

**Beratung und Hilfe bei Essstörungen:  
Niederschwellige Online-Ressourcen wie  
[www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) fördern die Inanspruchnahme  
(psychotherapeutischer) Hilfe**

Erlangen / Wien – 15. September 02 **Online-Ressourcen wie [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) ist ein hoher Stellenwert im Vorfeld der Entscheidung für die Inanspruchnahme einer Beratung oder Psychotherapie beizumessen.** Zu diesem Ergebnis führte eine Online-Befragung von über 600 Nutzern des Special-Interest-Portals [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de). Hinter dieser Internet-Adresse verbirgt sich Deutschlands größtes Informations- und Kommunikationsportal bei Essstörungen. Betroffene, Angehörige und Interessierte finden hier Informationen und Hilfsangebote zu Magersucht, Bulimie, Adipositas und anderen Formen von Essstörungen.

Das Innovative des Online-Angebots – im Vergleich zu herkömmlichen Informations- und Beratungsangeboten – ist die Möglichkeit für Betroffene und Angehörige, sich anonym über das Internet zu informieren und mit anderen in 15 verschiedenen Themen-Foren auszutauschen. Die Anonymität stellt besonders für Betroffene, die sich ihre Sucht noch nicht eingestanden und damit auch noch keine Schritte gegen die Krankheit unternommen haben, oft die erste und wichtigste Entscheidung für die Inanspruchnahme von Beratung und Hilfe dar.

Zu diesem Ergebnis kamen auch Gerald Kral, Psychologe am Zentrum Rodaun (Wien) und Kommunikationswissenschaftlerin Caroline Presslich, die im Juni 2001 die Nutzerstruktur von [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) untersuchten. So gaben über 80 Prozent der zu über 90% weiblichen User an, dass sie die Online-Foren besuchten, um „dort Menschen mit ähnlichen Problemen kennen zu lernen“. 70% der Forenbesucher(innen), die schon einmal selber eine Diskussion zu einem Thema eröffnet haben, gaben außerdem an, dass sie die Reaktionen darauf als aufbauend empfunden hätten.

Die Studie ergab weiter, dass über 90% der Userinnen teilweise seit vielen Jahren an Essstörungen leiden und dass viele (46%) dieser Betroffenen noch nie psychotherapeutisch behandelt wurden. Schockierende Zahlen, die jedoch deutlich machen, dass niederschwellige Informations- und Kommunikationsangebote wie [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) gerade eine höchst gefährdete Gruppe von Menschen ansprechen, die bisher als ‚Dunkelziffer‘ gar nicht erst in Statistiken, Arztpraxen oder Beratungsstellen auftauchten. Diese Erkenntnis ist umso bedeutender, als fast jede fünfte Essstörung tödlich endet und eine frühzeitige Behandlung die größten Heilungschancen verspricht.

Fazit: Niederschweligen Internet-Ressourcen wie [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) ist – wenn auch nicht unmittelbar eine signifikante Erhöhung der Motivation zu einer Therapie nachgewiesen werden konnte – ein hoher Stellenwert im Vorfeld der Entscheidung für die Inanspruchnahme einer Beratung oder Psychotherapie beizumessen. Online-Portale wie [www.hungrig-online.de](http://www.hungrig-online.de) bieten auch für jene Menschen Unterstützung, die aus persönlichen, finanziellen oder räumlichen Gründen nur erswert Zugang zu anderen Hilfsangeboten finden.

[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 gemeinnützigen Vereins Hungrig Online e.V. will über Magersucht, Bulimie und seit Neuestem auch Adipositas aufklären und Hilfe anbieten. Betroffene und Angehörige können sich über die Website anonym informieren und per Mailingliste, Online-Chat und Diskussionsforum austauschen. 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.

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.

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, Andrea Bauer, Dipl.-Ing. Wolfgang Gawlik,  
Ulrike Nedoschill

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)