

## Ambulante Angebote

### Beratungsstellen

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Stadt Bochum  
0234 491800; [www.bochum.de](http://www.bochum.de)  
Caritas-Beratungsstelle für Erziehungs- und Familienfragen  
0234 30790-55; [www.caritas-bochum.de](http://www.caritas-bochum.de)  
Caritas Ehe-, Familien- und Lebensberatung  
0234 30790-30; [www.caritas-bochum.de](http://www.caritas-bochum.de)  
Evangelisches Beratungszentrum  
0234 91 333 91; [www.diakonie-ruhr.de/ebz](http://www.diakonie-ruhr.de/ebz)  
Der Paritätische - Selbsthilfe-Kontaktstelle Bochum  
0234 588 07 07; [www.selbsthilfe-bochum.de](http://www.selbsthilfe-bochum.de)

### Ambulante Psychotherapieangebote für Kinder und Jugendliche

Zentrum für Kinder und Jugendpsychotherapie am Forschungs- und Behandlungszentrum für psychische Gesundheit der RUB  
0234 3228178; [www.kli.psy.ruhr-uni-bochum.de/fbz/fbz.html](http://www.kli.psy.ruhr-uni-bochum.de/fbz/fbz.html)  
Niedergelassene Psychotherapeuten/-innen: Alle kassenzugelassenen PsychotherapeutInnen finden Sie über die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe.  
0231 94323851; [www.kwwl.de/earzt](http://www.kwwl.de/earzt)

### Ambulante Psychotherapieangebote für Erwachsene

Essstörungsambulanz der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum  
Offene Sprechstunde: donnerstags von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr  
0234 5077-3333; [www.lwl-uk-bochum.de/klinik-fuer-psychosomatische-medizin-und-psychotherapie](http://www.lwl-uk-bochum.de/klinik-fuer-psychosomatische-medizin-und-psychotherapie)  
Zentrum für Psychotherapie am Forschungs- und Behandlungszentrum für psychische Gesundheit der RUB  
0234 3227788; [www.kli.psy.ruhr-uni-bochum.de/fbz/zpt/index.html](http://www.kli.psy.ruhr-uni-bochum.de/fbz/zpt/index.html)  
Niedergelassene Psychotherapeuten/-innen: Alle kassenzugelassenen PsychotherapeutInnen finden Sie über die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe.  
0231 94323851; [www.kwwl.de/earzt](http://www.kwwl.de/earzt)

**Sprechen Sie uns an! Im Netzwerk Essstörungen sind wir miteinander verbunden.**

## (Teil-)stationäre Angebote

### Essstörungsspezifische stationäre/teilstationäre Therapieangebote für Kinder und Jugendliche

Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychosomatik und -psychotherapie des HELIOS St. Josefs-Hospital Bochum-Linden  
0234 418377; [www.helios-kliniken.de/bochum](http://www.helios-kliniken.de/bochum)  
Universitätskinderklinik Bochum, Katholisches Klinikum Bochum  
0234 5092825; [www.kinderklinik-bochum.de](http://www.kinderklinik-bochum.de)

### Essstörungsspezifische stationäre/teilstationäre Therapieangebote für Erwachsene

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum  
0234 5077-3333; [www.lwl-uk-bochum.de/klinik-fuer-psychosomatische-medizin-und-psychotherapie](http://www.lwl-uk-bochum.de/klinik-fuer-psychosomatische-medizin-und-psychotherapie)

### Essstörungsspezifische therapeutische Wohngemeinschaften für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

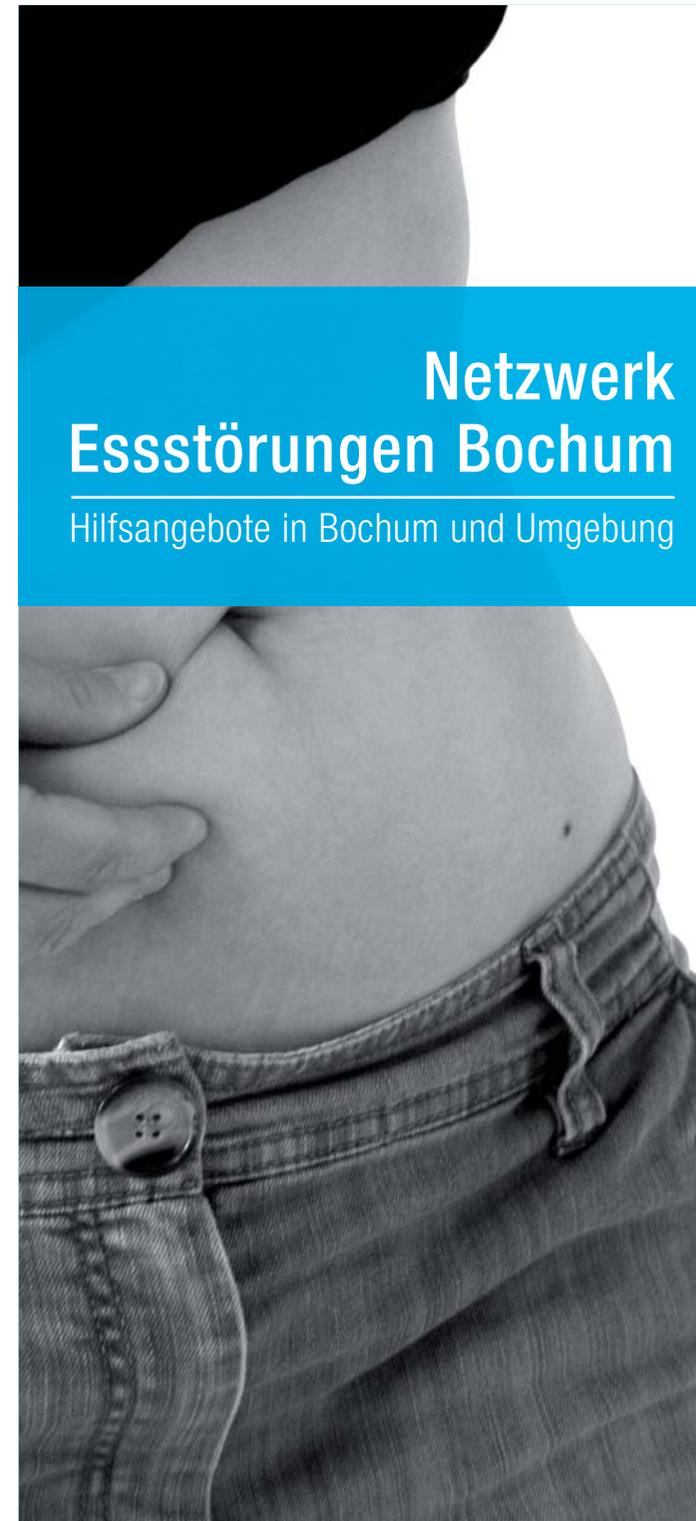
Ev. Kinderheim - Jugendhilfe Herne & Wanne-Eickel gGmbH  
02323 994940; [www.ev-kinderheim-herne.de](http://www.ev-kinderheim-herne.de)  
Wohngruppe „MODUL“ - Mobil durchs Leben (für adipöse Kinder und Jugendliche ab dem Schulalter bis zur Volljährigkeit)  
0176 10 98 68 19  
Wohngruppe ANNIE (für Mädchen und junge Frauen mit Essstörungen zwischen 12 und 27 Jahren)  
0176 10 98 68 09  
Via ANNIE (für junge Frauen mit Essstörungen ab 18 Jahren)  
0176 10 98 68 19

Mit freundlicher Unterstützung von



# Netzwerk Essstörungen Bochum

Hilfsangebote in Bochum und Umgebung

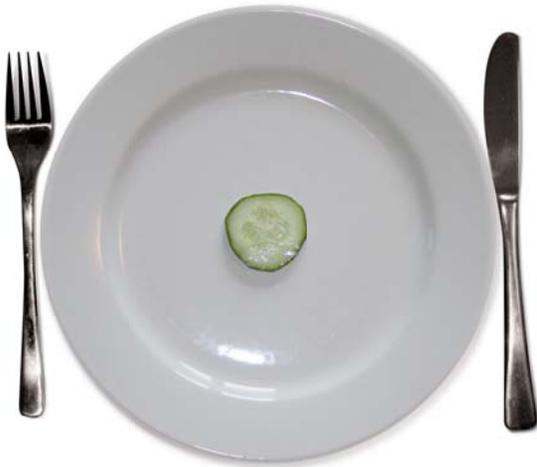


## Essstörungen...

betreffen meist Mädchen und Frauen im Alter von 14 bis 35 Jahren. Zunehmend erkranken daran aber auch Jungen und Männer. Typische Essstörungen sind:

### Magersucht (Anorexie)

Das Essverhalten wird sehr eingeschränkt und führt zu Untergewicht, teilweise verstärkt durch exzessiven Sport, Erbrechen o.ä. Die Wahrnehmung des eigenen Körpers ist krankheitsbedingt verzerrt: Die Betroffenen betrachten sich trotz Untergewichts weiterhin als „zu dick“.



### Bulimie

Das Selbstwertgefühl wird stark durch die eigene Figur beeinflusst. Diäten begünstigen das Auftreten von Essanfällen. Die Betroffenen versuchen, diese Essanfälle durch verschiedene Maßnahmen wie beispielsweise absichtlich herbeigeführtes Erbrechen „ungeschehen zu machen“. Schuldgefühle und depressive Stimmung sind häufige Folgen.



### Binge-Eating-Störung

Die Betroffenen leiden unter Essanfällen, die insbesondere in psychisch belastenden Situationen auftreten. Die Essanfälle führen langfristig häufig zu starkem Übergewicht, lösen außerdem bei vielen Betroffenen Schuldgefühle und depressive Stimmung aus.

Auch wenn nicht alle Merkmale einer typischen Essstörung erfüllt sind, kann eine Essstörung vorliegen. Diese sogenannten **sonstigen Essstörungen** sind häufig ebenfalls behandlungsbedürftig. Essstörungen können Ausdruck schwerwiegender seelischer Probleme sein. Der Übergang von gestörtem Essverhalten zur Krankheit Essstörung verläuft schleichend.

## Hinweise

Eine Essstörung kann vorliegen, wenn

- Essen ein Mittel wird, um zum Beispiel Stress oder Kummer zu bewältigen
- sich die Gedanken zunehmend um das Essen und um das Gewicht drehen
- aus dem Versuch, durch Nahrungseinschränkung Gewicht abzunehmen, ein Dauerzustand wird.

## Habe ich eine Essstörung? Wann sollte ich mir Hilfe suchen?

Ein auffälliges Essverhalten allein ist keine Krankheit und muss es auch nicht werden. Wenn Sie jedoch den Eindruck haben, dass Ihre Gedanken sich zunehmend um Ernährung, Gewicht und Figur drehen und diese Sie immer mehr einschränken, so dass Sie schon länger nicht mehr mit Genuss essen konnten, dann sollten Sie Hilfe in Anspruch nehmen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, sich Rat und Hilfe zu suchen: Anonym und telefonisch, im Internet, persönlich in einer Beratungsstelle oder in einer Therapieeinrichtung für Essstörungen, bei einem Arzt/ einer Ärztin oder im Rahmen einer Selbsthilfegruppe.

## Netzwerk Essstörungen Bochum

Das [Netzwerk Essstörungen Bochum](#) unterstützt Sie bei der Suche nach Anlaufstellen und therapeutischer Hilfe. Die Angebote richten sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige und andere Kontaktpersonen. Auch professionelle Helfer können hier geeignete Wege für ihre Patientinnen, Patienten bzw. Klientinnen und Klienten erfragen.

**Unsere Kontaktdaten finden Sie umseitig in diesem Flyer.**