

**Hungrig-Online.de**  
**Größte Online-Selbsthilfegruppe zu Essstörungen**  
**Informationen und Hilfe für Betroffene und Angehörige**

[www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) ist die führende Internet-Adresse, wenn es um umfassende Informationen und kompetente Beratung bei Essstörungen geht. Das Webportal des Erlanger Vereins Hungrig Online e.V. will über Magersucht, Bulimie und Adipositas aufklären und Hilfe anbieten. Betroffene und Angehörige können sich über die Website anonym informieren und per Mailingliste, Online-Chat und Diskussionsforum austauschen. Das Internet-Angebot besteht seit 1999 und gilt mit inzwischen über 6.000 Nutzern und zur Zeit 700.000 Seitenabrufen pro Monat als die größte Selbsthilfegruppe bei Essstörungen im Internet.

Knapp zwei Drittel aller weiblichen Jugendlichen bis zum 18. Lebensjahr haben nach Angaben der Ärztekammer Niedersachsen mindestens einmal eine Diät zur Gewichtsreduktion gemacht. So leiden allein in Deutschland mindestens 220.000 Menschen im Alter von 15 bis 24 Jahren an Magersucht (Anorexie) oder Ess-Brechsucht (Bulimie). Dabei verläuft eine Essstörung, so die Ärztekammer Niedersachsen, bei rund 16,8 Prozent der Betroffenen tödlich. Mit einer Sterblichkeitsrate von 15 bis 20 Prozent fordert die Anorexie nach Berichten der Universität Ulm sogar mehr Opfer als jede andere psychiatrische oder psychosomatische Störung.

Was sind Essstörungen, erste Anzeichen und wo gibt es Hilfe? Antworten auf diese und viele weitere Fragen finden Interessierte unter [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de). Anonym zugänglich werden unter dieser Web-Adresse die Krankheitsbilder Magersucht und Bulimie sowie deren psychische und physische Risiken erklärt. Wichtigstes Ziel von Hungrig-Online ist jedoch das Hilfsangebot: Betroffene und Angehörige erfahren hier schnell und übersichtlich, wo sie Beratung und Hilfe finden können. Ein Kommunikationsforum und Mailinglisten fördern den Austausch und damit den Abbau sozialer Isolation, in der sich die meisten Erkrankten befinden.

Hinter dem Web-Angebot steht der gemeinnützige Verein Hungrig-Online, der sich zum Ziel gesetzt hat, mit dem innovativen Internet-Angebot über Essstörungen aufzuklären und ein öffentliches Bewusstsein für diese immer weiter verbreiteten Krankheiten zu schaffen. Hierfür stehen Betroffenen und Angehörigen rund 30 ehrenamtliche Mitarbeiter, darunter auch Ärzte, Psychologen und Pädagogen, als Ansprechpartner zur Verfügung, die das Web- und Mailing-Angebot erstellen und moderieren.

## **Entstehungsgeschichte**

**Dr. med. Jan Nedoschill** ist als Arzt in der Kinder- und Jugendpsychiatrie tätig, wo viele Jugendliche mit Essstörungen behandelt werden. Er erkannte die Notwendigkeit präklinischer, niederschwelliger Kommunikationsangebote für Betroffene und gründete im Juni 1999 unter [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) ein Chat- und Mailinglisten-Angebot zum Thema Essstörungen.

**Dipl.-Ing. Wolfgang Gawlik**, als Partner einer Betroffenen, entwickelte zeitgleich im April 1999 die Informationsseiten von [www.magersucht-online.de](http://www.magersucht-online.de). Nedoschill und Gawlik wurden jeweils auf die Arbeit des anderen aufmerksam und vereinbarten, die Angebote inhaltlich aufeinander abzustimmen und unter einem gemeinsamen Dach zusammenzufassen. Gawlik erweiterte den Informationsteil durch Gründung von [www.bulimie-online.de](http://www.bulimie-online.de), Nedoschill baute die Kommunikationsangebote durch Gründung eines nach Themen geordneten Diskussionsforums aus, wodurch die Angebote wesentlich erweitert wurden; vor allem das Diskussionsforum erwies sich als starker Anziehungspunkt. Relativ schnell wurde Nedoschill klar, dass die Moderation des stetig wachsenden Kommunikationsaufkommens nicht alleine zu bewältigen war. Erfreulicherweise fanden sich immer mehr Mitstreiter, im wesentlichen aus dem Kreis der Teilnehmer, die sich bereit erklärten, als Moderatoren die Kommunikationsangebote zu begleiten. Mittlerweile liegt deren Zahl bei etwa 30.

In Zusammenarbeit mit der Universität Marburg wird das Internet-Angebot zur Zeit um Informationen zum Thema Adipositas - also dem krankhaften Übergewicht - erweitert.

Um eine dauerhaft hohe Qualität gewährleisten zu können, ist die langfristige Pflege des Inhalts durch die psychosomatische Abteilung der Universität Regensburg geplant. Durch Drittmittel finanziert sollen Ärzte und Psychologen beschäftigt werden, die die Nutzer in Ergänzung zur ehrenamtlichen Tätigkeit der Moderatoren gezielter beraten und superdividieren können. Ausbildungs- und Unterrichtsmaterialien für Lehrer sollen das Informationsangebot abrunden.

Stand: Juni 2002

Weitere Informationen unter:

[www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de)  
[www.magersucht-online.de](http://www.magersucht-online.de)  
[www.bulimie-online.de](http://www.bulimie-online.de)  
[www.adipositas-online.info](http://www.adipositas-online.info)

### Anmerkung an die Redaktion:

Dieser Text wird Ihnen zur Verfügung gestellt vom Hungrig-Online e.V. - Information und Kommunikation bei Essstörungen. Unter entsprechender Quellenangabe können Sie diesen Text frei verwenden. Bitte beachten Sie, dass der Abdruck von Forumsbeiträgen, auch in Teilen, im Interesse der User nicht gestattet ist. Bitte senden Sie uns ein Belegexemplar zu.

### Spendenkonto:

Kontonummer: 3973; Bankleitzahl: 76350000; Sparkasse Erlangen  
Spendenbescheinigungen zur Vorlage beim Finanzamt auf Anfrage.

### Vorstand:

Dr. med. Jan Nedoschill (1. Vorsitzender)  
Dipl.-Ing. Wolfgang Gawlik (Schatzmeister)

### Kontakt:

Hungrig-Online e.V.  
c/o Wolfgang Gawlik  
Schiffstraße 15  
D-91054 Erlangen  
[info@hungrig-online.de](mailto:info@hungrig-online.de)  
[www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de)

### Pressekontakt:

BiZ Communications  
Birte Zess  
Semperstrasse 6  
D-22303 Hamburg  
Tel : +49-(0)40-271 666-63 ; Fax: -64  
[presse@hungrig-online.de](mailto:presse@hungrig-online.de)  
[presse@biz-communications.com](mailto:presse@biz-communications.com)