

Antrag

Hannover, den 24.02.2026

Fraktion der SPD
Fraktion Bündnis 90/Die Grünen

Die psychosoziale Versorgung für Mädchen und junge Frauen mit Essstörungen verbessern

Der Landtag wolle beschließen:

Entschließung

Im vergangenen Jahr wurde u. a. im Ärzteblatt¹ und durch das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)² darauf aufmerksam gemacht, dass Essstörungen bei jungen Menschen angestiegen sind. Grundlage dafür sind Untersuchungen der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH), wonach die Zahl der Krankenhausbehandlungen aufgrund von Essstörungen seit 2020 gestiegen ist. Andere Krankenkassen teilen diese Beobachtung und verweisen darauf, dass insbesondere junge Mädchen und Frauen von dem Anstieg betroffen sind.

Die Entstehung einer Essstörung ist multifaktoriell bedingt. Als Grundlage für eine Essstörung gelten dabei u. a. Faktoren, die sich in vier Gruppen unterteilen lassen: biologische, soziokulturelle, familiendynamische und intrapsychische. Biologische Faktoren sind u. a. genetische, neurobiologische oder körperliche Faktoren. Soziokulturelle Faktoren sind u. a. gesellschaftlich verbreitete kulturelle Schönheitsideale. Familiendynamische Faktoren sind u. a. Beziehungsmuster, familiäre Regulation und Interaktionsmuster, die von den Jugendlichen übernommen werden, und intrapsychische Faktoren sind u. a. Einstellungen zum Selbstwert, zur Perfektion, zur Impulsivität und zur kognitiven Leistung. Die Entwicklung einer Essstörung beginnt meist bereits im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter. Diese Zeit geht einher mit gravierenden hormonellen, körperlichen Veränderungen und sich verändernden gesellschaftlichen Ansprüchen, die viele junge Menschen in ihrem Selbstbild, ihrem Selbstwert- und Körpergefühl verunsichern, wobei zugleich der Umgang mit den eigenen Gefühlen erschwert ist.

In den letzten Jahren haben Studien gezeigt, dass Schönheitsideale, welche gesellschaftlich, familiär und insbesondere in den digitalen und sozialen Medien vermittelt werden, die Entstehung von Essstörungen fördern. Es wird z. B. das Bild transportiert, dass ein schlanker Körper mit Erfolg, Attraktivität und Beliebtheit einher geht. Um diesem Schönheitsideal zu entsprechen, beginnen viele junge Menschen damit, ihre Ernährungsweise zu kontrollieren und zu verändern. Dazu kommt: Je intensiver die Nutzung sozialer Medien ist, desto größer ist das Risiko für eine Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, für Bodyshaming und eine Wahrnehmungsstörung des eigenen Körperbildes. All dies kann den Beginn von Essstörungen begünstigen, die zu schwerwiegenden psychischen und gesundheitlichen Folgen führen können. Die Corona Pandemie hat den Social-Media-Konsum durch die soziale Isolation noch gesteigert, was in der Folge Einfluss bezüglich der Entstehung von Essstörungen hatte und hat. Untersuchungen der DAK zeigen, dass insbesondere bei Mädchen der Anstieg emotionaler Probleme nach der Corona-Pandemie zu beobachten ist³, was sie besonders anfällig für die Entwicklung von Essstörungen macht.

Es ist notwendig, eine Essstörung frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, denn sie ist eine Verhaltensstörung, die unbehandelt schwerwiegende gesundheitliche, psychische und soziale Folgen haben und im Extremfall zu Invalidität und Tod führen kann. Dringend benötigte Therapieplätze zur

¹ <https://www.aerzteblatt.de/news/essstorungen-nehmen-vor-allem-unter-madchen-stark-zu-3c169e3e-7e01-4d75-b007-920fae5f9c9b>

² <https://www.bzfe.de/presse/pressemeldungen-archiv/starker-anstieg-von-essstoerungen-bei-jungen-maedchen>

³ DAK-Report: Präventionsradar 2025

Behandlung sind jedoch rar. Laut NDR⁴ braucht es im Schnitt bis zu 6 Monate, bis psychotherapeutische Hilfe in Anspruch genommen werden kann.

In Niedersachsen gibt es für betroffene Mädchen, junge Frauen und ihr Umfeld Beratungsstellen mit qualifizierten Fachkräften. Hier bekommen sie Unterstützung bei der Suche nach Ärztinnen und Ärzten oder einem Therapieplatz, und als Ersthilfe werden psychosoziale Angebote gemacht. Durch die Zunahme des Beratungsbedarfs müssen auch die Strukturen weiterentwickelt und - wo nötig - verbessert werden.

Vor diesem Hintergrund bittet der Landtag die Landesregierung,

1. Maßnahmen zu entwickeln, um dem Bedarf an akuter, spezifischer und qualifizierter Beratung für Mädchen mit Essstörungen und ihrem Umfeld zu entsprechen,
2. die Sichtbarkeit der Beratungsstellen und -angebote zu verbessern,
3. die verschiedenen Akteurinnen und Akteure in der Prävention von Essstörungen miteinander zu vernetzen und gemeinsam Konzepte
 - a) sowohl zur Prävention für Mädchengruppen ohne Auffälligkeiten, für Mädchengruppen mit Risikofaktoren bzw. für Mädchengruppen mit Problemausprägungen zu entwickeln
 - b) als auch zur Sicherstellung und Optimierung der psychosozialen Beratung bei Essstörungen von Mädchen, jungen Frauen und ihrem Umfeld für Niedersachsen zu erarbeiten und diese dann umzusetzen.

Begründung

Essstörungen gehören zu den häufigsten chronischen psychischen Störungen und sind ernsthafte Erkrankungen, die unbedingt behandelt werden müssen. Bei den Betroffenen sind vor allem der Umgang mit Essen und das Verhältnis zum eigenen Körper gestört. Gesundheitsschädigungen können die Folge sein.

Eine Essstörung entwickelt sich oft schleichend und häufig bereits im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter.

Umso bedenklicher ist, dass etwa die Hälfte der Mädchen und jeder zehnte Junge bis zum 18. Lebensjahr bereits Diäterfahrungen gesammelt hat, oftmals ohne übergewichtig zu sein. Dabei kann gestörtes Essverhalten in eine Essstörung übergehen. Besonders anfällig für Essstörungen sind dabei Heranwachsende, die bereits unter seelischen Problemen leiden und/oder einen geringen Selbstwert haben.

In den letzten Jahren ist nach Untersuchung der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) ein starker Anstieg von Essstörungen bei jungen Mädchen zwischen 10 und 17 Jahren (50 %), aber auch bei jungen Frauen (25,1 % für 18- bis 24-Jährige, 22,5 % für 25- bis 29-Jährige) zwischen den Jahren 2019, dem Vor-Corona-Jahr, und 2023 zu beobachten.⁵

Bei spezialisierten und professionellen Beratungsstellen finden viele Betroffene und auch ihr Umfeld erste Hilfe. Diese sind wertvolle und vertrauliche erste Anlaufstellen, bieten psychosoziale Angebote und oftmals eine Überbrückung zu der gegebenenfalls notwendigen Therapie. Gerade in der ersten Phase der Beratung braucht es schnelle und intensive Hilfe, Orientierung und einen vertrauensvollen Rahmen. Ein geschlechterspezifisches Angebot ist dabei besonders geeignet, vielen betroffenen Mädchen und jungen Frauen Vertrauen zu geben und Hilfe annehmen zu lassen. Es ist gut, dass es diese Beratungsangebote in Niedersachsen gibt.

⁴ <https://www.ndr.de/nachrichten/niedersachsen/Fehlende-Psycho-Therapieplaetze-Lange-Wartezeiten-belasten-Betroffene,psychotherapeuten104.html>

⁵ <https://www.kkh.de/presse/pressemeldungen/beautypolizei>

Die bestehenden Strukturen sind jedoch nicht mit dem steigenden Bedarf mitgewachsen. Um sowohl die Prävention zu stärken als auch den Betroffenen weiterhin die notwendige Beratung und Orientierung zu ermöglichen, sind die Entwicklung geeigneter Maßnahmen und die Vernetzung der Akteurinnen und Akteure für zukunftsgerichtete Konzepte notwendig.

Für die Fraktion der SPD

Wiard Siebels
Parlamentarischer Geschäftsführer

Für die Fraktion Bündnis 90/Die Grünen

Volker Bajus
Parlamentarischer Geschäftsführer