



Innsbruck, im Februar 2021

Sehr geehrtes ÖGES-Mitglied,

Anbei übermitteln wir Ihnen unseren 1. Newsletter des Jahres 2021:

Der Vorstand der ÖGES hofft, dass Sie trotz dieser schwierigen Zeiten einen guten Start ins Neue Jahr 2021 hatten und wünscht Ihnen alles Gute und vor allem Gesundheit!

## VERANSTALTUNGEN

### **Essstörungstagung 25.-27.03.21 AKH/Wien**

Die virtuelle Tagung wird zeitlich verlängert und von

**Donnerstag, 25. bis Samstag, 27. März 2021**

**Für ÖGES- Mitglieder ist die Tagungsteilnahme vergünstigt!**

mit den gleichen Programminhalten wie für 2020 vorgesehen stattfinden. Nach dem Kongress werden alle Vorträge für registrierte Teilnehmer\*innen als Nachlese für ca. 3 Monate weiterhin online verfügbar sein unter:

<https://essstoerungen2021.medacad.org/>

Die Fortbildung richtet sich an Ärzt\*Innen für Allgemeinmedizin, Schulärzt\*Innen, Zahnärzt\*Innen, Fachärzt\*Innen für Kinder- und Jugendheilkunde, Psychiatrie im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter, sowie alle Ärzt\*Innen in Ausbildung, Psycholog\*Innen und Psychotherapeut\*Innen, Diätolog\*Innen, Ergotherapeut\*Innen, Pflegepersonal und andere Berufsgruppen, die auf dem Spezialgebiet der Essstörungen ihr Fachwissen erweitern wollen.

Die dreitägige Veranstaltung umfasst Vorträge zu Themenbereichen der Klinik, Diagnostik und Therapie von Essstörungen. Alle aktiven Anmeldungen und Zahlungen für den Kongress 2020 behalten für 2021 ihre Gültigkeit! Über Neuanmeldungen freuen wir uns.

#### **5 Internationale Gastredner werden unsere Gäste sein:**

Frau **Prof Herpertz-Dahlmann**, Aachen, referiert zu alternativen Behandlungsmöglichkeiten wie z.B. „Hometreatment“.

Frau **Prof Gemma Witcomb**, Nottingham, referiert über Essstörungen und Transgender.

Herr **Dr Hartmut Imgart**, Bad Wildungen, referiert über die medizinischen Problemstellungen von Essstörungen und ihr klinisches Management.

Herr **Prof Günter Reich**, Göttingen, wird sich eingehend den psychodynamischen Prozessen bei Essstörungen widmen.

Herr **Prof Franz Resch**, Heidelberg: „Wieviel Spielraum für eine Wahl besitzt das Individuum? Die Symptome der Magersucht haben eine funktionelle Bedeutung für das Selbst der Jugendlichen. Daraus können sich Zyklen der Symptomerhaltung und Therapieresistenz entwickeln.“



**Österreichische Gesellschaft für Essstörungen (ÖGES)**  
**Austrian Society on Eating Disorders (ASED)**

**Newsletter**

Das selten behandelte Thema der Sexualität bei Essstörungen sowie die neuen Therapieansätze mit Probiotika werden ebenfalls im Focus stehen.

Klinisch von hoher Bedeutung ist aufgrund der Zunahme von Veganismus und Vegetarismus, wie man klinisch damit lernen kann, umzugehen.

Bleiben Sie gesund, wir freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme

**Online Symposium: New Hope for Binge Eating Disorder and Food Addiction 20.-21.03.21:  
[www.BingeEatingSymposium.com](http://www.BingeEatingSymposium.com)**

An opportunity to join Dr. Greenblatt (along with other professionals in the field) in an online symposium that will explore the research, clinical challenges, and controversies associated with Binge-Eating Disorder (BED) and food addiction and discover an evidence-based functional medicine approach to treatment!

We will also look at “The New Hope Model” which integrates lab testing, nutritional supplementation, dietary modifications, and medication, and targets biochemical pathways that regulate appetite. In short, this symposium can give you and other clinicians the tools to better support patients in mastering balance and relinquishing shame and guilt associated with BED and food addiction. Symposium topics include:

- The Fundamentals of Binge-Eating Disorder - Diagnostic Criteria, Epidemiology, and More
- The Role of Cognitive Behavioral Therapy in Binge-Eating Disorder
- The Pharmacological Approach to Binge-Eating Disorder
- The Neurochemistry of Appetite, Hunger, and Satiety Signaling
- The Role of Amino Acids in Appetite Regulation
- The Relationship of Sleep and Insomnia in Appetite Control
- The Neural Correlates of Food Addiction - How Sugar Impacts the Brain
- What About Food Is Addictive and What Can Be Done About It

We hope you will be able to join us as we explore these topics and gain a deeper understanding of BED and food addiction! To view all symposium details and register, click here or on the button at the bottom of the page where you can also find information about registration pricing

**ICED – Academy for Eating Disorders 2021**

**10. bis 12. Juni 2021 - Online Konferenz**

Vergünstigte Registrierungsgebühr bis zum 30. April 2021

<https://www.aedweb.org/aed-events/iced-2021>

**European Chapter conference der Academy for Eating Disorders 2021**

**08. Juni 2021 – Online Konferenz**

<https://www.aedweb.org/aed-events/iced-2021>



**Österreichische Gesellschaft für Essstörungen (ÖGES)**  
**Austrian Society on Eating Disorders (ASED)**

## **Newsletter**

Und hoffentlich dieses Jahr wieder (ganz real) in der schönen Umgebung von Alpbach:

**Kongress Essstörungen 2021 (Alpbach) - Anorexia & Bulimia nervosa, Binge Eating Disorder, Adipositas/Obesity**

**29. Internationale Wissenschaftliche Tagung**

**21. bis 23. Oktober 2021**

<http://www.netzwerk-essstoerungen.at/deutsch/termine.html>

### **NACHSCHAU**

#### **Webinar Netzwerk Essstörungen**

Am 2. Dezember 2020 fand das 1. Internationale Wissenschaftliche Webinar des Netzwerk Essstörungen, in Kooperation mit der ÖGES und der Ferdinand Porsche FernFH, statt.

Das Webinar wurde als Ersatz für den aufgrund der Covid-Pandemie abgesagten Kongress in Alpbach durchgeführt.

Als Vortragende konnten vier international renommierte Expert\_innen gewonnen werden, die in ihren exzellenten Beiträgen ein breites Themenspektrum abdeckten.

Prof. Dr. Yael Latzer aus Israel gab in ihrem Vortrag interessante Einblicke in das Night Eating Syndrome, Prof. Dr. Cristina Segura-García aus Italien widmete sich der Binge Eating Störung, der Beitrag von Gerard Butcher, MSc., aus Irland beschäftigte sich mit dem sensiblen Thema der richtigen Sprache bei Essstörungen und zuletzt konnten die rund 150 Teilnehmer\_innen einem sehr interessanten Beitrag von Prof. Dr. Eva Trujillo aus Mexiko zu Avoidant Restrictive Food Disorder (ARFID) folgen.

Dank der hervorragenden Vorträge war das Webinar ein großer Erfolg. Dennoch hoffen wir, dass im Oktober 2021 der Kongress wieder wie gewohnt in Alpbach stattfinden kann.

### **AKTUELLES**

#### **Freie Mitarbeiter gesucht**

Das „intakt- Therapiezentrum für Menschen mit Essstörungen“ sucht eine Psychotherapeutin und eine Praktische Ärztin für freie Mitarbeit (kein Anstellungsverhältnis) im Ausmaß von ca. 10 Wochenstunden.

Bei Interesse bitten wir um telefonische Terminvereinbarung unter +43-1-22 88 770 oder per mail an; [office@intakt.at](mailto:office@intakt.at)



**Österreichische Gesellschaft für Essstörungen (ÖGES)**  
**Austrian Society on Eating Disorders (ASED)**

**Newsletter**

**ÖGES-Vorstand**

Bei der Generalversammlung am 5.11.2020 wurde für die der Vorstand der ÖGES Funktionsperiode 2020-2022 neu gewählt und setzt sich wie folgt zusammen:

Obfrau:	Karin Waldherr
Obfrau StellvertreterInnen:	Andreas Karwautz, Ursula Bailer
Kassier:	Maria Seiwald
Kassier Stellvertreterin:	Thalia Abatzi
Schriftführerin:	Rahel Jahoda
Schriftführer Stellvertreter:	Michael Zeiler

**Arbeit an der neuen ÖGES-Website**



In der letzten ÖGES-Generalversammlung wurde beschlossen, den Internetauftritt der ÖGES zu erneuern. Der Beschluss wird nun in den kommenden Wochen umgesetzt. Die Website der ÖGES soll nicht nur ein moderneres Erscheinungsbild erhalten, sondern sie soll in Zukunft auch besser und aktueller über die Aktivitäten des Vereines informieren, sowie eine Anlaufstelle für alle Personen bieten, die sich über Essstörungen informieren möchten. Die ExpertInnen-Liste, die in der derzeitigen Website enthalten ist, soll weiter bestehen bleiben. Dazu werden die Mitglieder der ÖGES in den kommenden Wochen eine E-Mail erhalten, mit der Bitte die Kontaktdaten für potentiell Hilfesuchende zu überprüfen und gegebenenfalls zu aktualisieren. Wir freuen uns darauf, dann im nächsten Newsletter die neue Website der ÖGES vorstellen zu können.

**PUBLIKATIONEN**

**mit Beteiligung von ÖGES-Mitgliedern:**

**Fernández-Aranda et al. (2020).** COVID Isolation Eating Scale (CIES): Analysis of the Impact of Confinement in Eating Disorders and Obesity -A Collaborative International Study. *European Eating Disorder Review*, 28, 871-883: <https://doi.org/10.1002/erv.2784>

Diese Studie beschreibt eine neue psychometrisch überprüfte Skala zur Erfassung der Auswirkungen der COVID-Ausgangsbeschränkungen auf PatientInnen mit Essstörungen und Adipositas und enthält erste Ergebnisse von PatientInnen aus Spanien. Die „COVID Isolation Eating Scale (CIES)“ ist zudem in mehreren Übersetzungen (inkl. Deutsch) abrufbar. Demnächst werden Ergebnisse einer internationalen Vergleichstudie (unter österreichischer Beteiligung) zu den Auswirkungen der COVID-Beschränkungen auf PatientInnen mit Essstörungen und Adipositas publiziert.

**Zeiler et al. (2020).** Validation of a German version of the Caregiver Skills (CASK) scale in parents of adolescent patients with anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 28, 871-883: <https://doi.org/10.1002/erv.2817>

Diese Studie die Übersetzung auf Validierung eines deutschsprachigen Fragebogens zur Erhebung von Skills von Angehörigen von PatientInnen mit Essstörungen. Dieser Fragebogen (der in der



deutschsprachigen Version downloadbar ist) kann u.a. zur Evaluierung von Skills-Trainingsprogrammen von Angehörigen eingesetzt werden.

**Wittek et al. (2021).** The Maudsley Model of Anorexia nervosa Treatment for Adolescents and Young Adults (MANTRA): a study protocol for a multi-center cohort study. Akzeptiert zur Publikation im Journal of Eating Disorders.

Diese Publikation beschreibt ein Studienprotokoll für ein neues ambulantes Behandlungsprogramm (MANTRA - Maudsley Model of Anorexia nervosa Treatment for Adolescents and Young Adults) für Jugendliche PatientInnen mit Anorexia Nervosa, ein Programm, das seit mehr als 2 Jahren an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Medizinischen Universität Wien angewendet und evaluiert wird. Diese Arbeit wurde zur Publikation im Journal of Eating Disorders akzeptiert und wird in Kürze dort abrufbar sein: <https://jeatdisord.biomedcentral.com/>

### **BUCHBESPRECHUNG**

**"Die Frau, die im Mondlicht aß", von Anita Johnston (1996 „Eating in the light of the moon“ erstmals erschienen):**

Sandra Schultes, Praktikantin von intakt- Therapiezentrum für Menschen mit Essstörungen hat ein älteres Buch für den Newsletter rezensiert, welches aber nach wie vor von Therapeut\_innen und Klient\_innen begeistert gelesen wird.

Ich kann leider nicht beurteilen, inwiefern das Buch aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen entspricht und das Buch auf entsprechende Weise kritisieren. Ich persönlich fand es sehr spannend und kann mir vorstellen, dass die eine oder andere (essgestörte) Frau von dem Buch profitiert.

Die Psychologin Dr. Anita Johnston beschreibt in „*Die Frau, die im Mondlicht aß*“, warum und auf welche Weise Mädchen und Frauen eine Essstörung entwickeln und wie es ihnen wieder möglich wird, zu einer Lebensweise ohne zwanghaftes Essverhalten zurückzufinden. Johnston gibt ihren Leserinnen das Gefühl, mit ihrem Thema nicht allein zu sein und lädt sie ein, die Unzufriedenheit mit ihrem Leben und Körper hinter sich zu lassen. Betroffene lernen durch die einfühlsame, bildliche Sprache, ihre Lebensgeschichte, ihre Weiblichkeit, ihren Körper, Gefühle und Träume neu wahrzunehmen und zu mehr Selbstverständnis, Selbstakzeptanz und Selbstbewusstsein zu finden.

*Emotionalen Hunger und körperlichen Hunger unterscheiden lernen.* Oft dienen Nahrungsmittel als Metaphern für unsere tiefsten Sehnsüchte und Sorgen und sollen für die Erfüllung von Herzenswünschen herhalten. Aus diesem Grund unterscheidet Johnston Nahrung für Körper und Seele. Für essgestörte Mädchen und Frauen sei es notwendig, auf die Signale ihres Körpers zu hören und allmählich die Fähigkeit zu entwickeln, zwischen körperlichem und emotionalem Hunger zu unterscheiden. Hunger steht dabei für eine ganze Reihe an Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen. Essen kann als Ersatz für Liebe, Zuneigung, Wertschätzung, Akzeptanz, Bestätigung oder Sicherheit herhalten und Trost und Wärme spenden. Essen scheint unsere Leere im Leben auszufüllen, kann unsere Wahrnehmung einengen und Betroffenen als Fluchtweg dienen, um sich nicht mit unangenehmen Gefühlen auseinandersetzen zu müssen.

*Kalorien zählen ist nicht die Antwort, denn Essen ist nicht das Problem.* Der Fokus auf Essen und Nicht-Essen führt uns auf die falsche Spur, die vom Pfad der Heilung wegführt. Johnston versteht eine Essstörung als funktionalen Bewältigungsmechanismus, der uns bei psychischer Belastung, in



einer Krise als Rettungsanker beim Überleben hilft. Leider verlernen wir durch ihn, aus eigener Kraft wieder zurück ans Ufer zu schwimmen. Eine essgestörte Frau findet durch das Buch für sich heraus, wie ihr die Essstörung bisher gedient hat und welche Funktion sie in ihrem Leben eingenommen hat. Erst dann sei es ihr möglich, die erforderlichen Fähigkeiten zu entwickeln, um ein freies, selbstbestimmtes Leben zu führen.

*Den Weg durch das Labyrinth gehen.* Die Autorin vergleicht den Heilungsprozess einer Essstörung mit einem Labyrinth. Wie in einem Labyrinth müssen sich Mädchen und Frauen zu ihrer Mitte aufmachen, sich selbst in ihrer Ganzheitlichkeit begreifen und mit den neuen Erkenntnissen wieder zurück in die Welt finden. Sie lassen in diesem Prozess die alten Einschätzungen ihres Selbst zurück, begeben sich auf die Suche nach den eigenen Gedanken, Gefühlen und Bedürfnissen und lernen auf ihre innere Stimme, ihre eigene Wahrheit zu hören. Dabei stellen sie sich der Frage, wer sie als Frau sind und machen sich der Macht der Gefühle und weiblichen Intuition bewusst. Das Buch regt die Leserinnen an, die eigene Realität zu finden, selbstbewusst für sich selbst einzustehen und ihr eigenes Leben zu leben.

*Für Frauen, die nach der richtigen Nahrung für Körper und Seele suchen.* „Die Frau, die im Mondlicht aß“ bietet auf eine zugängliche, leicht verständliche Weise Hilfe zur Selbsthilfe bei außer Kontrolle geratenem Essverhalten und geringer Selbstachtung an. Mit kurzweiligen Geschichten regt Johnston zu einem verbesserten Zugang zur eigenen Psyche an und kommt dabei ohne Anleitungen, Pläne und Verbote aus. Das Buch kann eine wertvolle Ergänzung zur Psychotherapie darstellen, indem es betroffene Frauen unterstützt, Vorstellungen von sich selbst und ihrer Umwelt loszulassen und ihr Verhalten positiv zu verändern.

### **Essstörungen und Persönlichkeit von Dr. med. Helga Simchen, Kohlhammer Verlag, 2021**

Mag.<sup>a</sup> Teresa Schwaninger, Praktikantin von intakt - Therapiezentrum für Menschen mit Essstörungen:

Die Forschung zeigt: Es sind vor allem genetisch bedingte Persönlichkeitsmerkmale, die wesentlich zur Entstehung von Essstörungen beitragen. In *Essstörungen und Persönlichkeit* befasst sich Dr. med. Helga Simchen mit diesen Erkenntnissen.

Auf flüssig zu lesende Weise nimmt sie die Ursachen für die Entstehung von Essstörungen unter die Lupe, beschreibt Krankheitsverläufe und erörtert Strategien und Besonderheiten in der Therapie von Anorexie, Bulimie und binge-eating-disorder.

Hierbei spricht sich die Autorin für eine Abkehr vom lange da gewesenen Konsens in der Therapie von Essstörungen aus, wonach schwer belastende Ereignisse in der Kindheit oder Beziehungsstörungen die Ursache für diese Erkrankungen seien. Vielmehr sei auf ebenjene neurobiologische und entwicklungspsychologische Forschungsergebnisse zu bauen, die besagen, dass Essstörungen in einer angeborenen Persönlichkeitsvariante wurzeln. Diese Persönlichkeitsvariante und damit einhergehende entwicklungs-dynamische Besonderheiten werden ausführlich erörtert. Den Fokus legt Simchen dabei auf das Kindes- und Jugendalter, wo Essstörungen oftmals ihren Ursprung haben. Sie beschreibt, wie sich bei Betroffenen die Regulierung von Wahrnehmungen, Gefühlen und Reaktionen anders als bei Gleichaltrigen verhält, da sie besonders empfindlich auf Stress und Emotionen reagieren. Die dadurch verursachten und kaum auszuhaltenden emotionalen Spannungszustände werden durch Essen oder dessen Verweigerung abreagiert, was zu Zwang und schließlich zu Sucht führt.



**Österreichische Gesellschaft für Essstörungen (ÖGES)**  
**Austrian Society on Eating Disorders (ASED)**

***Newsletter***

Einen wesentlichen Fokus legt die Autorin auf den Zusammenhang zwischen AD(H)S und Essstörungen. Dieser Zusammenhang bleibt oft unerkannt – zum Nachteil der Betroffenen, so Simchen. Denn die Symptome sind mannigfaltig und mitunter schwierig zu diagnostizieren, lösen aber bei Betroffenen massives seelisches Leid aus. Vor allem AD(H)S-bedingten Essstörungen und deren Behandlung wird deshalb viel Platz eingeräumt.

Essstörungen und Persönlichkeit ist eine umfassende Lektüre zum Thema Essstörungen. Als flüssig zu lesendes Werk wartet es mit vielen Beispielen aus der Praxis auf, was das Gelesene veranschaulicht und greifbar macht. Es kann als Lektüre für Betroffene und deren Angehörige, aber auch für ÄrztInnen, PsychologInnen, TherapeutInnen und sonstiges Fachpersonal zum Thema Essstörungen zum Lesen empfohlen werden.