

Ernährungspsychologische Herangehensweise in der Ernährungsberatung

Katja Kröller

Literatur

1. Dohm FA, Beattie JA, Aibel C, et al.: Factors differentiating women and men who successfully maintain weight loss from women and men who do not. *J Clin Psychol* 2001; 1: 106–17.
2. Jeor S, Brunner M, Harrington B, et al.: A classification system to evaluate weight maintainers, gainers, and losers. *J Am Diet Assoc* 1997; 5: 481–8.
3. Ellrott T: Wie Kinder essen lernen. *Ernährung* 2007; 1: 167–73.
4. Brombach C: Soziale Dimensionen des Ernährungsverhaltens. *Ernährungssoziologische Forschung. Ernährungs Umschau* 2011; 58(6): 318–24.
5. Hoffmann S, Akbar P: Konsumentenverhalten. Wiesbaden: Springer Fachmedien 2016.
6. Rossmann C, Hastall MR (eds.): *Handbuch der Gesundheitskommunikation*. Wiesbaden: Springer VS 2019.
7. Rehn J: *Gesunde Gestaltung*. Wiesbaden: Springer Fachmedien 2019.
8. Hastall MR: Abwehrreaktionen und negative Effekte von Gesundheitsinformationen. *Public Health Forum* 2017; 1: 63–5.
9. Petrocelli JV: Process and stages of change. *Counseling with the transtheoretical model of change. J Couns & Develop* 2011; 1: 22–30.
10. Greitemeyer T: *Sozialpsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer Verlag 2012.
11. Eppel H: *Stress als Risiko und Chance: Grundlagen von Belastung, Bewältigung und Ressourcen*. Stuttgart: Kohlhammer Verlag 2007.

Emotionales Essen aus ganzheitlicher Sicht

Cornelia Fiechtl

Literatur

1. Burton AL, Abbott MJ: Processes and pathways to binge eating: Development of an integrated cognitive and behavioural model of binge eating. *J Eat Disord* 2019; 7(1): 18.
2. Macht M: How emotions affect eating: A five-way model. *Appetite* 2008; 50(1): 1–11.
3. Macht M, Roth S, Ellgring H: Chocolate eating in healthy men during experimentally induced sadness and joy. *Appetite* 2002; 39(2): 147–58.
4. Fiechtl C: Food Feelings. Wie Emotionen bestimmen, was wir essen. Wien: Kremayr & Scheriau 2022.
5. Spurrell EB, Wilfley DE, Tanofsky MB, et al.: Age of onset for binge eating: are there different pathways to binge eating? *Int J Eat Disord* 1997; 21(1): 55–65.
6. Dulloo AG, Jacquet J, Montani JP: How dieting makes some fatter: From a perspective of human body composition autoregulation. *Proc Nutr Soc* 2012, 71(3), 379–89.
7. Mann T, Tomiyama AJ, Westling E, et al.: Medicare's search for effective obesity treatments. *Am Psychol* 2007, 62(3), 220–33.
8. Skurk T, Bosy-Westphal A, Grünerbel A, et al.: Empfehlungen zur Ernährung von Personen mit Typ-2-Diabetes mellitus. *Diabetologie und Stoffwechsel* 2021; 16(S02): S255–89.
9. Muraven M, Tice DM, Baumeister RF: Self-control as a limited resource: regulatory depletion patterns. *J Pers Soc Psychol* 1998; 74(3): 774–89.
10. Urbszat D, Herman CP, Polivy J: Eat, drink, and be merry, for tomorrow we diet: Effects of anticipated deprivation on food intake in restrained and unrestrained eaters. *J Abnorm Psychol* 2002; 111(2): 396–401.
11. Polivy J, Herman CP: Diagnosis and treatment of normal eating. *J Consult Clin Psychol* 1987; 55(5): 635–44.
12. Schwartz A, Doucet É: Relative changes in resting energy expenditure during weight loss: A systematic review. *Obes Rev* 2010; 11(7), 531–47.
13. Hollstein T, Ando T, Basolo A, et al.: Metabolic response to fasting predicts weight gain during low-protein overfeeding in lean men: Further evidence for spendthrift and thrifty metabolic phenotypes. *Am J Clin Nutr* 2019; 110(3): 593–604.
14. Reinhardt M, Schlögl M, Bonfiglio S, et al.: Lower core body temperature and greater body fat are components of a human thrifty phenotype. *Int J Obes* 2016; 40(5): 754–60.
15. Ernsberger P, Koletsky RJ: Biomedical rationale for a wellness approach to obesity: an alternative to a focus on weight loss. *J Soc Iss* (1999); 55(2), 221–60.
16. Dallman MF, Pecoraro NC, La Fleur SE: Chronic stress and comfort foods: Self-medication and abdominal obesity. *Brain Behav Immun* 2005, 19(4), 275–80.
17. Sominsky L, Spencer SJ: Eating behavior and stress: A pathway to obesity. *Front Psychol* 2014; 5: 434.
18. John OP, Gross JJ: Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *J Personal* 2004; 72(6): 1301–34.
19. Sutton CA, L'Insalata AM, Fazzino TL: Reward sensitivity, eating behavior, and obesity-related outcomes: A systematic review. *Physiol & Behav* 2022; 252: 113843.
20. Gearhardt AN, White MA, Potenza MN: Binge eating disorder and food addiction. *Curr Drug Abuse Rev* 2011; 4(3), 201–7.
21. Wang GJ, Volkow ND, Logan J, et al.: Brain dopamine and obesity. *Lancet* 2001; 357: 354–7.
22. Tylka TL, Annunziato RA, Burgard D, et al.: The weight-inclusive versus weight-normative approach to health: evaluating the evidence for prioritizing well-being over weight loss. *J Obes* 2014; e983495.
23. Tylka TL, Wilcox JA: Are intuitive eating and eating disorder symptomatology opposite poles of the same construct? *J Counsel Psychol* 2006; 53(4): 474–85.
24. Van Dyke N, Drinkwater EJ: Relationships between intuitive eating and health indicators: Literature review. *Public Health Nutr* 2014; 17(8): 1757–66.
25. Bacon L, Keim NL, Van Loan MD, et al.: Evaluating a 'non-diet' wellness intervention for improvement of metabolic fitness, psychological well-being and eating and activity behaviors. *Int J Obes* 2002; 26(6): 854–65.

Emotionen und Emotionskompetenz in Ernährungsberatung und -therapie

Sonja Mannhardt, Anja Schneider

Literatur

1. Wenger M, Jones FN, Jones MH: Emotional behavior. In: Candland DK (ed.): *Emotion, bodily change*. Princeton: Van Dostrand 1962, 3–10.
2. Ohlrich-Hahn S, Buchholz D: Der German-Nutrition Care Prozess (G-NCP) mit besonderem Fokus auf die Ernährungsberatung: Update 2022. *Ernährungs Umschau, Sonderheft 2 – Ernährungsmedizin und Diätetik*: 4–11.
3. Mannhardt S, Portius D: Ernährungstherapeutische Beratung komplex erkrankter Patienten. *Ernährung und Medizin* 2024; 39: 4–9.
4. Klotter C: *Einführung Ernährungspsychologie*. München: Ernst Reinhardt Verlag 2024.
5. Pudel V, Westenhöfer J: *Ernährungspsychologie*. Göttingen: Hogrefe 1991.
6. BMF. Einsamkeitsbarometer 2024. www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/einsamkeitsbarometer-2024-237576 (last accessed on 26 June 2024).
7. Robert Koch Institut: Mental Health Surveillance 2023. www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/MHS/Quartalsberichte/2023-Q2_MHS-Bericht.pdf?__blob=publicationFile (last accessed on 26 June 2024).
8. Hahn L: Der Rucksack meiner Klient*innen. Editorial. *Ernährungs Umschau* 2023; 70(9): M529.
9. Klotter C: *Ernährungspsychologie Teil 1 und Teil 2*. Bonn: BLE-Medienservice 2022.
10. Schmidt-Atzert L, Peper M, Stemmler G: *Emotionspsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer 2014.
11. Landweer H, Renz U: *Handbuch Klassische Emotionstheorien: Von Platon bis Wittgenstein*. Berlin: De Gruyter 2012.
12. Kleinginna PR, Kleinginna AM: A categorized list of emotion definitions, with suggestions for a consensual definition. *Motiv Emot* 1981; 5(4): 345–79.
13. Study Smarter: Klassifikation von Emotionen: Emotionstheorien. www.studysmarter.de/schule/psychologie/grundlagendisziplinen-der-psychologie/klassifikation-von-emotionen/ (last accessed on 26 June 2024).
14. Geuter U: Emotionen – Modelle der Emotionalität als Grundlage körperpsychotherapeutischer Praxis. In: Geuter U (ed.): *Körperpsychotherapie. Psychotherapie: Praxis*. Heidelberg, Berlin: Springer 2023, 209–43.
15. Sachse R, Langens T: *Emotionen und Affekte in der Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe 2014.
16. Akademie für verstehende Tiefenpsychologie: *Affekte – Wildwasser der Seele*. www.verstehende-tiefenpsychologie.de/index.php?article_id=2 (last accessed on 2 June 2024).
17. Adler A: *Menschenkenntnis*. Köln: Anaconda 2008.
18. Coriando PL: *Affektenlehre und Phänomenologie der Stimmungen*. Frankfurt: Klostermann 2002.
19. Brunner R, Titze M: *Wörterbuch der Individualpsychologie*. München: Ernst Reinhardt 1995.
20. Fuest A, John F, Wenke M: *Handbuch der individualpsychologischen Beratung in Theorie und Praxis*. Münster: Waxmann 2014.
21. Tymister HJ, Mannhardt S: *Akademie für Beratung und Philosophie. Beraterweiterbildung. Schulungsunterlagen 2002–2024, unveröffentlicht*.
22. Saarni C: *The development of emotional competence*. New York: Guilford Press 1999.
23. Rogers C: *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt: Fischer Taschenbuch 1983.
24. Macht M: Essen und Emotionen. *Ernährungs Umschau* 2005; 52(8): 304–8.

Die ernährungstherapeutisch-tiefenpsychologische Beratung

Geschichte, Menschenbild und Nutzen für Ernährungsfachkräfte

Sonja Mannhardt

Literatur

1. Klotter C: Einführung Ernährungspsychologie. 5th ed., Stuttgart: utb 2024.
2. Letzner F: Ist Essen Kopfsache. *Ernährung und Medizin* 2024; 39: 27–31.
3. Pudiel V, Westenhöfer J: Ernährungspsychologie. Eine Einführung. Göttingen: Hogrefe 1991.
4. Hahn L: Der Ruckack meiner Klient*innen. Editorial. *Ernährungs Umschau* 2023; 70(9): M529.
5. Klotter C: Ernährungspsychologie. Werkzeug für die Beratung, Teil 1 & 2. *Ernährung im Fokus; Sonderausgabe* 1/2022.
6. *Ernährung und Medizin. Ernährung und Psyche* 2024; 39: 1.
7. UGB: Bio-psycho-sozial: Gesundheit neu gedacht. *UGBforum* 2/2024.
8. Schneider A, Mannhardt S: Tiefenpsychologische Beratung. Chance für Ernährungsfachkräfte. *UGBforum* 2024; 2: 68–71.
9. Mannhardt S: Das Unbewusste isst mit. *Ernährung & Medizin* 2024; 39: 10–5.
10. Mannhardt S, Portius D: Ernährungstherapeutische Beratung komplex erkrankter Patienten. *Ernährung & Medizin* 2024; 39: 4–9.
11. Akademie Beratung und Philosophie: Hans Josef Tymister. <https://beratung-und-philosophie.de/geschichte/profem-dr-h-j-tymister/> (last accessed on 1 July 2024).
12. Ohlrich-Hahn S, Buchholz D: Der German-Nutrition Care Prozess (G-NCP) mit besonderem Fokus auf die Ernährungsberatung: Update 2022. *Ernährungs Umschau* 2022; 12: M668–77.
13. Hauner H, Beyer-Reiners E, Bischoff G, et al.: LEKUP Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis. *Aktuell Ernährungsmed* 2019; 44: 384–419.
14. Koordinierungskreis zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung/-therapie und Ernährungsbildung: Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung/-therapie und Ernährungsbildung in Deutschland. www.dge.de/fileadmin/dok/qualifikation/qs/Koordinierungskreis-Rahmenvereinbarung-QS-EB.pdf (last accessed on 1 July 2024).
15. Kassenärztliche Bundesvereinigung: Ernährung – Möglichkeiten der Beratung und Therapie. Tipps für die Praxis und Beispiele. www.kbv.de/media/sp/PraxisWissen_Ernaehrung.pdf (last accessed on 6 July 2024).
16. Maio G: *Mittelpunkt Mensch: Ethik in der Medizin*. Stuttgart: Schattauer 2012.
17. Fehrenschild M: Dr. Michael de Ridder: „Medizin wieder menschlicher gestalten“. <https://aerztestellen.aerzteblatt.de/de/redaktion/dr-michael-de-ridder-medizin-wieder-menschlicher-gestalten> (last accessed on 1 October 2024).
18. Ö1: Radiosendung Radiokolleg. Menschenbilder in der Psychotherapie. 5.–8. Mai 2014. www.klientenzentriert.at/wie-geschieht-veraenderung-menschenbilder-in-der-psychotherapie/ (last accessed on 1 July 2024).
19. Antholzer R: Die Menschenbilder der Psychotherapie. https://gibb-ev.de/images/downloads/anthropologie_1.pdf (last accessed on 1 July 2024).
20. Simon FB: Zum Menschenbild und ICH der systemischen Theorie. www.carl-auer.de/magazin/kehrwoche/zu-menschenbild-und-ich-in-der-systemischen-theorie (last accessed on 1 July 2024).
21. Studyflix: Stimulus-Response-Modell. <https://studyflix.de/biologie/behaviorismus-2586> (last accessed on 1 July 2024).
22. Rufener A, Jent S: *Der Ernährungstherapeutische Prozess*. Bern: Hogrefe 2016.
23. Adler A: *Der Sinn des Lebens* (1933). Köln: Anaconda 2008.

Vertiefende Literatur

- Adler A: *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*. Köln: Anaconda 1930.
- Adler A: *Psychotherapie und Erziehung* (Bd. 1). Frankfurt: Fischer 1982.
- Adler A: *Menschenkenntnis* (1927). Köln: Anaconda 2008.
- Fuest A, John F, Wenke M (eds.): *Handbuch der individualpsychologischen Beratung in Theorie und Praxis*. Münster: Waxmann 2014.
- Theobald S: *Ernährungstherapie*. Bern: utb 2021.
- Tymister HJ: *Individualpsychologisch-pädagogische Beratung. Begründungen – Funktion – Methoden*. München: Reinhard 1990.
- Tymister HJ: *Pädagogische Beratung mit Kindern und Jugendlichen*. Hamburg: Bergmann 1996.
- Tymister HJ, Mannhardt S: *Weiterbildungsunterlagen zur tiefenpsychologischen Beraterweiterbildung der Akademie für Beratung und Philosophie GbR, Müllheim und Jahrbücher 2002–2024*, unveröffentlicht.

Reduktion emotionalen Essverhaltens durch ein achtsamkeitsbasiertes verhaltenstherapeutisches Training

Michael Macht, Heiner Vogel

Literatur

- Macht M: *Emotionales Essverhalten: Mechanismen, Entstehung, Behandlung*. Psychotherapeutenjournal 2021; 20(3): 229–34.
- Macht M: *Hunger, Frust und Schokolade. Die Psychologie des Essens*. München: Droemer 2021.
- Canetti L, Berry EM, Elizur Y: Psychosocial predictors of weight loss and psychological adjustment following bariatric surgery and a weight-loss program: the mediating role of emotional eating. *Int J Eat Disord* 2009; 42(2): 109–17.
- Byrne S, Cooper Z, Fairburn C: Weight maintenance and relapse in obesity: a qualitative study. *Int J Obes Relat Metab Disord* 2003; 27(8): 955–62.
- Braden A, Flatt SW, Boutelle KN, Strong D, Sherwood NE, Rock CL: Emotional eating is associated with weight loss success among adults enrolled in a weight loss program. *J Behav Med* 2016; 39(4): 727–32.
- Blair AJ, Lewis VJ, Booth DA: Does emotional eating interfere with success in attempts at weight control? *Appetite* 1990; 15(2): 151–7.
- Mason AE, Epel ES, Aschbacher K, et al.: Reduced reward-driven eating accounts for the impact of a mindfulness-based diet and exercise intervention on weight loss: data from the SHINE randomized controlled trial. *Appetite* 2016; 100: 86–93.
- Kristeller J, Wolever RQ, Sheets V: Mindfulness-based eating awareness training (MB-EAT) for binge eating: a randomized clinical trial. *Mindfulness* 2014; 5(3): 282–97.
- Kristeller JL, Hallett CB: An exploratory study of a meditation-based intervention for binge eating disorder. *J Health Psychol* 1999; 4(3): 357–63.
- Dalen J, Smith BW, Shelley BM, Sloan AL, Leahigh L, Begay D: Pilot study: mindful eating and living (MEAL): weight, eating behavior, and psychological outcomes associated with a mindfulness-based intervention for people with obesity. *Complement Ther Med* 2010; 18(6): 260–4.
- Katterman SN, Kleinman BM, Hood MM, Nackers LM, Corsica JA: Mindfulness meditation as an intervention for binge eating, emotional eating, and weight loss: a systematic review. *Eat Behav* 2014; 15(2): 197–204.
- Roosen MA, Safer D, Adler S, Cebolla A, van Strien T: Group dialectical behavior therapy adapted for obese emotional eaters; a pilot study. *Nutr Hosp* 2012; 27(4): 1141–7.
- Macht M: *Iss mit Gefühl. Ein Trainingsprogramm zur Überwindung emotionalen Essverhaltens*. Unveröffentlichtes Manuskript. Universität Würzburg 2022.
- Herber K: *Auslöser und Modifikation emotionalen Essverhaltens - Feldstudien zum emotionalen Essverhalten und seiner Veränderung durch ein achtsamkeitsbasiertes Training*. Dissertation. Würzburg 2014.
- Grunert SC: Ein Inventar zur Erfassung von Selbstaussagen zum Ernährungsverhalten. *Diagnostica* 1989; 35(2): 167–79.
- van Strien T, Frijters JER, Bergers GPA, Defares PB: The dutch eating behavior questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *Int J Eat Disord* 1986; 5: 295–315.
- Macht M, Wieser E, Bühner M: *Gourmet-Fragebogen: ein Instrument zur Erfassung genussorientierten Essverhaltens*. Unveröffentlichtes Manuskript. Universität Würzburg 2007.
- Berking M, Znoj H: Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen (SEK- 27). *Zeitschrift für Psychiatrie Psychol und Psychother* 2008; 56: 141–53.
- Wardle J: Eating style: a validation study of the Dutch eating behaviour questionnaire in normal subjects and women with eating disorders. *J Psychosom Res* 1987; 31(2): 161–9.
- Svaldi J, Naumann E, Trentowska M, Schmitz F: General and food-specific inhibitory deficits in binge eating disorder. *Int J Eat Disord* 2014; 47(5): 534–42.
- Pinaquy S, Chabrol H, Simon C, Louvet J-P, Barbe P: Emotional eating, alexithymia, and binge-eating disorder in obese women. *Obes Res* 2003; 11(2): 195–201.
- Nagl M, Jacobi C, Paul M, et al.: Prevalence, incidence, and natural course of anorexia and bulimia nervosa among adolescents and young adults. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2016; 25(8): 903–18.
- Davis C, Levitan RD, Kaplan AS, et al.: Reward sensitivity and the D2 dopamine receptor gene: a case-control study of binge eating disorder. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry* 2008; 32(3): 620–8.
- Franke GH: *SCL-90®-S. Symptom-Checklist-90®-Standard - Manual*. Göttingen: Hogrefe 2014.
- Cohen J: *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NY: Lawrence Erlbaum Associates 1988.
- Warren JM, Smith N, Ashwell M: A structured literature review on the role of mindfulness, mindful eating and intuitive eating in changing eating behaviours: effectiveness and associated potential mechanisms. *Nutr Res Rev* 2017; 30: 272–83.
- Frayn M, Livshits S, Knäuper B: Emotional eating and weight regulation: a qualitative study of compensatory behaviors and concerns. *J Eat Disord* 2018; 6: 23.

Handlungsstrategien für herausfordernde Beratungssituationen

Julia Kugler

Literatur

1. Schulz von Thun F: *Miteinander reden 1–4. Sonderausgabe*, Reinbek: Rowohlt Verlag 2023.
2. Gutknecht D, Jessel H, Lamm B, et al.: *Jedes Verhalten hat seinen Sinn. Herausfordernden Kindern in der KiTa begegnen*. Freiburg: Herder Verlag 2023.
3. Miller R, Rollnick S: *Motivierende Gesprächsführung*. Freiburg: Lambertus Verlag 2015.
4. Dorsch – *Lexikon der Psychologie* (eds.): *Widerstand*. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/widerstand> (last accessed 10 July 2024).
5. Falkenberg I: *Medikamentenadhärenz*. In: Kircher T (ed.): *Kompendium der Psychotherapie*. Berlin: Springer 2019, pp 71–100.

„Grenzbereich“ Ernährungspsychologie

Peter Linsel

Literatur

1. Dietrich G: *Allgemeine Beratungspsychologie*. Göttingen: Hogrefe 1983.
2. Elbing E: *Zur gegenwärtigen Situation der Beratung im psychosozialen Feld. Psychologische Arbeiten und Berichte (PAB)*. München: Universität, Abteilung Psychologische Beratung und Intervention 2002.
3. *Psychotherapeutengesetz – PsychThG, Gesetz über den Beruf der Psychotherapeutin und des Psychotherapeuten Abschnitt 1*.
www.gesetze-im-internet.de/psychthg_2020/ (last accessed on 15 August 2024).
4. Klotter C: *Einführung Ernährungspsychologie*. 4th ed., Tübingen: utb Verlag 2020.
5. Pudel V, Westenhöfer J: *Ernährungspsychologie. Eine Einführung*. 3rd ed., Göttingen: Hogrefe 2004.
6. Gerrig RJ, Zimbardo PG: *Psychologie*. 18th ed., Pearson 2008.

Psychische Auswirkungen auf Ernährungsfachkräfte durch den Umgang mit traumatisierten Klient*innen in der Ernährungsberatung

Franziska Puzik, Christoph Klotter, Wolfram Trautmann

Literatur

1. Klotter C, Trautmann W: Warum Ernährungspsychologie in der Ernährungsberatung gebraucht wird. *Ernährungs Umschau* 2009; 9-10: 565-7.
2. Gräbener J: Umgang mit traumatisierten Patienten. Köln: Psychiatrie-Verlag 2013.
3. World Health Organisation (2021): ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. QE84 Acute Stress Reaction. <https://icd.who.int/browse11/lm/en/http://id.who.int/icd/entity/505909942> (last accessed on 9 January 2022).
4. Flatten G, Bär O, Becker K et al. (2019): S2k-Leitlinie: Diagnostik und Behandlung von akuten Folgen psychischer Traumatisierung. *Trauma und Gewalt* 2019; 5(3): 214-21.
5. Spannenberg E: Behutsame Traumaintegration (TRIMB). Belastende Erfahrungen lösen mit Atmung, Bewegung und Imagination. Stuttgart: Klett-Cotta 2015.
6. Riffer F, Sprung M, Kaiser E, Streibl L: Therapeutische Beziehungen. Aktuelle Konzepte im Kontext der Behandlung psychisch kranker Menschen. 4th ed., Berlin: Springer Verlag 2020.
7. Figley CR: Compassion fatigue as a secondary traumatic stress disorder: An overview. <https://psycnet.apa.org/record/1995-97891-001> (last accessed on 3 January 2022).
8. Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte: ICD-11 in Deutsch. www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html (last accessed on 5 May 2022).
9. Flick U, Kardorff EVV, Steinke I: Qualitative Forschung. Ein Handbuch. 19th ed., Reinbek bei Hamburg: rowohlts enzyklopädie im Rowohlt Taschenbuch Verlag 2019.
10. Korittko A: Traumafolgen in der Erziehungsberatung. Richtig erkennen und gezielt helfen, 1st ed., Weinheim, Basel: Beltz Juventa 2019.
11. Mayring P: Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 11th ed., Weinheim, Basel: Beltz 2010.
12. Glogowski S: Berufsprofil: Ernährungsberatung und Speiseversorgung von psychisch Erkrankten. Interview mit Eva Maria Dalshad. *Ernährungs Umschau* 2021; 68(9): S62-4.
13. Buchholz D, Demirel A, Meteling-Eeken M, Erickson N, et al.: Manual für den German-Nutrition-Care Process (G-NCP). Ein Standardwerk für die Durchführung, Weiterentwicklung, Überprüfung und Qualitätssicherung der Diätetik in Deutschland. 1st ed., Lengerich: Pabst Science Publishers 2015.
14. Weiß W, Kavemann B: Philipp sucht sein Ich. Zum pädagogischen Umgang mit Traumata in den Erziehungshilfen. 9th ed., Weinheim: Beltz 2021.
15. Deisel E, Buchholz D, Valentini L, Ramminger S, Klotter C: Stellenwert der Ernährungsberatung durch DiätassistentInnen in der Therapie von Anorexia und Bulimie nervosa. *Akt Ern Med* 2018; 43(2): 226-7.
16. Lang B, Schirmer C, Andreae de Hair I, et al.: Standards für traumapädagogische Konzepte in der stationären Kinder- und Jugendhilfe. www.institut-traumapaedagogik.de/files/positionspapier_11-2011.pdf (last accessed on 5 May 2022).
17. Rieckmann R: Traumapatienten in der ernährungstherapeutischen Beratung. *Ernährung im Fokus* 2018; 1/2: 57-61.

Können wir eine Depression auch mit Ernährung beeinflussen?

Sabrina Mörkl

Literatur

1. www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html (last accessed on 2 November 2023).
2. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB130/B130_9-en.pdf (last accessed on 2 November 2023).
3. Maes M, Yirmiya R, Norberg J, et al.: The inflammatory & neurodegenerative (I&ND) hypothesis of depression: leads for future research and new drug developments in depression. *Metab Brain Dis* 2009; 24: 27–53.
4. Klesse C, Berger M, Bermejo I, et al.: Evidenzbasierte Psychotherapie der Depression. *Psychotherapeut* 2010; 55: 247–63.
5. Sansone RA, Sansone LA: Antidepressant adherence: are patients taking their medications? *Innov Clin Neurosc* 2012; 9: 41.
6. Chang CK, Hayes RD, Perera G, et al.: Life expectancy at birth for people with serious mental illness and other major disorders from a secondary mental health care case register in London. *PloS one* 2011; 6: e19590.
7. Teasdale SB, Ward PB, Samaras K, et al.: Dietary intake of people with severe mental illness: systematic review and meta-analysis. *Brit J Psychiatry* 2019; 214: 251–59.
8. Lane MM, Gamage E, Travica N, et al.: Ultra-processed food consumption and mental health: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Nutrients* 2022; 14: 2568.
9. Dinan T (ed.): *Nutritional Psychiatry: a primer for clinicians*. Cambridge University Press 2023.
10. Schellekens H: Microbiome-gut-brain axis in Nutritional Psychiatry. *Europ Psychiatry* 2023; 66(S1): S5.
11. Sarris J, Logan AC, Akbaraly TN, et al.: Nutritional medicine as mainstream in psychiatry. *Lancet Psychiatry* 2015; 2(3): 271–74.
12. Adan RA, van der Beek EM, Buitelaar JK, et al.: Nutritional psychiatry: towards improving mental health by what you eat. *Europ Neuropsychopharmacol* 2019; 29(12): 1321–32.
13. Mörkl S, Stell L, Buhai DV, et al.: 'An Apple a Day?': Psychiatrists, psychologists and psychotherapists report poor literacy for nutritional medicine: international survey spanning 52 countries. *Nutrients* 2021; 13: 822.
14. Barnes-Svarney P, Svarney TE: *The Handy Biology Answer Book*. Visible Ink Press 2014. www.papertrell.com/apps/preview/The-Handy-Biology-Answer-Book/handy%20answer%20book/How-many-enzymes-are-in-the-human-body/001137031/content/SC/52caff2582fad14abfa5c2e0_default.html (last accessed on 2 November 2023).
15. Duff J: *Nutrition for ADHD and autism, clinical neurotherapy*. Elsevier 2014, 357–81.
16. Gropper SS, Smith JL.: *Advanced nutrition and human metabolism*. Cengage Learning 2012.
17. Maximino C: *Serotonin and anxiety: neuroanatomical, pharmacological, and functional aspects*. New York: Springer 2012.
18. Peuhkuri K, Sihvola N, Korpela R: Dietary factors and fluctuating levels of melatonin. *Food Nutr Res* 2012; 56: 17252.
19. Morton DJ: Possible mechanisms of inhibition and activation of rat N-acetyltransferase (EC 2.3.1.5.) by cations. *J Neural Transm* 1989; 75: 51–64.
20. Zaouali-Ajina M, Gharib A, Durand G, et al.: Dietary docosahexaenoic acid-enriched phospholipids normalize urinary melatonin excretion in adult (n-3) polyunsaturated fatty acid-deficient rats. *J Nutr* 1999; 129: 2074–80.
21. Sarris J, Ravindran A, Yatham LN, et al.: Clinician guidelines for the treatment of psychiatric disorders with nutraceuticals and phytoceuticals: The World Federation of Societies of Biological Psychiatry (WFSBP) and Canadian Network for Mood and Anxiety Treatments (CANMAT) Taskforce. *World J Biol Psychiatry* 2022; 23: 424–55.
22. Musazadeh V, Zarezadeh M, Faghfour AH: Saffron, as an adjunct therapy, contributes to relieve depression symptoms: an umbrella meta-analysis. *Pharmacol Res* 2022; 175: 105963.
23. Ceolin G, Mano GPR, Hames NS, et al.: Vitamin D, depressive symptoms, and Covid-19 pandemic. *Frontiers in neuroscience* 2021; 15: 670879.
24. Grosso G, Galvano F, Marventano S, et al.: Omega-3 fatty acids and depression: scientific evidence and biological mechanisms. *Oxid Med Cell Longev* 2014; 313570.
25. Brigitta B: *Pathophysiology of depression and mechanisms of treatment*. *Dialogues Clin Neurosci* 2002; 4(1): 7–20.
26. IMD Labor Berlin: Die Indolamin-2,3-Dioxygenase (IDO) als zentraler Regulator des Tryptophan-/Kynurenin-/Serotonin-Haushaltes. www.imd-berlin.de/fachinformationen/diagnostikinformationen/indolamin-23-dioxygenase-regulator-des-tryptophan-kynurenin-serotonin-haushaltes. (last accessed on 2 November 2023).
27. Allen J, Romay-Tallon R, Brymer KJ, Caruncho HJ, Kalynchuk LE: Mitochondria and mood: mitochondrial dysfunction as a key player in the manifestation of depression. *Frontiers in neuroscience* 2018; 12: 386.
28. Norwitz NG, Sethi S, Palmer CM: Ketogenic diet as a metabolic treatment for mental illness. *Curr Opin Endocrinol Diabetes Obes* 2020; 27: 269–74.
29. Sharma S, Akundi RS: Mitochondria: a connecting link in the major depressive disorder jigsaw. *Curr neuropharmacol* 2019; 17: 550–62.
30. Huang F, Wu X: Brain neurotransmitter modulation by gut microbiota in anxiety and depression. *Front Cell Dev Biol* 2021; 9: 649103.
31. Hill MJ: Intestinal flora and endogenous vitamin synthesis. *Eur J Cancer* 1997; *Prev 6 Suppl 1*: S43–5.
32. Mörkl S, Butler MI, Wagner-Skacel J: Gut-brain-crosstalk—the vagus nerve and the microbiota-gut-brain axis in depression. A narrative review. *J Affect Disord Rep* 2023; 13: 100607

33. Horstmann A: Welchen Beitrag leistet das Gehirn zur Ernährungsverantwortung? *Ernährungs Umschau* 2022; 69(6): M314–21. DOI: 10.4455/eu.2022.017
34. Schell M, Kleinridders A: Intuitive eating? Central regulation of food intake by nutrients and metabolic hormones. *Ernährungs Umschau* 2022; 69(11): 176–86.
35. Wagner I, Groeneveld M: Ernährung, Darmmikrobiota und Gesundheit – Diversity Matters. Teil 1. *Ernährungs Umschau* 2022; 69(4): M204–15.
36. Wagner I, Groeneveld M: Ernährung, Darmmikrobiota und Gesundheit – Diversity Matters. Teil 2. *Ernährungs Umschau* 2022; 69(6): M327–35.
37. Valles-Colomer M, Falony G, Darzi Y, et al.: The neuroactive potential of the human gut microbiota in quality of life and depression. *Nat Microbiol* 2019; 4: 623–32.
38. Nikolova VL, Smith MRB, Hall LJ, Cleare AJ, Stone JM, Young AH: Perturbations in gut microbiota composition in psychiatric disorders: a Review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry* 2021; 78: 1343–54.
39. Safadi JM, Quinton AMG, Lennox BR, Burnet PWJ, Minichino A: Gut dysbiosis in severe mental illness and chronic fatigue: a novel trans-diagnostic construct? A systematic review and meta-analysis. *Molec Psychiatry* 2022; 27: 141–53.
40. Baysak E, Guden D, Aricioglu F, Halaris A: C-reactive protein as a potential biomarker in psychiatric practice: Are we there yet? *World J Biol Psychiatry* 2021; 23: 1–37.
41. Dinan TG, Stanton C, Cryan J: Psychobiotics: a novel class of psychotropic. *Biol Psychiatry* 2013; 74: 720–26.
42. Zagórska A, Marcinkowska M, Jamrozik M, Wiśniowska B, Paśko P: From probiotics to psychobiotics—the gut-brain axis in psychiatric disorders. *Beneficial Microbes* 2020; 11: 717–32.
43. Dawod B, Marshall JS, Azad MB: Breastfeeding and the developmental origins of mucosal immunity: how human milk shapes the innate and adaptive mucosal immune systems. *Curr Opin Gastroenterol* 2021; 37: 547–56.
44. Minelli EB, Benini A: Relationship between number of bacteria and their probiotic effects. *Microb Ecol Health Dis* 2009; 20: 180–83.
45. Liu RT, Walsh RFL, Sheehan AE: Prebiotics and probiotics for depression and anxiety: a systematic review and meta-analysis of controlled clinical trials. *Neurosci Biobehav Rev* 2019; 102: 13–23.
46. Nikolova VL, Cleare AJ, Young AH, Stone JM: Updated review and meta-analysis of probiotics for the treatment of clinical depression: adjunctive vs. stand-alone treatment. *J Clin Med* 2021; 10: 647.
47. Cusotto S, Clarke G, Dinan TG, Cryan JF: Psychotropics and the microbiome: a chamber of secrets. *Psychopharmacol (Berl)* 2019; 236: 1411–432.
48. Gao R, Zhang X, Huang L, Shen R, Qin H: Gut microbiota alteration after long-term consumption of probiotics in the elderly. *Probiotics Antimicrob Proteins* 2019; 11(2): 655–66.
49. Vaghef-Mehrabany E, Maleki V, Behrooz M, Ranjbar F, Ebrahimi-Mameghani M: Can psychobiotics “mood”ify gut? An update systematic review of randomized controlled trials in healthy and clinical subjects, on anti-depressant effects of probiotics, prebiotics, and synbiotics. *Clin Nutr* 2020; 39: 1395–410.
50. Pandey M, Bhati A, Priya K, Sharma KK, Singhal B: Precision postbiotics and mental health: the management of post-COVID-19 complications. *Probiotics Antimicrob Proteins* 2022; 14: 426–48.
51. Firth J, Marx W, Dash S, et al.: The effects of dietary improvement on symptoms of depression and anxiety: a meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychosom Med* 2019; 81: 265–80.
52. Jacka FN, O’Neil A, Opie R, et al.: A randomised controlled trial of dietary improvement for adults with major depression (the ‘SMILES’ trial). *BMC Med* 2017; 15: 23.
53. Berding K, Bastiaanssen TFS, Moloney GM, et al.: Feed your microbes to deal with stress: a psychobiotic diet impacts microbial stability and perceived stress in a healthy adult population. *Mol Psychiatry* 2023; 28: 601–10.
54. Ashktorab H, Oppong-Twene P, Maecker HT, et al.: Saffron as an adjuvant therapy in ulcerative colitis patients. *Gastroenterol* 2022; 162: S18.
55. Fusar-Poli L, Voza L, Gabbiadini A, et al.: Curcumin for depression: a meta-analysis. *Crit Rev Food Sci Nutr* 2020; 60: 2643–653.
56. Ng QX, Koh SSH, Chan HW, Ho CYX: Clinical use of curcumin in depression: a meta-analysis. *J Am Med Dir Assoc* 2017; 18: 503–8.
57. Wang Z, Zhang Q, Huang H, Liu Z: The efficacy and acceptability of curcumin for the treatment of depression or depressive symptoms: a systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord* 2021; 282: 242–51.
58. Burge K, Gunasekaran A, Eckert J, Chaaban H: Curcumin and intestinal inflammatory diseases: molecular mechanisms of protection. *Int J Mol Sci* 2019; 20: 1912
59. Niamsa N, Sittiwet C: Antimicrobial activity of curcuma longa aqueous extract. *J Pharmacol Toxicol* 2009; 4: 173–77.
60. Shabbir U, Rubab M, Daliri EBM, Chelliah R, Javed A, Oh DH: Curcumin, quercetin, catechins and metabolic diseases: the role of gut microbiota. *Nutrients* 2021; 13: 206.
61. Dai L, Chen L, Wang W: Safety and efficacy of saffron (*Crocus sativus* L.) for treating mild to moderate depression: a systematic review and meta-analysis. *J Nerv Ment Dis* 2020; 208: 269–76.
62. Ghaderi A, Asbaghi O, Reiner Ž, et al.: The effects of saffron (*Crocus sativus* L.) on mental health parameters and C-reactive protein: a meta-analysis of randomized clinical trials. *Complement Ther Med* 2020; 48: 102250.
63. Hausenblas HA, Saha D, Dubyak PJ, Anton SD: Saffron (*Crocus sativus* L.) and major depressive disorder: a meta-analysis of randomized clinical trials. *J Integr Med* 2013; 11: 377–83.
64. Toth B, Hegyi P, Lantos T, et al.: The efficacy of saffron in the treatment of mild to moderate depression: a meta-analysis. *Planta Med* 2019; 85: 24–31.
65. Marx W, Manger SH, Blencowe M, et al.: Clinical guidelines for the use of lifestyle-based mental health care in major depressive disorder: World Federation of Societies for Biological Psychiatry (WFSBP) and Australasian Society of Lifestyle Medicine (ASLM) taskforce. *World J Biol Psychiatry* 2023; 24: 333–86.

Essstörungen – ein Update

Eva Wunderer, Cäcilia Hasenöhl, Anna Hofer, Enikö Schradi

Literatur

1. American Psychiatric Association (APA): Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-5. Deutsche Ausgabe herausgegeben von Peter Falkai und Hans-Ulrich Wittchen. Göttingen: Hogrefe 2015.
2. Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM): ICD-11 in Deutsch – Entwurfsfassung. www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html (last accessed on 12 February 2024).
3. Hasenöhl C, Pleyner I, Wiegrebe L, Wunderer E: Stigmatisierung durch Sprache bei Essstörungs-Erfahrenen. „So Bulimie, ok kotzen, Anorexie, nix essen. Binge-Eating sind die Fettschweine“. *SoZA* 2022; 72(10): 369–75. DOI: 10.5771/0490-1606-2022-10-369.
4. Bourne L, Bryant-Waugh R, Cook J, Mandy W: Avoidant/restrictive food intake disorder. A systematic scoping review of the current literature. *Psychiatry Res* 2020; 288: 112961. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112961.
5. Silén Y, Keski-Rahkonen A: Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people. *Current Opin in Psychiatry* 2022; 35(6): 362–71. DOI: 10.1097/YCO.0000000000000818.mc.
6. Mangweth-Matzek B, Kummer KK, Hoek HW: Update on the epidemiology and treatment of eating disorders among older people. *Curr Opin Psychiatry* 2023; 36(6): 405–41. DOI: 10.1097/YCO.0000000000000893.
7. Cohrdes C, Göbel K, Schlack R, Hölling H: Essstörungssymptome bei Kindern und Jugendlichen: Häufigkeiten und Risikofaktoren: Ergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz* 2019; 62(10): 1195–204. DOI: 10.1007/s00103-019-03005-w.
8. Couturier J, Norris M: The shadow pandemic: eating disorders, youth, and COVID-19. *J Adolesc Health* 2023; 72(3): 321–2. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2022.12.008.
9. Matsumoto N, Kadowaki T, Takanaga S, Shigeyasu Y, Okada A, Yorifuji T: Longitudinal impact of the COVID-19 pandemic on the development of mental disorders in preadolescents and adolescents. *BMC Public Health* 2023; 23(1): Art. 1308. DOI: 10.1186/s12889-023-16228-z.
10. Wunderer E, Hofer A, Schradi E, Borse S, Schnebel, A (im Druck): Essstörungen. In: DHS (ed.): *Jahrbuch Sucht* 2024. Lengerich: Pabst 2024, 123–33.
11. Schmidt U, Adan R, Böhm I, Campbell IC, Dingemans A, Ehrlich S, et al.: Eating disorders: the big issue. *Lancet Psychiatry* 2016; 3(4): 313–5. DOI: 10.1016/S2215-0366(16)00081-X.
12. Barakat S, et al.: Risk factors for eating disorders: Findings from a rapid review. *J Eat Disord* 2023; 11(1): 1–31. DOI: 10.1186/s40337-022-00717-4.
13. Zanella E, Lee E: Integrative review on psychological and social risk and prevention factors of eating disorders including anorexia nervosa and bulimia nervosa: seven major theories. *Heliyon* 2022; 8(11): e11422. DOI: 10.1016/j.heliyon.2022.
14. McNamara N, Parsons H: 'Everyone here wants everyone else to get better': the role of social identity in eating disorder recovery. *Br J Soc Psychol.* 2016; 55(4): 662–80. DOI: 10.1111/bjso.12161.
15. Wunderer E: *Praxishandbuch Soziale Arbeit mit Menschen mit Essstörungen*. Weinheim: Juventa 2015.
16. Van Malderen E, De Coen J, Taquet J, Goossens L: The role of family factors in eating disorders. In: Robinson P, Wade T, Herpertz-Dahlmann B, Fernandez-Aranda F, Treasure J, Wonderlich S (eds.): *Eating disorders*. Cham: Springer 2023, 1–14. DOI: 10.1007/978-3-030-97416-9_26-1.
17. Wunderer E, Hierl F, Götz M: Einfluss sozialer Medien auf Körperbild, Essverhalten und Essstörungen. *PiD – Psychotherapie im Dialog* 2022; 23(01): 85–9. DOI: 10.1055/a-1477-1077.
18. Herpertz S, Fichter M, Herpertz-Dahlmann B, et al. (eds.): *S3-Leitlinie Diagnostik und Behandlung der Essstörungen*. Berlin Heidelberg: Springer 2019. DOI: 10.1007/978-3-662-59606-7.
19. Haas K: Ernährungserhebungsmethoden. In: Theobald S (ed.): *Ernährungstherapie: Ein evidenzbasiertes Kompaktlehrbuch*. Bern: utb Hauptverlag 2021, 362–7.
20. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE e. V.): *Gut essen und trinken – die DGE-Empfehlungen. Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen für Deutschland*. www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-empfehlungen/ (last accessed on 11 March 2024).
21. Baumer V, Wunderer E: Ernährungstherapie bei Essstörungen. *Ernährungs Umschau* 2009; 56(7): B25–8.
22. Haas V, Wechsung K, Kaiser V, et al.: Comparing family-based treatment with inpatient treatment in youth with anorexia nervosa eligible for hospitalization: a 12-month feasibility study. *Int J Eat Disord* 2024; 57(2): 388–99. DOI: 10.1002/eat.24098.
23. Schradi E: Menschen mit einer psychischen Erkrankung, Angehörige und Fachkräfte auf Augenhöhe im Dialog. *FORUM sozial – Die berufliche Soziale Arbeit* 2023; 3: 41–3.
24. Schradi E, Wunderer E: Der Dialog – ein Hilfeangebot mit Zukunft auch im Bereich Essstörungen? *Soziale Psychiatrie* 2024; 195: 25–7.
25. Wunderer E, Borse S, Lamers L, Ommen O: Beratungsstellen für Menschen mit Essstörungen. *Versorgungslage und Rolle der Sozialen Arbeit. Soziale Arbeit* 2016; 65(12):456–62. DOI: 10.5771/0490-1606-2016-12-456.
26. Kröger C, Wunderer E, Giertz K, Locher M: Menschen mit psychiatrischen und psychosomatischen Erkrankungen in der Gesundheitsversorgung. In: Gahlleitner SB, Gebrande J, Giertz K, Kröger C, Röh D, Wunderer E (eds.): *Handbuch Klinische Sozialarbeit*. Beltz Juventa: Weinheim 2024, 331–40.
27. Stieler M, Lipot S, Lehmann R: Zum Stand der Onlineberatung in Zeiten der Corona Krise. *Entwicklungs- und Veränderungsprozesse der Onlineberatungslandschaft*. *e-beratungsjournal.net* 2022; 18(1): 50–65. DOI: 10.48341/262P-7T64.

28. Engelhardt E: *Digitale Kommunikation, Beratung und Beziehungsgestaltung im Kontext der Kinder- und Jugendhilfe*. In: Institut für Sozialpädagogische Forschung Mainz (ed.): *JA digital. Digitalisierung in der Kinder- und Jugendhilfe konzeptionell gestalten*. Mainz 2023. www.digitalejugendhilfe.de/fileadmin/uploads/user_upload/Webseite_Digitale_Kommunikation_Beratung_Beziehungsgestaltung_Engelhardt.pdf (last accessed on 17 August 2024)
29. Hofer A, Borse S, Hasenöhrl C, Harrach K, Schnebel A, Wunderer E: *Qualitätsleitlinien für professionelle Online-Beratung bei Essstörungen*. Hochschule Landshut, Bundesfachverband Essstörungen e. V. (BFE) 2023. DOI: 10.57688/388.

Neue Entwicklungen in der Orthorexieforschung

Nutzung Sozialer Medien, Healthy Orthorexia und Erfahrungsberichte von Betroffenen

Friederike Barthels

Literatur

1. Bratman S: Orthorexia vs. theories of healthy eating. *Eat Weight Disord* 2017; 22: 381–5. DOI: 10.1007/s40519-017-0417-6.
2. Bratman S, Knight D: *Health food junkies: overcoming the obsession with healthful eating*. New York: Broadway Books; 2000.
3. Diedrichsen I: *Ernährungspsychologie*. Berlin: Springer-Verlag 1990.
4. Strahler J: Orthorexia nervosa: Ein Trend im Ernährungsverhalten oder ein psychisches Krankheitsbild? Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse. *Psychotherapeutenjournal* 2018; 1: 20–6.
5. Cena H, Barthels F, Cuzzolaro M, et al.: Definition and diagnostic criteria for orthorexia nervosa: a narrative review of the literature. *Eat Weight Disord* 2019; 24: 209–46. doi: 10.1007/s40519-018-0606-y.
6. Donini LM, Barrada JR, Barthels F, et al.: A consensus document on definition and diagnostic criteria for orthorexia nervosa. *Eat Weight Disord* 2022; 27: 3695–711. DOI: 10.1007/s40519-022-01512-5
7. Zagaria A, Vacca M, Cerolini S, Ballesio A, Lombardo C: Associations between orthorexia, disordered eating, and obsessive-compulsive symptoms: a systematic review and meta-analysis. *Int J Eat Disorder* 2022; 55: 295–312. DOI: 10.1002/eat.23654.
8. Hessler-Kaufmann JB, Meule A, Greetfeld M, Schlegl S, Voderholzer U: Orthorexic tendencies in inpatients with mental disorders. *J Psychosom Res* 2021; 140: 110317. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2020.110317.
9. Barthels F, Horn S, Pietrowsky R: Orthorexic eating behaviour, illness anxiety and dysfunctional cognitions characteristic of somatic symptom disorders in a non-clinical sample. *Eat Weight Disord* 2021; 26: 2387–91. DOI: 10.1007/s40519-020-01091-3.
10. Oberle CD, Klare DL, Patyk KC: Health beliefs, behaviors, and symptoms associated with orthorexia nervosa. *Eat Weight Disord* 2019; 24: 495–506. DOI: 10.1007/s40519-019-00657-0.
11. Dell’Osso L, Cremonese IM, Chiarantini I, et al.: Investigating orthorexia nervosa with the ORTO-R in a sample of university students with or without subthreshold autism spectrum: focus on dietary habits and sex differences. *Eat Weight Disord* 2022. DOI: 10.21203/rs.3.rs-1198646/v1.
12. Turner PG, Lefevre CE: Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eat Weight Disord* 2017; 22: 277–84. DOI: 10.1007/s40519-017-0364-2.
13. Santarossa S, Lacasse J, Larocque J, Woodruff SJ: #Orthorexia on Instagram: a descriptive study exploring the online conversation and community using the Netlytic software. *Eat Weight Disord* 2019; 24: 283–90. DOI: 10.1007/s40519-018-0594-y.
14. Talbot CV, Campbell CER, Greville-Harris M: “Your struggles are valid, you are worthy of help and you deserve to recover”: narratives of recovery from orthorexia nervosa. *Eat Weight Disord* 2023; 28: 25. DOI: 10.1007/s40519-023-01554-3.
15. Opitz M-C, Newman E, Mellado ASAV, Robertson M, Sharpe H: The psychometric properties of orthorexia nervosa assessment scales: a systematic review and reliability generalization. *Appetite* 2020: 104797. DOI: 10.1016/j.appet.2020.104797.
16. Barrada JR, Meule A: Orthorexia nervosa: research based on invalid measures is invalid. *J Glob Health* 2024; 14. DOI: 10.7189/jogh.14.03007.
17. Missbach B, Hinterbuchinger B, Dreiseitl V, Zellhofer S, Kurz C, König J: When eating right, is measured wrong! A validation and critical examination of the ORTO-15 questionnaire in German. *PloS One* 2015; 10. DOI: 10.1371/journal.pone.0135772.
18. Rogoza R, Donini LM: Introducing ORTO-R: a revision of ORTO-15. *Eat Weight Disord* 2020. DOI: 10.1007/s40519-020-00924-5.
19. Oberle CD, De Nadai AS, Madrid AL: Orthorexia Nervosa Inventory (ONI): development and validation of a new measure of orthorexic symptomatology. *Eat Weight Disord* 2021; 26: 609–22. DOI: 10.1007/s40519-020-00896-6.
20. Bauer SM, Fusté A, Andrés A, Saldaña C: The Barcelona Orthorexia Scale (BOS): development process using the Delphi method. *Eat Weight Disord* 2019; 24: 247–55. DOI: 10.1007/s40519-018-0556-4.
21. Meule A, Holzapfel C, Brandl B, et al.: Measuring orthorexia nervosa: a comparison of four self-report questionnaires. *Appetite* 2020; 146: 104512. DOI: 10.1016/j.appet.2019.104512.
22. Gleaves DH, Graham EC, Ambwani S: Measuring “orthorexia”: development of the Eating Habits Questionnaire. *Int J Educ Psychol Assess* 2013; 12: 1–18.
23. Barthels F, Meyer F, Pietrowsky R: Die Düsseldorfer Orthorexie Skala – Konstruktion und Evaluation eines Fragebogens zur Erfassung orthorektischen Ernährungsverhaltens. *Z Klin Psychol Psychother* 2015; 44: 97–105. DOI: 10.1026/1616-3443/a000310.
24. Luck-Sikorski C, Jung F, Schlosser K, Riedel-Heller SG: Is orthorexic behavior common in the general public? A large representative study in Germany. *Eat Weight Disord* 2019; 24: 267–73. DOI: 10.1007/s40519-018-0502-5.

25. Barrada JR, Roncero M: Bidimensional Structure of the Orthorexia: development and initial validation of a new instrument. *Anales de Psicología/Annals of Psychology* 2018; 34: 283–91. DOI: 10.6018/analesps.34.2.299671.
26. Depa J, Barrada JR, Roncero M: Are the motives for food choices different in orthorexia nervosa and healthy orthorexia? *Nutrients* 2019; 11: 697. DOI: 10.3390/nu11030697.
27. Barthels F, Barrada JR, Roncero M: Orthorexia nervosa and healthy orthorexia as new eating styles. *PLoS One* 2019; 14: e0219609. DOI: 10.1371/journal.pone.0219609.
28. Falgares G, Costanzo G, Manna G, et al.: Healthy orthorexia vs. orthorexia nervosa: Italian validation of the Teruel Orthorexia Scale (TOS). *Eat Weight Disord* 2023; 28: 42. DOI: 10.1007/s40519-023-01568-x.
29. Lasson C, Rousseau A, Vicente S, et al.: Orthorexic eating behaviors are not all pathological: a French validation of the Teruel Orthorexia Scale (TOS). *J Eat Disord* 2023; 11: 65. DOI: 10.1186/s40337-023-00764-5.
30. Boutin C, Maïano C, Aimé A: Relation between orthorexia nervosa and healthy orthorexia: a latent profile analysis. *Appetite* 2024; 194: 107165. DOI: 10.1016/j.appet.2023.107165.
31. Valente M, Brenner R, Cesuroglu T, Bunders-Aelen J, Syurina EV: “And it snowballed from there”: the development of orthorexia nervosa from the perspective of people who self-diagnose. *Appetite* 2020; 155: 104840. DOI: 10.1016/j.appet.2020.104840.
32. McGovern L, Gaffney M, Trimble T: The experience of orthorexia from the perspective of recovered orthorexics. *Eat Weight Disord* 2021; 26: 1375–88. DOI: 10.1007/s40519-020-00928-1.
33. Dunn TM, Bratman S: On orthorexia nervosa: a review of the literature and proposed diagnostic criteria. *Eat Behav* 2016; 21: 11–7. DOI: 10.1016/j.eatbeh.2015.12.006.
34. Barthels F, Fischer M, Keskinen R, Schöl AM, Pietrowsky R: The various facets of orthorexic eating behavior: five case reports of individuals with supposed orthorexia nervosa. *J Eat Disord* 2024; 12: 31. DOI: 10.1186/s40337-024-00988-z.
35. Barthels F, Meyer F, Pietrowsky R: Orthorexic eating behavior. A new type of disordered eating. *Ernährungs Umschau* 2015; 62(10): 156–61. DOI: 10.4455/eu.2015.029.

Muskeldysmorphie: zwanghaftes Streben nach einem muskulösen Körper

Merkmale, Prävalenz, Ursachen, Behandlung, Prävention und ernährungstherapeutische Implikationen

Christian Strobel, Daniela Kolbeck, Isabelle Mayer, Manuela Perras, Eva Wunderer

Literatur

1. Cuzzolaro M: Body dysmorphic disorder and muscle dysmorphia. In: Cuzzolaro M, Fassino S (eds): *Body Image, Eating, and Weight. A Guide to Assessment, Treatment, and Prevention*. Cham: Springer 2018, 67–84. DOI: 10.1007/978-3-319-90817-5_5.
2. Murray SB, Griffiths S: Adolescent muscle dysmorphia and family-based treatment: a case report. *Clin Child Psychol Psychiatry* 2015; 20(2): 324–30.
3. Pope HG, Gruber AJ, Choi P, Olivardia R, Phillips KA: Muscle dysmorphia: an underrecognized form of body dysmorphic disorder. *Psychosomatics* 1997; 38(6): 548–57.
4. Murray SB, Griffiths S, Mond JM: Evolving eating disorder psychopathology: conceptualising muscularity-oriented disordered eating. *Br J Psychiatry* 2016; 208(5): 414–5.
5. Murray SB, Rieger E, Hildebrandt T, et al.: A comparison of eating, exercise, shape, and weight related symptomatology in males with muscle dysmorphia and anorexia nervosa. *Body Image* 2012; 9(2): 193–200.
6. Murray SB, Rieger E, Touyz SW, De la Garza García LY: Muscle dysmorphia and the DSM-V conundrum: where does it belong? A review paper. *Int J Eat Disord* 2010; 43(6): 483–91.
7. Falkai P: *Diagnostisches und statistisches Manual psychischer Störungen: DSM-5*. Göttingen: Hogrefe 2015.
8. Phillips K: *Body dysmorphic disorder: advances in research and clinical practice*. Oxford University Press 2017.
9. Olivardia R, Pope Jr HG, Hudson JI: Muscle dysmorphia in male weightlifters: a case-control study. *Am J Psychiatry* 2000; 157(8): 1291–6.
10. Murray SB, Rieger E, Karlov L, Touyz SW: An investigation of the transdiagnostic model of eating disorders in the context of muscle dysmorphia. *European Eating Disorders Review: Profess J Eat Disord Assoc* 2013; 21(2): 160–4.
11. Sandgren SS, Lavalley D: Muscle dysmorphia research neglects DSM-5 diagnostic criteria. *J Loss Trauma* 2018; 23(3): 211–43.
12. Zeck A, Welter V, Alatas H, Hildebrandt T, Lahmann C, Hartmann A: Muscle Dysmorphic Disorder Inventory (MDDI): validation of a German version with a focus on gender. *PLoS one* 2018; 13(11): e0207535.
13. Mitchison D, Mond J, Griffiths S, et al.: Prevalence of muscle dysmorphia in adolescents: findings from the EveryBODY study. *Psychol Med* 2022; 52(14): 3142–49. DOI: 10.1017/S0033291720005206.
14. Tod D, Edwards C, Cranswick I: Muscle dysmorphia: current insights. *Psychol Res Behav Manag* 2016; 9: 179.
15. Mosley PE: Bigorexia: bodybuilding and muscle dysmorphia. *European Eating Disorders Review: Profess J Eat Disord Assoc* 2009; 17(3): 191–8.
16. Dunai J, Labuschagne I, Castle DJ, Kyrios M, Rossell SL: Executive function in body dysmorphic disorder. *Psychol Med* 2010; 40(9): 1541–8.
17. Buhlmann U, Etcoff NL, Wilhelm S: Emotion recognition bias for contempt and anger in body dysmorphic disorder. *J Psychiatric Res* 2006; 40(2): 105–11.
18. Brunhoeber S: *Kognitive Verhaltenstherapie bei Körperdysmorpher Störung: Ein Therapiemanual*. Göttingen: Hogrefe Verlag 2009.
19. Li W, Arienzo D, Feusner JD: [Body dysmorphic disorder: neurobiological features and an updated model.] *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie* 2013; 42(3): 184–91.
20. Bienvenu OJ, Samuels JF, Riddle MA, et al.: The relationship of obsessive-compulsive disorder to possible spectrum disorders: results from a family study. *Biol Psychiatry* 2000; 48(4): 287–93.
21. Pop C: Self-esteem and body image perception in a sample of university students. *EJER* 2016; 16(64): 31–44.
22. Sheffield JK, Tse KH, Sofronoff K: A comparison of body-image dissatisfaction and eating disturbance among Australian and Hong Kong women. *European Eating Disorders Review: Profess J Eat Disord Assoc* 2005; 13(2): 112–24.
23. Chaney MP: Muscle dysmorphia, self-esteem, and loneliness among gay and bisexual men. *Int J Men's Health* 2008; 7(2): 157.
24. Tiggemann M: Gender differences in the interrelationships between weight dissatisfaction, restraint, and self-esteem. *Sex roles* 1994; 30(5–6): 319–30.
25. Olivardia R, Pope Jr HG, Borowiecki III JJ, Cohane GH: Biceps and body image: the relationship between muscularity and self-esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychol Men Masc* 2004; 5(2): 112.
26. Grieve FG: A conceptual model of factors contributing to the development of muscle dysmorphia. *Eat Disord* 2007; 15(1): 63–80.
27. Grieve R, Helmick A: The influence of men's self-objectification on the drive for muscularity: self-esteem, body satisfaction and muscle dysmorphia. *Int J Men's Health* 2008; 7(3): 288.
28. Wolke D, Sapouna M: Big men feeling small: childhood bullying experience, muscle dysmorphia and other mental health problems in bodybuilders. *Psychol Sport Exercise* 2008; 9(5): 595–604.
29. Diehl BJ, Baghurst T: Biopsychosocial factors in drives for muscularity and muscle dysmorphia among personal trainers. *Cogent Psychology* 2016; 3(1): 1243194.

30. Dryer R, Farr M, Hiramatsu I, Quinton S: The role of sociocultural influences on symptoms of muscle dysmorphia and eating disorders in men, and the mediating effects of perfectionism. *Behav Med* 2016; 42(3): 174–82.
31. Longobardi C, Prino LE, Fabris MA, Settanni M: Muscle dysmorphia and psychopathology: findings from an Italian sample of male bodybuilders. *Psychiatry Res* 2017; 256: 231–6.
32. Feusner JD, Moody T, Hembacher E, et al.: Abnormalities of visual processing and frontostriatal systems in body dysmorphic disorder. *Arch Gen Psychiatry* 2010; 67(2): 197–205.
33. Reese HE, McNally RJ, Wilhelm S: Facial asymmetry detection in patients with body dysmorphic disorder. *Behav Res Ther* 2010; 48(9): 936–40.
34. Waldorf M, Vocks S, Düsing R, Bauer A, Cordes M: Body-oriented gaze behaviors in men with muscle dysmorphia diagnoses. *J Abnorm Psychol* 2019; 128(2): 140.
35. Leit RA, Gray JJ, Pope Jr HG: The media's representation of the ideal male body: a cause for muscle dysmorphia? *Intern J Eat Disord* 2002; 31(3): 334–8.
36. Slater A, Tiggemann M: Media matters for boys too! The role of specific magazine types and television programs in the drive for thinness and muscularity in adolescent boys. *Eat Behav* 2014; 15(4): 679–82.
37. Phillips KA: *The broken mirror: understanding and treating body dysmorphic disorder*. Oxford University Press 2005.
38. Deutscher Ärzte-Verlag: *Leitlinien zu Diagnostik und Therapie von psychischen Störungen im Säuglings-, Kindes- und Jugendalter*. Köln: Deutscher Ärzte-Verlag 2003.
39. Cunningham ML, Griffiths S, Mitchison D, Mond JM, Castle D, Murray SB: Muscle dysmorphia: an overview of clinical features and treatment options. *J Cogn Psychother* 2017; 31(4): 255–71.
40. Potreck-Rose F, Jacob G: *Selbstzuwendung, Selbstakzeptanz, Selbstvertrauen: Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl*. Stuttgart: Klett-Cotta 2015.
41. Eismann G, Lammers CH: *Therapie-Tools Emotionsregulation: Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial*. Weinheim: Beltz 2017.
42. Cuijpers P, Muñoz RF, Clarke GN, Lewinsohn PM: Psycho-educational treatment and prevention of depression: the "Coping with Depression" course thirty years later. *Clin Psychol Rev* 2009; 29(5): 449–58.
43. Güroff E: *Selbstsicherheit und soziale Kompetenz: Das Trainingsprogramm mit Basis- und Aufbauübungen*. Stuttgart: Klett-Cotta 2016.
44. Herzog T: *Familietherapie bei Essstörungen*. In: Scheib P (ed.): *Paar- und Familietherapie*. Berlin/Heidelberg: Springer 2013, 375–94.
45. Badenes-Ribera L, Rubio-Aparicio M, Sanchez-Meca J, Fabris MA, Longobardi C: The association between muscle dysmorphia and eating disorder symptomatology: a systematic review and meta-analysis. *J Behav Addict* 2019; 8(3): 351–71.
46. Becker S: *Psychotherapie der Essstörungen: Krankheitsmodelle und Therapiepraxisstörungsspezifisch und schulenübergreifend*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag 2010.
47. Feistner R: *Essstörungen-Heilung ist möglich: ein Praxishandbuch*. Stuttgart: Klett-Cotta 2018.
48. Baumer V, Wunderer E: *Ernährungstherapie bei Essstörungen*. *Ernährungs Umschau* 2009; 56(7): B25–8.
49. Lutz R: *Gesundheit und Genuss: Euthyme Grundlagen der Verhaltenstherapie*. In: Margraf J, Schneider S (ed.): *Lehrbuch der Verhaltenstherapie*. Heidelberg: Springer 2009, 233–47.
50. Kolbeck D, Mayer I: *Muskeldysmorphie: Entwicklung und erste Evaluation eines Präventionsbausteines für den Schulunterricht in Zusammenarbeit mit der Fachambulanz für Essstörungen der Caritas München*. Unveröffentlichte Hochschulschrift, Hochschule Landshut: 2019.
51. Dannigkeit N, Köster G, Tuschen-Caffier B: *Prävention von Essstörungen: Ein Trainingsprogramm zum Einsatz an Schulen*. Tübingen: dgvt-Verlag 2007.
52. Perras M: *Dauerbaustelle Körper: Wenn Perfektion zum Verhängnis wird. Wie kann ein Psychoedukationsvideo über Muskeldysmorphie im sozialen Bereich konzipiert werden?* Unveröffentlichte Hochschulschrift, Hochschule Landshut: 2020. www.youtube.com/watch?v=uz8Z1Zx94V4 (last accessed on 12 July 2024).

Sind Fat People Memes ein Ausdrucksmittel von Diskriminierung gegenüber mehrgewichtigen Personen oder ein humoristisches Stilmittel digitaler Kommunikation?

Ein Zweigruppen-Querschnittvergleich der Interaktion mit Fat People Memes bei Nutzer*innen mit unterschiedlicher Akzeptanz gegenüber mehrgewichtigen Personen

Cathleen Bunzel, Katja Kröller, Claudia Meißner

Literatur

- Jenkins H, Ford S, Green J: *Spreadable media: creating value and meaning in a networked culture*. New York: New York University Press 2018.
- Karlsson A: *The rise and demise of a meme: a study on what a meme is and why people are spreading them*. Umeå University, SPM 2019: 15.
- Milner RM: *Pop polyvocality: internet memes, public participation, and the occupy wall street movement*. *Int J Commun* 2013; 7: 2357–90.
- Miltner K: *Srsly phenomenal: an investigation into the appeal of LOLcats*. Dissertation. London School of Economics 2011.
- Berger PL: *Erlösendes Lachen. Das Komische in der menschlichen Erfahrung*. Berlin/New York: De Gruyter 1998.
- Shifman L: *Meme – Kunst, Kultur und Politik im digitalen Zeitalter*. Berlin: Suhrkamp 2014: 343.
- Huntington HE: *The affect and effect of internet memes assessing perceptions and influence of online user-generated political discourse as media*. Dissertation. Colorado State University 2017.
- Williamson LEA, Sangster SL, Lawson KL: "Hey girl...": *The effect of Ryan Gosling feminist memes on feminist identification and endorsement of feminist beliefs*. Poster presented at the annual meeting of the Canadian Psychological Association. Vancouver, B.C., Canada: 2014.
- Wanniarachchi VU, Mathrani A, Susnjak T, Scogings C: *A systematic literature review: What is the current stance towards weight stigmatization in social media platforms?* *Int J Hum-Comput Stud* 2020; 135: 102371.
- Stanford FC, Tauqeer Z, Kyle TK: *Media and its influence on obesity*. *Curr Obes Rep* 2018; 7: 186–92.
- Puhl RM, Heuer CA: *Obesity stigma. Important considerations for public health*. *Am J Public Health* 2010; 100(6): 1019–28.
- Luck-Sikorski C: *Stigmatisierung und internalisiertes Stigma. Interventionsmöglichkeiten*. In: Rose L, Schorb F: *Fat Studies in Deutschland. Hohes Körpergewicht zwischen Diskriminierung und Anerkennung*. Weinheim/Basel: Beltz Verlag 2017: 86–7.
- Pantenburg B, Sikorski C, Luppia M, et al.: *Medical students' attitudes towards overweight and obesity*. *PloS one* 2012; 7(11): e48113.
- Zinterl C: *Mehrgewichtigkeit zwischen westlicher Gegenwartsgesellschaft und Popkultur am Beispiel des Jugendromans „Dumplin“*. Dissertation. Universität Wien 2020.
- Vartanian LR, Thomas MA, Vanman EJ: *Disgust, contempt, and anger and the stereotypes of obese people*. *Eat Weight Disord* 2013; 18: 377–82.
- Crandall CS: *Prejudice against fat people: Ideology and self-interest*. *J Pers Soc Psychol* 1994; 66(5): 882–94 (last accessed on 20 March 2023).