

## INFORMATION UND CLEARINGBERATUNG ZU ENERGYDRINKS UND ESSSTÖRUNGEN

Wenn Donnerstagabend Heidi Klum mehr Leistung und einen perfekten Body fordert, dann sitzt eine Altersgruppe vor den Fernsehgeräten, die besonders gefährdet ist, eine Essstörung auszubilden.

Gerade junge Frauen sind die Zielgruppe von Germanys next Topmodel und die meisten Hinweise auf Essstörungen gibt es mit einem Anteil von 35% bei den 16jährigen Mädchen. Formate wie diese Castingsendung tragen sicherlich ihren Teil dazu bei. Essstörung ist jedoch ein zeitenüberdauerndes Phänomen, das sich in der Pubertät häufig temporär zeigt. Eine manifestierte Essstörung kann daraus erwachsen und ist eine ernstzunehmende Erkrankung.

Das Institut für Gesundheit & Kommunikation bietet ab sofort als Pilotprojekt Aufklärung und Clearingberatung für Eltern und Lehrkräfte an. Wir versorgen Sie hier mit Informationen zu der Erkrankung und können Ihnen sagen, wo Sie konkrete Hilfe erhalten. Spezielle Beratungsstellen wie Dick&Dünn, Eltern- und Familienberatungsstellen sowie die Selbsthilfekontaktstellen der Stadt betreuen Sie bei Bedarf weiter.

Ein neueres Phänomen ist das der Energydrinks. Die Regale im Supermarkt werden immer größer und viele Eltern und Lehrkräfte sind besorgt über die Mengen, die Jugendliche zu sich nehmen. Die Sorge ist berechtigt, da das Zucker-Coffein-Gemisch das Herz-Kreislauf-System stark beansprucht. Zittern, Herzrasen, Kopfschmerzen und Nervosität können die Folge sein und den Nachtschlaf gefährden.

Auch zu diesem Thema können Sie bei uns Informationen erhalten und Beratung in Anspruch nehmen.

### BERATUNGSSPRECHSTUNDE

Wann: Donnerstags von 14-16 Uhr

Wo: Chausseestraße 128/129, 10115 Berlin-Mitte

Wie: persönlich vor Ort oder telefonisch, Anmeldung ist nicht erforderlich

Wer: Dipl.-Psych. Katrin Petermann

Fon: 030 – 24 04 69 70

Web: [www.iguk.de](http://www.iguk.de)