.2. Diagnose Anorexia athletica
8. Von Anorexia athletica zur Anorexia nervosa
9. Vergleich Anorexia nervosa – A. athletica
10. Gesundheitliche Auswirkungen
 - 10.1. Zusammenhänge zwischen Sport und Ernährung
 - 10.2. Gewicht und Leistungsfähigkeit
 - 10.3. Energiebilanz und Nährstoffe

10.4. Körperliche Folgen der Anorexia nervosa /
athletica

10.5. Psychosomatische Folgen

10.6. Spezifische Probleme bei Sportlerinnen und
Sportlern

11. Therapieansätze bei Anorexia nervosa

11.1. Ernährungsschulung

11.2. Kognitive Verhaltenstherapie

11.3. Sport als Therapie

11.4. Medikamentöse Behandlung

12. Prävention bei Anorexia athletica

13. Ausblick

14. Quellenangaben

14.1. Literaturverzeichnis

14.2. Abbildungsverzeichnis

14.3. Tabellenverzeichnis

Einleitung

Das vorliegende Buch befasst sich mit der Problematik der Magersucht im Sport. Vorrangig soll Augenmerk auf mögliche Auslöser sowie auf die gesundheitlichen Folgen gelegt werden, welche sich aus dem Krankheitsbild der Anorexia nervosa allgemein und speziell für den Sportler in der Variante Anorexia athletica ergeben, selbst wenn diese Form noch nicht allgemein als Krankheit anerkannt ist. Dazu werden zunächst alle möglichen Formen von Essstörungen näher erläutert.

Damit man die Erkrankung Magersucht besser begreifen kann, ist anschließend die Ätiologie näher beschrieben, um denkbare Ursachen sowohl für Anorexia nervosa, als auch für Anorexia athletica aufzuzeigen. In diesem Zusammenhang werde ich auch einige Sportarten beispielhaft nennen, die nach den bisherigen Erfahrungen ein erhöhtes spezifisches Risikopotential zur Begünstigung einer Magersucht mit sich bringen. Neben der Beschreibung der allgemeinen Symptome einer Magersucht, sowie deren Diagnosekriterien werde ich natürlich vor allem spezielle gesundheitliche Probleme der Anorexia bei Sportlerinnen und Sportlern aufgreifen. Dazu sind Vorbemerkungen über die Energiebilanz, über Zusammenhänge zwischen Körpergewicht und Leistung, sowie zwischen Sport und Ernährung unerlässlich, denn die gesundheitlichen Folgen der Anorexia resultieren aus Störungen verschiedenster Organsysteme im menschlichen Körper. Ein gestörter Energiestoffwechsel, ein aus dem Gleichgewicht geratenes Hormonsystem, Mineralien- oder Vitaminmangel - all das kann unmittelbar einzeln oder multifaktoriell den Körper schwächen. Außer der körperlichen Symptomatik sind zweifellos die psychischen Begleiterkrankungen der