

Essstörungen | 26.02.2026 | Nr. 64/26

Beate Nielsen: TOP 36: Essstörungen gesamtgesellschaftlich in den Blick nehmen

Es gilt das gesprochene Wort!

Sehr geehrte Frau Präsidentin, meine Damen und Herren,

ich halte die Rede stellvertretend für den Kollegen Hauke Hansen.

Der heute vorliegende Bericht zeigt: Essstörungen sind auch in Schleswig-Holstein weit verbreitet – insbesondere bei jungen Frauen.

In den letzten Jahren wurden in Schleswig-Holstein jährlich jeweils durchschnittlich mehr als 15.000 Patientinnen und Patienten in ambulanter Behandlung, rund 500 Patientinnen und Patienten mussten stationär behandelt. Der weit überwiegende Teil der Betroffenen ist weiblich.

Besonders problematisch ist aus meiner Perspektive der frühe Erkrankungsbeginn. Ein erheblicher Anteil der erstmals stationär Behandelten ist jünger als 14 Jahre. Das bedeutet: Wir sprechen hier über Kinder. Kinder befinden sich im Wachstum, Mangelversorgung kann lebenslang gravierende gesundheitliche Folgen haben.

Der Bericht macht dabei deutlich, dass die Ursachen vielschichtig sind.

Essstörungen sind zunächst psychische Erkrankungen. Sie gehen häufig mit Körperunzufriedenheit, Schuld- und Schamgefühlen sowie einem verzerrten Selbstbild einher. Körperliche Folgen von Mangelernährung können eine erhöhte Infektanfälligkeit, Herzrhythmusstörungen, Kreislaufbeschwerden und Konzentrationsstörungen sein. Bei Magersucht ist zudem das Sterberisiko erhöht. Gleichzeitig entstehen erhebliche Kosten für das Gesundheits- und Sozialsystem – bundesweit im Jahr 2023 über 500 Millionen Euro.

Eine zentrale Rolle spielt die digitale Lebenswelt: Soziale Medien verstärken Vergleichsdruck und transportieren idealisierte Körperbilder. Etwa jeder fünfte Jugendliche zeigt ein riskantes Nutzungsverhalten. Laut einer landesgeförderten Studie mit Elternbefragung sollen 62,8 Prozent der Kinder und Jugendlichen die empfohlene tägliche Bildschirmzeit überschreiten. Gerade im Alter zwischen 14 und 17 Jahren steigt die regelmäßige Nutzung sozialer Medien deutlich an – in einer sensiblen Entwicklungsphase.

Hinzu kommt: Die Gesundheitskompetenz ist ungleich verteilt. Rund ein Viertel der Kinder und Jugendlichen verfügt nur über geringe Grundkenntnisse im Umgang mit Gesundheitsinformationen. Auch viele Eltern berichten Schwierigkeiten, psychische Belastungen richtig einzuordnen oder passende Hilfsangebote zu finden. Das erschwert frühe Intervention.

Daneben spielen auch Körperbildprobleme, soziale Unsicherheit, familiäre Belastungen und nicht zuletzt die Nachwirkungen der Pandemie eine Rolle.

Meine Damen und Herren, wir alle nehmen dieses Thema sehr ernst. Schleswig-Holstein ist in Prävention, Beratung und Versorgung grundsätzlich gut aufgestellt. Wir sollten aber nie scheuen, Verbesserungspotentiale zu benennen und Verbesserungen auch umzusetzen. Ich nehme aus dem Bericht vier Schlussfolgerungen mit, um die Prävention im Land weiter zu stärken.

Erstens: frühe Sensibilisierung. Schulen und Kitas müssen noch stärker ermutigt werden, Warnsignale nicht nur zu erkennen, sondern auch passend zu reagieren. Medienkompetenz, Körperbild und psychische Gesundheit dürfen nicht nur Schlagwörter bleiben.

Zweitens: Unterstützung der Familien. Eltern sind zentrale Bezugspersonen. Ihre Gesundheitskompetenz entscheidet mit darüber, ob Probleme früh erkannt werden.

Drittens: bewusster Umgang mit digitalen Medien. Das Handyverbot an Schulen bis Klasse neun seit diesem Schuljahr bleibt ein richtiger präventiver Schritt. Es schafft geschützte Räume für Lernen und soziale Interaktion. Aus gesundheitlicher Sicht sollten wir altersgerechte Einschränkungen bei Social-Media-Angeboten für junge Kinder als Landtag weiterhin positiv begleiten.

Viertens: Krankheit und Versorgung sichtbar machen. Schleswig-Holstein verfügt bereits über viele engagierte Akteure, die mit Beratungsstellen, Selbsthilfeangeboten und Präventionsprojekten eine tolle Arbeit leisten. Diesen möchte ich an dieser Stelle ausdrücklich danken. Essstörungen werden gesellschaftlich weiterhin häufig stigmatisiert. Essstörungen müssen gesamtgesellschaftlich als Krankheit anerkannt werden.

Denn der Bericht zeigt auch: Gesellschaftliche Unterstützung wirkt schützend. Prävention heißt deshalb auch, soziale Netzwerke zu stärken und psychische Gesundheit insgesamt stärker in den Fokus zu nehmen.

Meine Damen und Herren, der Bericht liefert eine solide Datengrundlage. Jetzt geht es darum, die gewonnenen Erkenntnisse in die Landespolitik zu übersetzen und die bestehenden Strukturen weiterzuentwickeln. Vielen Dank.