



Presseinformation

Nr. 26.057

26.02.2026

Es gilt das gesprochene Wort!

TOP 36 – Bericht zur Essstörung in Schleswig-Holstein

Dazu sagt der gesundheitspolitische Sprecher der Landtagsfraktion von Bündnis 90/Die Grünen,

Jasper Balke:

Essstörungen sind: lebensgefährlich, hochkomplex, oft unsichtbar

Sehr geehrte Frau Präsidentin,
liebe Kolleg*innen,

eine Essstörung ist keine „Phase“, keine Marotte und ganz sicher kein Lifestyle. Sie ist eine schwere psychische Erkrankung und in manchen Fällen sogar tödlich. Im Bericht der Landesregierung steht ein Satz, der mich beim Lesen wirklich getroffen hat: Anorexia nervosa ist die oder zumindest eine der psychischen Erkrankungen mit der höchsten Todesrate. Das ist die Realität hinter dem Wort „Magersucht“. Und wenn zusätzlich andere psychische Erkrankungen dazukommen, steigt das Risiko noch einmal massiv an, gerade bei jungen Betroffenen.

Und selbst dort, wo Menschen nicht sterben, verlieren sie Jahre: an Gesundheit, an Lebensqualität, an Teilhabe. Essstörungen greifen Körper und Psyche gleichzeitig an. Der Bericht beschreibt die körperlichen Folgen, die Angst- und Depressionssymptome sowie weitere Belastungen.

Dass das auch volkswirtschaftlich nicht „klein“ ist, zeigen die Zahlen ebenfalls: 2023 lagen die Krankheitskosten für Essstörungen in Deutschland bei 515 Millionen Euro, allein bei den 15- bis unter 30-Jährigen bei 276 Millionen Euro. Der größte Anteil entfällt auf junge Frauen und deshalb sind Prävention, Aufklärung, Entstigmatisierung und Offenheit ebenso wichtig!

Und Schleswig-Holstein? Ja, Essstörungen sind in der Statistik ein kleiner Anteil am gesamten Versorgungsgeschehen, aber genau das ist Teil des Problems: Sie sind selten genug, um oft durch das Raster zu fallen, aber schwer genug, um Leben zu zerstören. Stationär waren es 2023 in Schleswig-Holstein 480 Behandlungsfälle, das

sind 0,08 Prozent aller Krankenhausdiagnosen. Und doch steckt hinter jedem Fall eine Geschichte, eine Familie, ein junger Mensch, der nicht mehr kann.

Die stationäre Rate lag bei 16,3 Fällen pro 100.000 Einwohner*innen, höher als im Bundesschnitt. Und besonders erschreckend: Der Großteil der stationären Fälle betrifft die Altersgruppen 0 - 17 und 18 - 34 Jahre, also Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene. Und ambulant sehen wir, wie breit das Thema in der Realität längst ist: 2024 waren in Schleswig-Holstein 17.065 Patient*innen mit einer F50-Diagnose in ambulanter Behandlung, ein Anstieg gegenüber 2015. Dazu kommt: Essstörungen kommen selten allein. In Deutschland leiden 61,8 Prozent der Betroffenen zusätzlich an Depressionen, häufig sind auch Angst- und Zwangsspektrumstörungen. Das heißt: Wer Essstörungen behandelt, behandelt fast immer ein ganzes Bündel psychischer Belastungen mit.

Wir reden in diesem Haus zu Recht über Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankungen. Aber Essstörungen kommen dabei oft zu kurz, vielleicht auch, weil sie sich so leicht missverstehen lassen: als „Essen“, als „Disziplin“, als „Körperthema“. Es ist längst medizinisch völlig evident und der Bericht stellt klar: Es geht nicht um Ernährung, sondern um ein gestörtes Verhältnis zu Körper, Kontrolle, Selbstwert, Emotionen, also um psychische Gesundheit im Kern. Und genau deshalb müssen wir sie auch so behandeln: ernst, frühzeitig, entstigmatisierend und mit Versorgungsketten, die funktionieren.

Doch gerade bei Essstörungen spielen besondere Faktoren eine größere Rolle als bei anderen psychischen Erkrankungen, die da wären Social Media, Leistungsdruck in Schule und Beruf, Körperbilder, gesellschaftlicher Druck. Der Bericht beschreibt, wie sich Risikofaktoren verändert haben: Idealisierte Körperbilder, Filter, permanentes „Body Checking“, Body Shaming, Cybermobbing und ja: weiterhin kursieren auf Social-Media-Inhalte, die Essstörungen verharmlosen oder als Lebensstil verkaufen.

Doch das ist keine harmlose „Trend-Bubble“. Das ist gefährlich. Und die Exposition beginnt früh. Laut Bericht bewegen sich bis zu 72 Prozent der Kinder von 6 bis 13 Jahren im Internet und nutzen Social-Media-Apps teils vor dem festgelegten Mindestalter. In Schleswig-Holstein überschritten in einer landesgeförderten Studie 62,8 Prozent der Kinder und Jugendlichen die empfohlenen täglichen Bildschirmzeiten.

Und besonders deutlich wird es bei der DAK-Studie: Jugendliche, die täglich mehr als drei Stunden in sozialen Netzwerken verbringen, zeigen doppelt so häufig Symptome eines auffälligen Essverhaltens wie Jugendliche mit geringerer Nutzung.

Deshalb geht es hier auch um Verantwortung, gesellschaftlich und politisch. Dazu gehört, dass wir auch in Schulen und Jugendhilfe verlässlich stärker präventiv arbeiten: Medienkompetenz, Resilienz gegenüber Leistungsdruck, Körperbild, Selbstwert, psychische Gesundheit. Schleswig-Holstein hat dafür bereits Bausteine und Programme im Bericht benannt, von Angeboten zur Entstigmatisierung bis zu Medien-Peer-Projekten.

Wir brauchen niedrigschwellige Beratung und schnelle Zugänge und wir müssen Versorgungswege so strukturieren, dass Betroffene nicht Monate warten, bis aus einem Verdacht eine Behandlung wird. Der Bericht betont selbst, dass Verfügbarkeit und Wartezeiten entscheidend sind. Und wir dürfen den digitalen Raum nicht den Plattformen allein überlassen. Denn Kinder- und Jugendschutz darf nicht davon

abhängen, wie gut jemand gefährliche Inhalte meldet, sondern er muss systemisch funktionieren.

Und zuletzt: Wir müssen als Gesellschaft endlich aufhören, gerade jungen Menschen zu vermitteln, ihr Wert würde von ihrem Spiegelbild oder Leistung abhängen. Ideale Körperbilder sind nicht immer „Motivation“, sondern sind für viele ein Trigger. Und sie treffen besonders Mädchen, in einer Lebensphase, in der Identität und Selbstwert ohnehin verletzlich sind. Meine Bitte an uns alle ist daher: Nehmen wir Essstörungen genau so ernst, wie sie sind: lebensgefährlich, hochkomplex, oft unsichtbar und vermeidbar verschlimmert durch einen digitalen und gesellschaftlichen Druck, den gerade Kinder und Jugendliche nicht allein ausgleichen können.

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

**Landtagsfraktion
Bündnis 90/Die Grünen Schleswig-Holstein**

Pressesprecherin
Claudia Jacob

Landeshaus
Düsternbrooker Weg 70
24105 Kiel

T 0431 988 1503
M 0172 541 83 53

presse@gruene.ltsh.de
sh-gruene-fraktion.de