

Esstörungen unter Druck: Hotline warnt vor gefährlichen Körperidealen!

Am 2. Juni 2025, zum Welttag der Essstörungen, informiert die Wiener Hotline über Risiken unrealistischer Schönheitsideale.



Wien, Österreich - Am 26. Mai 2025 kündigt die Hotline für Essstörungen in der Wiener Gesundheitsförderung (WiG) eine besondere Aktion an, die am 2. Juni, dem Welttag der Essstörungen, stattfinden wird. Diese Initiative zielt darauf ab, verstärkt auf die Problematik der Essstörungen aufmerksam zu machen. Dennis Beck, der Geschäftsführer der WiG, betont die Dringlichkeit, dieses Thema offen zu besprechen und ermutigt Betroffene zur Kontaktaufnahme.

Essstörungen sind ein ernst zu nehmendes Gesundheitsproblem, das durch vielfältige Faktoren bedingt ist, wobei unrealistische Schönheitsideale eine zentrale Rolle spielen. Ursula Knell, die fachliche Leiterin der Hotline, weist auf die gesundheitlichen

Folgen von Essstörungen hin und betont die Notwendigkeit, diese frühzeitig zu erkennen. Der Druck, einem bestimmten Schönheitsideal zu entsprechen, wird durch soziale Medien verstärkt, die die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper fördern können. Insbesondere einseitige Diäten und Trends wie „Heroin Chic“ verschärfen diese Problematik. [\[Wien.gv.at\]](#)

Junge Menschen und Essstörungen

Die Zielgruppe der Essstörungen ist alarmierend jung: Die jüngsten Betroffenen sind zwischen 9 und 11 Jahren alt. Besonders gefährdet sind Kinder und Jugendliche mit einem geringen Selbstwertgefühl, die oft versuchen, ihre Körpergröße und ihr Gewicht durch extreme Maßnahmen zu regulieren. In diesem Kontext suchen besorgte Eltern häufig Rat, wenn sie ungesundes Essverhalten bei ihren Kindern beobachten. [\[Deutschlandfunk\]](#)

Die Auswirkungen sozialer Medien auf das Essverhalten junger Menschen sind signifikant. Studien zeigen, dass 74% der Mädchen und jungen Frauen Inhalte online posten, wobei mehr als ein Drittel dies mit Essstörungen verknüpft. [\[Konturen\]](#) Zudem geben 77% der Befragten an, dass Filter und Bildbearbeitung ihr reales Verhalten beeinflussen. Der Wettbewerb um Schönheitsideale wird von vielen als zeitraubend empfunden, da Mädchen häufig 30-50 Fotos für das perfekte Bild machen.

Einfluss von Influencern

Influencer spielen eine entscheidende Rolle in der Verbreitung von Schönheitsidealen. Sigrid Borse, die Leiterin des Frankfurter Zentrums für Ess-Störungen, verweist auf den Optimierungsdruck, der in sozialen Medien herrscht. Ein Beispiel hierzu ist die 13-jährige Anna, die nach einem diskriminierenden Kommentar zu ihrem Instagram-Bild ihr Essverhalten ändert. Kritiker wie Melodie Michelberger mahnen, dass 90% der populären Influencerinnen schlank, hellhäutig und jung sind, was

unrealistische Standards setzt. Zudem zeigen alternative Körperbilder oft negative Reaktionen von Followern.

Trotz dieser Herausforderungen gibt es auch positive Bewegungen innerhalb der sozialen Medien, wie die „Body Positivity Community“, die sich für ein gesundes Körperbild einsetzt. Experten empfehlen eine intensive Auseinandersetzung mit sozialen Medien, um die Medienkompetenz der Jugendlichen zu stärken und sie für die Risiken von Essstörungen zu sensibilisieren. **[Deutschlandfunk]** Die Hotline der WiG bietet kostenlose und anonyme Unterstützung und ist von Montag bis Donnerstag zwischen 12 und 17 Uhr unter der Telefonnummer 0800 - 20 11 20 zu erreichen.

Die Komplexität von Essstörungen zeigt, dass sie durch ein Zusammenspiel vieler Faktoren entstehen. Soziale Medien stellen dabei nicht nur ein Risiko dar, sondern können auch als Plattform zur Gesundung dienen. Programme und Initiativen müssen sich daher verstärkt mit dem Online-Nutzungsverhalten von Jugendlichen auseinandersetzen, um kritischere Gesprächspartner zu sein und Jugendliche im Umgang mit ihren Körperbildern und Essverhalten besser zu unterstützen.

Details	
Vorfall	Essstörungen
Ursache	unrealistische Schönheitsideale, soziale Medien
Ort	Wien, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• presse.wien.gv.at• www.deutschlandfunk.de• www.konturen.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at