

Name: _____ ID-Nr. _____

Geburtsdatum: _____ Datum: _____ männlich weiblich

Ausgefüllt von: _____

Anleitung:

Angehörige und Freunde von Patienten mit Anorexia nervosa merken relativ schnell, dass mit dem Essverhalten der Betroffenen etwas nicht in Ordnung ist, während diese selbst das Problem häufig abstreiten, herunterspielen oder zu verbergen versuche. Zwar sollte man nicht den Detektiv spielen oder die Situation aufbauschen; aber es hat auch keinen Zweck, vorzugeben, alles sei in Ordnung, während man gleichzeitig verschiedene merkwürdige Dinge feststellt.

Mit Hilfe des folgenden Fragebogens kann man feststellen, ob genügend Anhaltspunkte dafür vorliegen, dass die Person, um die es geht, möglicherweise an einer Essstörung leidet.

Überprüfen Sie, ob die folgenden Aussagen zutreffen, und bewerten Sie jede Ja-Antwort mit 2 Punkten und jede Nein-Antwort mit 0 Punkten. Fällt die Entscheidung schwer (ist die Aussage mehr oder weniger bzw. nur vermutlich zutreffend), wird 1 Punkt gegeben. Addieren Sie die Punkte und interpretieren Sie das Ergebnis wie folgt:

| | |
|-------|--|
| 0-12 | Höchstwahrscheinlich ist (zurzeit) alles in Ordnung |
| 11-20 | Wahrscheinlich gibt es derzeit keinen Grund zur Beunruhigung, der Test sollte jedoch innerhalb von zwei Monaten wiederholt werden. |
| 21-30 | Die Annahme, dass eine Essstörung vorliegt, ist möglicherweise begründet. Es wäre bestimmt nicht falsch, sich an einen Arzt oder einen anderen Fachmann zu wenden. |
| 31-60 | Es besteht zweifellos eine schwere Essstörung, die so bald wie möglich von einem Experten behandelt werden sollte |

Beachten Sie: Eine Diagnose kann per Fragebogen nicht gestellt werden. Dies kann nur eine ausgebildete Person tun. Bitte beantworten Sie nun die folgenden Fragen:

| | | Ja | Nein |
|----|--|-----------|-------------|
| 1. | Vermeidet gemeinsame Mahlzeiten mit anderen oder erscheint so spät wie möglich am Tisch | 2 | 0 |
| 2. | Ist während der Mahlzeiten sichtlich angespannt | 2 | 0 |
| 3. | Reagiert während der Mahlzeiten gereizt oder aggressiv | 2 | 0 |
| 4. | Schneidet zunächst das Essen in kleine Stücke | 2 | 0 |
| 5. | Beschwert sich über „zu viel“ oder „zu fettes“ Essen | 2 | 0 |
| 6. | Hat bestimmte „Ess-Spleens“ (will immer etwas ganz Besonderes) | 2 | 0 |
| 7. | Versucht, in bezug auf das Essen zu verhandeln (z.B: „Gut, ich esse das hier, wenn ich das da nicht zu essen brauche“) | 2 | 0 |
| 8. | Stochert im Essen herum oder isst sehr langsam | 2 | 0 |

| | | Ja | Nein |
|-----|---|-----------|-------------|
| 9. | Isst vorzugsweise Diätprodukte (mit wenig Kalorien) | 2 | 0 |
| 10. | Gibt nur selten an, Hunger zu haben | 2 | 0 |
| 11. | Hilft gerne in der Küche und kocht gerne, probiert und isst aber kaum | 2 | 0 |
| 12. | Übergibt sich nach Mahlzeiten | 2 | 0 |
| 13. | Lässt bei den Mahlzeiten Essen in Taschentüchern, der Kleidung oder in der Handtasche verschwinden | 2 | 0 |
| 14. | Wirft heimlich Nahrungsmittel weg (nach draussen, in den Abfalleimer oder in die Toilette oder den Ausguss) | 2 | 0 |
| 15. | Versteckt oder hortet Lebensmittel oder Süssigkeiten | 2 | 0 |
| 16. | Isst allein, heimlich oder zu ungewöhnlichen Zeiten (beispielsweise sehr früh am Morgen oder sehr spät abends) | 2 | 0 |
| 17. | Macht ungern Besuche und geht ungern auf Parties (weil sie dort „verpflichtet“ wäre, zu essen) | 2 | 0 |
| 18. | Kann manchmal nur schwer aufhören zu essen oder verschlingt ungewöhnlich grosse Mengen an Lebensmitteln oder Süssigkeiten („Fressattacken“) | 2 | 0 |
| 19. | Klagt häufig über Verstopfung | 2 | 0 |
| 20. | Nimmt (oder verlangt) häufig Abführmittel | 2 | 0 |
| 21. | Hält sich – auch trotz Gewichtsabnahme – für zu dick | 2 | 0 |
| 22. | Spricht viel vom Abnehmen, von Diäten und einer guten Figur | 2 | 0 |
| 23. | Verlässt während der Mahlzeiten häufig den Tisch (um beispielsweise etwas in die Küche zu bringen) | 2 | 0 |
| 24. | Bewegt sich viel oder sitzt so wenig wie möglich | 2 | 0 |
| 25. | Ist so aktiv wie möglich (macht beispielsweise im Zimmer sauber oder räumt den Tisch ab) | 2 | 0 |
| 26. | Treibt viel Sport | 2 | 0 |
| 27. | Ist sehr fleissig in Schule, Studium oder Beruf | 2 | 0 |
| 28. | Ist nur selten müde und ruht sich nur wenig oder überhaupt nicht aus | 2 | 0 |
| 29. | Hält sich für „gesund“ oder „normal“ | 2 | 0 |
| 30. | Geht nur widerstrebend zum Arzt oder will sich nicht medizinisch untersuchen lassen | 2 | 0 |