

---

# Inhaltsverzeichnis

## Teil I Aktueller Forschungsstand zu Orthorexia nervosa

<b>1 Orthorektisches Verhalten</b>	3
Svenja Humme	
1.1 Die Person Steven Bratman	5
1.1.1 Bratmans Leidensgeschichte	5
1.1.2 Bratmans „Heilung“	8
1.2 Merkmale von Orthorexia nervosa	10
1.3 Kritische Reflexion	14
<b>2 Ursachen der Orthorexia nervosa</b>	17
Julia Depa	
2.1 Auslöser für das orthorektische Essverhalten	17
2.2 Die sieben Ursachen nach Bratman	18
2.3 Einfluss von Ernährungslehren, Ernährungsratgebern und Medien	21
2.4 Einfluss gesellschaftlicher Werte und Normen	23
2.5 Einfluss von emotionalen Dynamiken und Persönlichkeitsmerkmalen	24
2.6 Fazit	25
2.7 Zusammenfassung	26
<b>3 Folgen der Orthorexia nervosa</b>	29
Svenja Humme	
3.1 Mangel- und Fehlernährung	29
3.2 Soziale Isolation und eingeschränkte Lebensqualität	31
3.3 Fallbeispiel einer jungen Orthorektikerin	32
3.4 Fazit	33
3.5 Zusammenfassung	34
	IX

<b>4 Klassifikation der Orthorexia nervosa</b>	35
Julia Depa	
4.1 Orthorexia eine Zwangsstörung?	36
4.2 Orthorexia eine Essstörung?	37
4.3 Orthorexia eine Kombination aus einer Zwangs- und Essstörung?	44
4.4 Orthorexia ein Risikofaktor für eine schwere Essstörung?	44
4.5 Orthorexia: psychische Störung, Modeerkrankung oder Lebensstil?	45
4.6 Die orthorektische Gesellschaft	47
4.7 Vorgeschlagene Diagnosekriterien für Orthorexia nervosa	48
4.8 Fazit	50
4.9 Zusammenfassung	51
<b>5 Instrumente zur Messung von Orthorexia nervosa</b>	55
Julia Depa	
5.1 Bratman Orthorexia Test	55
5.2 ORTO-15	58
5.3 ORTO-11	61
5.4 Orthorexia Screen	62
5.5 Eating Habits Questionnaire	63
5.6 Düsseldorfer Orthorexia Skala	66
5.7 Fazit	67
5.8 Zusammenfassung	70
<b>6 Behandlung der Orthorexia nervosa</b>	71
Svenja Humme	
6.1 Therapievorstellungen und -formen	71
6.1.1 Psychotherapie	72
6.1.2 Ernährungstherapie	73
6.2 Kritische Reflexion	74
6.3 Zusammenfassung	75
<b>7 Prävalenz der Orthorexia nervosa</b>	77
Julia Depa und Svenja Humme	
7.1 Verbreitung der Orthorexia nervosa	77
7.2 Soziodemografische Variablen im Zusammenhang mit Orthorexia nervosa	82
7.3 Fazit	86
7.4 Zusammenfassung	86

**Teil II Eigene Forschungsergebnisse**

<b>8 Weist das Essverhalten von Oecotrophologie-Studentinnen orthorektische Merkmale auf?</b>	89
Svenja Humme	
8.1 Qualitative Vorgehensweise	90
8.1.1 Untersuchungsdesign: das leitfadenorientierte Interview	91
8.1.2 Methode: Analyse der orthorektischen Merkmale	93
8.2 Untersuchungsergebnisse	98
8.3 Diskussion der Untersuchungsergebnisse	100
8.4 Zusammenfassung	102
<b>9 Bekanntheit, Vorkommen und Klassifizierung von Orthorexia nervosa in der psychotherapeutischen Berufspraxis</b>	103
Julia Depa	
9.1 Methode der Untersuchung	105
9.2 Ergebnisse	106
9.3 Diskussion und Schlussfolgerungen	112
9.4 Zusammenfassung	114

**Teil III Die abendländische ideengeschichtliche Produktion von rigiden radikalen Ernährungs- und Schlankeitsvorstellungen**

<b>10 Problemaufriss</b>	119
<b>11 Pythagoras und Platon</b>	127
<b>12 Politische, philosophische und religiöse Einflüsse auf das Schlankeitsideal und das orthorektische Essverhalten</b>	133
<b>13 Katechon</b>	137
<b>14 Die Kriegserklärung gegen Adipositas – eine mögliche Legitimation der Orthorexia nervosa</b>	141
<b>15 Exkurs: Die Angst, nicht schlank zu sein</b>	143
<b>16 Der abendländische Wert der Mäßigung</b>	147

---

<b>17 Der Prozess der Zivilisation</b> .....	153
<b>18 Der Aufgeklärte Absolutismus und der Eingriff in den Körper</b> ....	157
<b>19 Verwissenschaftlichung des Essens</b> .....	161
<b>20 Ergänzende Aspekte</b> .....	163
<b>21 Bündelung der zentralen Argumentationsstränge</b> .....	167
<b>Teil IV Fazit</b>	
<b>22 Zusammenfassung und Ausblick</b> .....	173
22.1 Zusammenfassung zum Begriff Orthorexia nervosa .....	173
22.2 Geschichtliche Determinanten .....	173
22.3 Nosologie .....	175
22.4 Ätiopathogenese .....	175
22.5 Diagnostik .....	176
22.6 Therapeutisches Vorgehen .....	177
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	179

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