



## Gesundheitspsychologie: Kann Essen süchtig machen?

**Gesundheitspsychologie: Kann Essen süchtig machen?** „Bei jeder Art von Suchtverhalten ist es so, dass der Süchtige sich stark nach dem guten Gefühl sehnt, das beim Essen, Glücksspiel, Rauchen, Sex oder Drogenkonsum ausgelöst wird und mit der Aktivierung bestimmter Hirnbereiche einhergeht“, erklärt Claus Vögele, Professor für Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie an der Universität Luxemburg. Im Rahmen dieses Tests wurden Bilder von fettigem oder süßem Essen (Burger, Kuchen, Pizza usw.) und Nichtlebensmitteln (eine Socke, eine Tasse, ein Schuh usw.) in zufälliger Reihenfolge auf einem Computerschirm gezeigt. Je nach Instruktion sollten die Probandinnen entweder so schnell wie möglich auf die Essens- oder Nichtessensbilder klicken. Frauen mit Gewichtsproblemen schnitten im Durchschnitt schlechter ab als andere Probanden. Die Tests wurden entweder drei Stunden oder sofort nach dem Essen durchgeführt. Die beteiligten Forscher an den Universitäten Würzburg und Luxemburg fanden heraus, dass manche übergewichtige Frauen von einem Heißhungergefühl während des Tests berichteten - unabhängig vom Zeitpunkt, wann sie das letzte Mal gegessen hatten. „Dies lässt darauf schließen, dass bei manchen Personen Essensreize unabhängig von Sättigkeit Heißhungergefühle auslösen, so Prof. Vögele.“ Er verweist auf andere Forschungsarbeiten, die darauf hinweisen, dass dies sowohl auf die genetische Veranlagung als auch auf gemachte Erfahrungen zurückzuführen ist. „Manche Menschen essen, um sich zu trösten, weil sie sich langweilen oder einfach aus Gewohnheit“, erklärt Claus Vögele. Das andere Extrem: Menschen mit einem übermäßigen Kontrollzwang, die an einer Krankheit wie Magersucht (Anorexia nervosa) leiden können. <br /> <br /> Universität Luxemburg - Université du Luxembourg <br /> 162a, Avenue de la Faïencerie <br /> L-1511 Luxembourg <br /> Telefon: + 352 46 66 44 6563 <br /> Telefax: + 352 46 66 44 6561 <br /> Mail: communication@uni.lu <br /> URL: <http://wwwde.uni.lu> <br /> 

### Pressekontakt

Universität Luxemburg - Université du Luxembourg

L-1511 Luxembourg

[wwwde.uni.lu](http://wwwde.uni.lu)  
[communication@uni.lu](mailto:communication@uni.lu)

### Firmenkontakt

Universität Luxemburg - Université du Luxembourg

L-1511 Luxembourg

[wwwde.uni.lu](http://wwwde.uni.lu)  
[communication@uni.lu](mailto:communication@uni.lu)

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage