
Vorwort

Die Übergänge zwischen dem vermeintlich Normalen und dem vermeintlich Kranken sind fließend und historisch variabel. So hat sich die Definition von Bluthochdruck in den letzten Jahrzehnten in den westlichen Industrienationen deutlich verändert. Ein Kriterium zur Diagnose der pubertären Magersucht, der Anorexia nervosa, wurde von einem BMI unter 17,5 auf 18,5 herauf gesetzt, so dass sich die Gruppe der Anorektikerinnen deutlich vergrößert hat, alleine aufgrund der Änderung der Definition. Ob hingegen der BMI ein geeigneter Indikator dafür ist, Gesundheitsgefährdungen in Zusammenhang mit dem Ausmaß an Übergewicht zu ermitteln, ist immer mehr umstritten.

Um in die Annalen der Medizingeschichte mittels der Benennung neuer pathologischer Phänomene einzugehen, aber auch um das Betätigungsfeld der Gesundheitsexperten zu erweitern, werden immer wieder neue (oder vermeintliche) Erkrankungen diagnostiziert, so vielleicht auch die Orthorexia nervosa, die sich um das übermäßige Bemühen und das Auswählen und Einnehmen gesunder Lebensmittel zentriert. Die Kriterien für die gesunde Ernährung werden jedoch nicht von den einschlägigen Organisationen wie der DGE übernommen, sondern aus alternativen Kostformen entlehnt und mit den eigenen Überzeugungen zur richtigen Ernährung überformt.

Aber ist das dann tatsächlich eine neue Essstörung? Ist die Orthorexia nervosa nur eine subjektiv ausdifferenzierte Form von üblichen Kostregimes und Ernährungsempfehlungen? Lässt sie sich positiv als Empowerment der Bevölkerung interpretieren, die sich nun nicht mehr alles vorschreiben lässt, sondern selbst Ernährungskompetenz erwirbt? Ist sie so Teil des Prozesses der Individualisierung in der Moderne, also der Tendenz zur Selbstverwirklichung eines jeden? Ist sie Ergebnis der bürgerlichen Aufklärung im Sinne Kants, also dem Suchen des Ausganges aus der selbst verschuldeten Unmündigkeit?

Aus Expertensicht stellen sich Fragen wie: Ist die Orthorexia nervosa nur eine Variante einer Zwangsstörung oder einer Essstörung? Oder nur ein Effekt eines

Medienspektakels? Brauchen die Gesundheits- und Ernährungsexperten mehr Wissen über die Orthorexia nervosa, um sie angemessen zu diagnostizieren und (störungsspezifisch) behandeln zu können? Oder handelt es sich bei der Orthorexia nervosa nur um eine vernachlässigbare Karikatur der üblichen Kostregimes? Ist ein zentrales, aber eher verdecktes Motiv im orthorektischen Verhalten der Wunsch nach Schlankheit, um so den normativen Erwartungen unserer Gesellschaft gerecht zu werden?

In den populärwissenschaftlichen Medien stellt Orthorexia nervosa einen häufig thematisierten Sachverhalt dar. In der Wissenschaft hingegen ist Orthorexia nervosa ein nahezu unbeobachtetes Forschungsfeld; allerdings ist eine steigende Tendenz zu verzeichnen, dieses Phänomen, näher zu untersuchen. Dies hat zur Folge, dass Gesundheitsexperten der Begriff „Orthorexia nervosa“ zwar mehrheitlich fremd ist, sie das sogenannte orthorektische Verhalten als Nebensymptome anderer Erkrankungen allerdings aus ihrer Berufspraxis kennen. Angesichts dieser Tatsache wird orthorektisches Verhalten oftmals nicht als Leitsymptom einer eigenen Erkrankung identifiziert – wieso denn auch, wenn die Diagnose überwiegend unbekannt ist. Zudem werden die Folgeerscheinungen bislang noch potenziell unterschätzt.

Es ist unser persönliches Anliegen, Berufsgruppen, die mit Betroffenen von Orthorexia nervosa in Kontakt gelangen, über dieses problematische Essverhalten zu informieren und zu sensibilisieren. Die Zielgruppe stellen demnach primär Gesundheitsexperten dar; zudem richtet sich das vorliegende Buch sekundär auch an potentiell Betroffene sowie deren Angehörige.

Die Beschreibung des Wissensstandes zu Orthorexia nervosa basiert auf der Forschung bis Juli 2014. Dabei wurde sämtliche Literatur ausgewählt, die in englischer und deutscher Sprache verfügbar war.

Im ersten Teil des Buches wird zunächst der aktuelle Forschungsstand zur Orthorexia nervosa dargestellt. In Teil zwei werden zwei bisher unveröffentlichte Studien der Autorinnen vorgestellt. Die erste Studie geht mittels der qualitativen Forschungsmethode der Frage nach, ob das Essverhalten von Oecotrophologie-Studentinnen Merkmale von Orthorexia nervosa aufweist. Die andere Studie präsentiert die Ergebnisse einer Befragung von psychotherapeutisch tätigen Experten zu der Bekanntheit sowie dem Vorkommen von Orthorexia nervosa in ihrer Berufspraxis. Des Weiteren wurden die Experten befragt, wie sie Orthorexia nervosa klassifizieren würden. Der dritte Teil zeigt ideengeschichtlich auf, aus welchen gesellschaftlichen Entwicklungen, Ideen sowie Überzeugungen, Orthorexia nervosa entspringen sein könnte und schließt mit einer Zusammenfassung und einem Ausblick ab.

Abschließend, wird nun auf zwei bedeutende sprachliche Formalien eingegangen. Im Folgenden ist von einem Orthorektiker, Anorektiker und Bulimiker die Rede. Diese Synonyme wurden angesichts ihrer leichteren Lesbarkeit verwendet; es ist uns demnach bewusst, dass es „den“ Orthorektiker nicht gibt und Menschen durch diese Bezeichnung auf ein bestimmtes Verhalten reduziert werden. Das Gleiche gilt für Anorektiker und Bulimiker.

Zusätzlich wurde sich auf die Männlichkeitsform beschränkt. Prinzipiell sind damit allerdings beide Geschlechter gemeint. In den Fällen, in denen die Gleichsetzung nicht zutrifft, ist eine differenzierte Angabe zu finden.

Wir hoffen mit diesem Buch einen Beitrag zur Aufklärung und wissenschaftlichen Diskussion zu Orthorexia nervosa leisten zu können.

Fulda, Dezember 2014

Christoph Klotter,
Julia Depa, Svenja Humme

Gesund, gesünder, Orthorexia nervosa
Modekrankheit oder Störungsbild? Eine
wissenschaftliche Diskussion

Klotter, C.; Depa, J.; Humme, S.

2015, XV, 185 S. 14 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-07405-0