

## **Essstörung**

*Lingen (eb)* – „Binge eating“ ist eine Art von Essstörung und bedeutet übersetzt „Essgelage“. Menschen, die unter dieser Essstörung leiden, können ihr Essverhalten nicht kontrollieren und haben Heißhungerattacken, in denen sie sehr große Mengen an Nahrungsmitteln zu sich nehmen, ohne wirklich hungrig zu sein. Wie bei anderen Essstörungen auch, schämen sich Betroffene für dieses Verhalten, verheimlichen die Essanfälle und fühlen sich zunehmend deprimiert und isoliert. Mit Unterstützung der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe (KoBS) soll eine Gruppe für betroffene Frauen und Männer gegründet werden. Ziel der Gruppe ist es, gemeinsam Wege zu finden, um die Essstörung zu überwinden bzw. einander Mut zu machen, sich ärztliche oder therapeutische Hilfe zu holen. Es fällt leichter, im Kreise von anderen ebenfalls Betroffenen über das eigene Erleben zu sprechen. Deshalb kann die Gruppe ein erster wichtiger Schritt sein, die Essstörung in den Griff zu bekommen. Interessenten holen sich in der KoBS Auskunft und melden sich für ein erstes Treffen an. Infos unter Tel. 0 59 31/1 40 00, per E-Mail an [kontakt@selbsthilfeemsland](mailto:kontakt@selbsthilfeemsland) oder auf [www.selbsthilfe-emsland.de](http://www.selbsthilfe-emsland.de).