



Etwa sechs Prozent der Kinder sind adipös, also krankhaft übergewichtig.

FOTO: GARETH FULLER/DPA

# „Die Wartelisten werden länger“

Immer mehr Kinder und Jugendliche zeigen Essstörungen. Björn Tharun, Chefarzt der Kinder- und Jugendpsychosomatik an der Fontane-Klinik Mittenwalde, über Ursachen und Folgen

**Potsdam.** Seit Corona beobachten Experten einen Anstieg von Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen. Wir sprachen darüber mit Björn Tharun (42), Chefarzt der Abteilung für Kinder- und Jugendpsychosomatik der Fontane-Klinik in Mittenwalde (Dahme-Spreewald).

**Deutschlandweit registrieren Ärzte einen Anstieg von Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen. Wie sieht es bei Ihnen auf der Station aus?**  
Wir haben deutlich mehr Anfragen, die Wartelisten werden länger. Insgesamt ist ein deutlicher Anstieg bei allen Essstörungen zu vermerken. Sowohl bei Übergewicht und Adipositas als auch bei Anorexie und Untergewicht.

**Ab wann spricht man von einem Krankheitsbild und nicht nur von Über- oder Untergewicht?**

Das ist nicht nur vom Gewicht abhängig, sondern auch von weiteren Symptomen und Einschränkungen. Von Magersucht spricht man ab einem BMI von weniger als 17,5. Wenn beispielsweise ein 15-jähriges Mädchen bei 1,70 Meter nur 40 Kilo wiegt, ist das schon sehr gefährlich. Gesund wären in diesem Fall mindestens 51 Kilo.

**Und wann spricht man bei Adipositas von einer Krankheit und nicht nur Übergewicht?**



„  
Rund 15 Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden an Übergewicht.“

**Björn Tharun,**  
Chefarzt für Kinder- und Jugendpsychosomatik der Fontane-Klinik in Mittenwalde

Adipositas ist ja die Steigerungsstufe von Übergewicht, da gibt es auch klare Definitionen. Wenn Kinder zu den drei Prozent der schwersten Kinder ihrer Altersgruppe zählen, spricht man von krankhaftem Übergewicht.

**Was sind die Ursachen für diese Erkrankungen?**

In der Regel ist das ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren. Während der Pandemie haben sich viele Kinder weniger bewegt, waren weniger draußen. Sportvereine hatten zu. Andere Faktoren sind genetische Voraussetzungen, der Lebensstil und auch psychische Erkrankungen wie Angststörungen, Sozialphobien oder eine Depression. Man isst auch aus Frust, Langweile oder Kummer.

**Wer ist häufiger von Adipositas betroffen, Mädchen oder Jungen?**

Rund 15 Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden an Übergewicht, etwa 6 Prozent sind adipös. In Deutschland sind rund 2 Millionen Kinder übergewichtig und um die 800 000 sind adipös. Es gibt keine klaren Geschlechterunterschiede.

**Bei Magersucht spricht man oft von einer „Frauenkrankheit“, stimmt das?**  
Ja, das kann man so sagen. Es sind etwa zehnmal mehr Mädchen und junge Frauen betroffen als Jungen.

Bei Mädchen beginnt die Krankheit aber oftmals früher, mit zehn oder elf Jahren. Und das Untergewicht erscheint bei Mädchen in der Klinik noch deutlicher ausgeprägter.

**Wo liegen die Ursachen für diese Erkrankung?**

Bei Anorexie spricht man immer von einer psychischen Erkrankung. Aber es gibt unterschiedliche Faktoren. Da kann die Essstörung eines Elternteils eine Rolle spielen. Oft sind innerfamiliäre Konflikte ein Auslöser. Viel hat mit Kontrolle zu tun. Wenn ich im Rest meines Lebens keine Kontrolle habe, ich unter hohem Leistungsdruck stehe, dann kann ich zumindest mein Essverhalten kontrollieren.

**Woran erkennen Eltern, dass ihr Kind krank ist?**

Das ist schwierig, grade während der Pandemie. Denn das vergleichende Regulativ über Schule oder Freizeitsport fehlte. Eltern sehen ihre Kinder jeden Tag, da fällt es erstmal nicht auf, wenn das Kind größer, dicker oder dünner wird. Oft ist es ein Blick von außen, der den ersten Hinweis gibt. Das kann eine Lehrkraft sein oder die Oma, die zweimal im Jahr vorbeikommt. Wichtig sind auch die regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim Kinderarzt, um ein objektives Bild zu bekommen.

**Während der Pandemie wurde das Krankheitsbild also häufig nicht entdeckt?**

Genau, wir erleben gerade, dass Kinder später in Behandlung kommen und deutlich mehr Gewicht verloren haben als in den Jahren zuvor. Weil es keine Hinweise gab. Die Kinder agieren häufig sehr verdeckt und halten ihre Erkrankung vor den Eltern geheim.

**Und wie ist das bei adipösen Kindern?**

Das ist ebenfalls schwierig. Vielleicht sind die Eltern selbst übergewichtig, dann fällt es oft schwer, einzuschätzen, was normale Portionen sind und wie viel Kinder in der Altersgruppe essen und wiegen sollten. Wichtig ist in jedem Fall aber eine Behandlung, um Spätfolgen zu vermeiden. Sowohl bei Adipositas, also auch bei Anorexie.

**Welche Spätfolgen sind das?**

Bei Adipositas gibt es große Probleme mit Bluthochdruck, Diabetes und Überbelastung von Knochen und Gelenken. Bei Anorexie kann es zum Ausbleiben der Regelblutungen kommen. Es gibt Anfälligkeit für Osteoporose. Es kann zu Herzrhythmusstörungen kommen, das Herz kann aussetzen. Die Organe fahren runter, die Todesrate ist mit bis zu 5 Prozent bei Anorexie nicht zu unterschätzen.

Interview: Gesa Steeger