



ESSSTÖRUNGEN IN DER SCHWEIZ

## Die Zahl der Betroffenen wächst – die Hilfe aber nicht

**Essstörungen zählen zu den heimtückischsten psychischen Erkrankungen – und ihre Zahl nimmt in der Schweiz weiter zu. Oft bleiben sie lange unentdeckt und können Betroffene über Jahre begleiten, manchmal sogar ein Leben lang. Die Folgen sind gravierend: Organschäden wie Herz- oder Nierenversagen, Zahnschäden, Unfruchtbarkeit und Depressionen – bis hin zu Suizid. Nahezu jede zehnte Erkrankung endet nach Erstdiagnose in den ersten zehn Jahren tödlich.**



In den vergangenen Jahren hat sich die Situation weiter verschärft. Die Covid-19-Pandemie wirkte dabei zusätzlich verstärkend: Isolation, Unsicherheit und psychische Belastungen führten weltweit – und auch in der Schweiz – zu einem deutlichen Anstieg von Essstörungen. Schweizer Medien berichteten von einem Anstieg der Essstörungsrate um rund 30 Prozent in den Jahren 2020 und 2021.

Eine vom Bundesamt für Gesundheit in Auftrag gegebene Studie\* der Berner Fachhochschule in Zusammenarbeit mit der Insel Gruppe bestätigt den Trend klar: Essstörungen sind ein wachsendes Gesundheitsproblem. In der Schweiz sind rund 3,5 Prozent der Bevölkerung betroffen – im europäischen Vergleich (2,5 Prozent) ein alarmierend hoher Wert.

Nur wenige Kliniken\*\* bieten spezialisierte Behandlungen für Akutfälle an. Diese dauern in der Regel lediglich zehn bis zwölf Wochen und werden meist von den Krankenkassen finanziert. Doch bei schweren Krankheitsverläufen ist diese Zeitspanne deutlich zu kurz. Komorbiditäten – also begleitende psychische Belastungen wie Angst-

EDITORIAL



### Stilles Leiden mitten unter uns

Essstörungen bleiben oft unsichtbar – und nehmen in der Schweiz in besorgniserregendem Mass zu. Seit der Covid-19-Pandemie ist die Zahl der Betroffenen um rund 30 Prozent gestiegen. Hinter diesen Zahlen stehen Menschen, die monatelang auf Hilfe warten: sechs bis acht Monate auf einen stationären Platz, bis zu einem Jahr auf eine ambulante Therapie.

Die bestehenden Angebote in der Schweiz reichen nicht aus. Akutaufenthalte von nur drei Monaten, die meist durch Krankenkassen finanziert werden, greifen zu kurz. Langzeittherapien hingegen, die mehr Erfolg versprechen, gelten leider als wenig attraktiv, da sie kaum finanziert sind. So bleiben viele Betroffene in einem Teufelskreis aus Krankheit und Wartelisten gefangen – eine stille, aber wachsende Not, die unbedingt mehr Gehör braucht.

Dank der finanziellen Mithilfe der Stiftung Impact Bethanien wird Betroffenen eine dringend benötigte längere Therapie ermöglicht. Die Stiftung unterstützt Aufenthalte im schweizweit einzigartigen TheWo Bethanien, das mit einem sozialtherapeutischen Wohnkonzept eine langfristige und ganzheitliche Behandlung bietet – und damit eine reale Chance auf Heilung gibt.

Damit wir auch in Zukunft Frauen auf ihrem Weg zur Heilung begleiten können, sind wir auf Spenden angewiesen. Ihre Unterstützung verändert Leben – direkt, nachhaltig und zu 100 Prozent für die betroffenen Frauen.

Dominique Bitzer  
Stiftungsratspräsident

störungen, Depressionen, Suchterkrankungen oder Persönlichkeitsstörungen – erschweren den Heilungsprozess zusätzlich und erhöhen die Kosten. Kurzprogramme verpuffen deshalb oft in ihrer Wirkung.

**In Kliniken sind Langzeitbehandlungen von Essstörungen wenig begehrt: Die dafür notwendige interdisziplinäre Therapie ist kostenintensiv. Entsprechend gelten solche Behandlungen im Qualitätsmanagement als unattraktiv. Es fehlt deshalb an ambulanten und stationären Therapieangeboten, die eine nachhaltige Heilung ermöglichen – und deren Kosten gleichzeitig von Krankenkassen übernommen werden.**

#### Hier setzt die Stiftung Impact Bethanien an

Die Kombination aus komplexen Krankheitsbildern, fehlenden stationären und ambulanten Therapieplätzen sowie einer unzureichenden Finanzierung zeigt, wie wichtig das Engagement der Stiftung Impact Bethanien ist. Sie hilft Betroffenen, ihren Aufenthalt zu ermöglichen, und übernimmt jene Kosten, die weder durch soziale Institutionen noch durch Krankenkassen gedeckt werden. So wird die nötige Behandlung im TheWo Bethanien ermöglicht – der derzeit einzigen Institution in der Schweiz, die sozialtherapeutisches Wohnen für Langzeitbehandlungen anbietet. Eine Leistung, die ebenfalls nicht von den Krankenkassen finanziert wird.

Therapeutisches Wohnen bedeutet echte Heilungschancen für die betroffenen Frauen. Sie sind nach dem Aufenthalt in der Lage, ihr Leben selbstständig und selbstbestimmt zu führen. Als Folge werden das Gesundheits- und das Sozialsystem langfristig entlastet.

#### Aufruf an Spenderinnen und Spender

Ohne Ihre Unterstützung können die dringend notwendigen Behandlungen im sozialtherapeutischen Wohnen TheWo Bethanien nicht stattfinden. Jede Spende an die Stiftung Impact Bethanien ermöglicht schwer erkrankten Menschen in der Schweiz Zugang zu dringend benötigter therapeutischer Unterstützung – und schliesst eine entscheidende Versorgungslücke, die weder durch Kliniken noch durch Krankenkassen abgedeckt wird. Ihre Hilfe bedeutet Hoffnung.

\* [www.bag.admin.ch/dam/it/sd-web/jvO25vV23aDM/literaturrecherche\\_essstoerungen\\_pdf.pdf](http://www.bag.admin.ch/dam/it/sd-web/jvO25vV23aDM/literaturrecherche_essstoerungen_pdf.pdf) The Impact of the COVID-19 Pandemic on Eating Disorders: Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa and Binge-Eating

\*\* Stationäre zwei- bis dreimonatige Therapieangebote: möglich im Zentrum für Essstörungen (ZES) in Zürich, in der Klinik Aadorf, in der Sonnhalde in Basel/Riehen, in der Klinik Wysshölzli bei Bern und in der Klinik Münsterlingen am Bodensee

## SCHWEIZER GESUNDHEITSSYSTEM – DRAMATISCHE UNTERVERSORGUNG

Die Wartezeit für eine Behandlung bei einer Essstörung ist lang: Für einen stationären Therapieplatz beträgt sie rund sechs bis acht Monate, für eine ambulante Therapie sogar bis zu einem Jahr.

## ALARMIERENDE ZAHLEN AUS INTERNATIONALEN STUDIEN\*

Bei Erwachsenen wurden seit der Covid-19-Pandemie 15–60 % mehr Essstörungsdiagnosen gestellt, die Zahl der Hospitalisierungen stieg um 20–25 %. Zudem berichteten 50–60 % mehr Betroffene über Symptome wie restriktives oder unkontrolliertes Essverhalten, und teils suchten über 100 % mehr Menschen Hilfe in Kliniken, bei Hotlines oder über Online-Angebote.

## ESSSTÖRUNGEN – SCHWER THERAPIERBAR UND FOLGENREICH

Die durchschnittliche Therapiedauer beträgt rund sechs Jahre (S3-Leitlinie). Langzeitstudien zeigen, dass etwa 50 % der Betroffenen vollständig genesen, 30 % mit Restsymptomen weiterleben und rund 20 % chronisch erkrankt bleiben. Die Sterblichkeit bei Anorexia nervosa liegt bei etwa 10 % innerhalb der ersten zehn Jahre nach der Erstdiagnose – und ist damit dreimal höher als bei anderen psychischen Erkrankungen.

### Wirksamkeitsstudie und Follow-up Erhebung 2014–2024

Das TheWo Bethanien unterliegt einer strengen Qualitätssicherung. Um die Nachhaltigkeit und Wirksamkeit der Behandlung sicherzustellen, erhalten alle Bewohnerinnen jeweils beim Ein- und beim Austritt sowie ein und drei Jahre nach dem Austritt einen Fragebogen. Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass bei einem Grossteil der ehemaligen Bewohnerinnen eine stabile oder verbesserte Gewichtsentwicklung auch nach dem Aufenthalt beobachtet werden konnte.



Zusammenfassung  
der aktuellen Wirk-  
samkeitsstudie

## Wenn das eigene Kind langsam verschwindet...

**Es gibt kaum etwas Schmerzhafteres, als das eigene Kind leiden zu sehen – und nichts tun zu können. Vor mehr als einem Jahr stand ich genau dort: Meine Tochter war schwer krank, seelisch erschöpft, körperlich entkräftet. Ich sah zu, wie sie immer mehr verschwand – und fühlte mich hilflos, verzweifelt, schuldig. Die Aufnahme in die sozialtherapeutische Wohngemeinschaft TheWo Bethanien war der Wendepunkt. Zum ersten Mal spürten wir: Wir sind nicht allein. Es gibt Hoffnung.**

Meine Tochter Feline\*, damals 18 Jahre alt, verschwand langsam vor meinen Augen – nicht plötzlich, sondern Stück für Stück. Sie ass kaum noch, magerte ab, zog sich zurück aus dem Leben, das einmal ihres gewesen war. Ihr Lächeln verblasste, ihre Lebensfreude versiegte. Ich erkannte mein Kind kaum wieder. Für mich als Mutter war es unerträglich, mitanzusehen, wie sie sich veränderte – nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Ich konnte nichts tun und fühlte mich machtlos, verzweifelt, zerrissen – und voller Schuld.

Immer wieder fragte ich mich: Was habe ich falsch gemacht? Hätte ich früher etwas merken müssen? Liebevoller, aufmerksamer, bestimmter reagieren sollen? Ich suchte verzweifelt nach Antworten, fand aber keine, die mir wirklich halfen. Erst mit der Zeit begriff ich: Ich konnte Feline nicht mehr helfen, ihre Anorexie war zu schwer. Und die Schuldfrage hilft niemandem.

Der Wendepunkt kam mit der Aufnahme in die sozialtherapeutische Wohngemeinschaft TheWo Bethanien. Für Feline bedeutete das einen sicheren Ort mit klaren Strukturen, menschlicher Nähe und fachkundiger Begleitung. Für mich bedeutete es, loszulassen – in der Hoffnung, dass sie dort in der Gemeinschaft findet, was ich ihr nicht mehr geben konnte.

Es war kein einfacher Weg. Es gab Rückschläge, Zweifel und schwierige Entscheidungen. Doch zum ersten Mal standen Menschen an unserer Seite, die Feline ernst nahmen, ihre Krankheit verstanden und Wege aus der Erkrankung aufzeigten. Für mich war das eine enorme Entlastung: zu wissen, dass ich nicht mehr allein kämpfen musste und dass es Menschen gab, die ihr wirklich helfen konnten.

### **Wir sind nicht mehr allein**

Seit einiger Zeit ist Feline wieder zu Hause, und ich sehe, was die Behandlung im TheWo Bethanien bewirkt hat. Sie hat zugenommen – nicht nur an Gewicht, sondern auch an Lebenskraft. Sie wirkt präsenter, stabiler, und manchmal lacht sie sogar wieder. Natürlich gibt es noch fragile Tage und ich habe Angst vor Rückschritten. Die Krankheit ist hinterlistig und



kehrt auf leisen Sohlen zurück. Doch dann erinnere ich mich daran: Wir sind unterwegs – und wir sind nicht allein.

Nicht nur das Leben meiner Tochter hat sich verändert, sondern auch unseres als Familie. Früher haben wir vieles aus Unsicherheit verschwiegen. Heute sprechen wir miteinander, hören zu und bemühen uns um echte Offenheit. Wir haben kleine Rituale gefunden – gemeinsame Mahlzeiten, Gespräche, Momente, die uns verbinden. Wir geben einander mehr Raum und suchen eine neue Balance zwischen Nähe und Distanz.

Besonders berührt mich, dass Feline sich – unterstützt durch die IV – an eine berufliche Wiedereingliederung in einer Kindertagesstätte wagt. Was früher undenkbar schien, ist heute möglich, auch dank dem engagierten Einsatz aller im TheWo Bethanien.

In dieser schweren Zeit habe ich viel über meine eigenen Grenzen und meine Rolle als Mutter gelernt. Ich habe wieder Vertrauen gefasst – in das Leben und in die Kraft, die Hoffnung nicht aufzugeben. Heute weiss ich: Hilfe von aussen anzunehmen, ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke. Niemand sollte in einer solchen Situation allein bleiben müssen. Essstörungen sind schwere psychische Erkrankungen, die nicht nur die betroffene Person belasten, sondern das Leben ganzer Familien mitprägen.

Ich bin den Mitarbeitenden des TheWo Bethanien zutiefst dankbar. Sie haben nicht nur Feline geholfen – sie haben auch uns als Familie gestärkt.

Durch die finanzielle Unterstützung der Stiftung Impact Bethanien – und der Menschen hinter ihr – wurde Hoffnung greifbar. Für meine Tochter. Für uns als Familie. Für ein Leben. Ich wünsche mir, dass noch viele junge Menschen diese Chance bekommen.

#### Martha B.\*

\* Die Namen wurden anonymisiert. Der Erfahrungsbericht dieser Mutter entspricht den Tatsachen.

### Wenn ein Kind an einer Essstörung erkrankt – eine Belastung für die ganze Familie

Essstörungen betreffen nicht nur die erkrankte Person – sie ziehen das gesamte familiäre System in Mitleidenschaft. Wenn ein Familienmitglied aufhört zu essen, sich zurückzieht oder zwanghafte Essrituale entwickelt, geraten Eltern und Geschwister oft in einen Zustand ständiger Sorge, Anspannung und Ohnmacht.

Viele Familien erleben eine Achterbahn der Gefühle: Angst, Schuld, Hilflosigkeit, Wut – und den tiefen Wunsch, «alles richtig zu machen». Häufig verändern sich Alltagsstrukturen, Familienessen werden zur Belastung, Gespräche drehen sich nur noch um das Thema Essen oder Gewicht. Konflikte nehmen zu, Nähe wird schwierig, Rückzug folgt.

Eine tragfähige Therapie muss daher nicht nur die Betroffenen begleiten, sondern auch das Umfeld stabilisieren. Familien brauchen Information, Entlastung und professionelle Unterstützung, um wieder in Beziehung treten zu können – auf Augenhöhe, ohne Schuldzuweisungen, mit neuem Vertrauen. Nur gemeinsam lässt sich der Weg aus der Essstörung bewältigen.

## HINTER DER FASSADE

# Mein Weg in ein neues Leben

**Als ich ins TheWo Bethanien zog, hätte ich nie gedacht, dass es für mich tatsächlich zu einem Zuhause auf Zeit werden würde. Die vielen Unsicherheiten und Ängste sowie die Umstellung des gewohnten Tagesablaufs – besonders in Bezug auf die Mahlzeiten – waren nicht einfach zu bewältigen. Doch schon bald merkte ich, dass mir die neue Struktur Halt und Orientierung gab.**

Am Anfang war das gemeinsame Essen in der Gruppe und unter Begleitung eine grosse Herausforderung und sehr ungewohnt. Zu Hause hatte ich meist allein gegessen, um Konflikten aus dem Weg zu gehen. Aus früheren Klinikaufenthalten wusste ich noch, wie belastend gemeinsames Essen sein konnte – oft fühlte es sich wie ein stiller Konkurrenzkampf an, und ich spürte die Blicke, wenn ich nicht viel vom Teller geschafft hatte. Im TheWo Bethanien merkte ich schnell, dass die Bewohnerinnen freiwillig hier sind, um gesund zu werden. Die gegenseitige Unterstützung in der Gemeinschaft hat einen hohen Stellenwert – und das gefällt mir sehr.

Die Umstellung des Essverhaltens braucht Zeit; niemand kann das von heute auf morgen verändern. Besonders hilft mir, dass ich geschöpfte Portionen erhalte und mein Teller sorgfältig abgewogen wird, sodass mein Körper

« Wenn essen schwierig ist und man sein Ich vergisst, dann sollte man sich fragen, ob man es nicht doch soll wagen. »

alles bekommt, was er braucht – Kohlenhydrate, Proteine, Gemüse oder Salat. So lerne ich, Kontrolle abzugeben und Vertrauen in mich selbst zu entwickeln. Die Essensnachbesprechung, die an fünf Abenden pro Woche nach dem Nachtessen stattfindet, gehört für viele Bewohnerinnen nicht zum Lieblingspart des Tages, doch sie bietet Raum, sich mit der eigenen Essstörung auseinanderzusetzen, Ängste gemeinsam auszuhalten und bereits gemachte Erfahrungen zu teilen.



Bewohnerinnen aus dem TheWo Bethanien lassen Ängste und Zweifel ziehen und machen Platz für Hoffnung und Zuversicht.

Am meisten profitiere ich von den wöchentlich stattfindenden Bezugspersonengesprächen. Dort kann ich alles ansprechen, was mich belastet oder mir Freude macht, und auch sonstige Gedanken und Emotionen teilen. Das Vertrauen zu meiner Bezugsperson ist besonders gross, und der enge Austausch zwischen ihr und meiner Psychotherapeutin unterstützt mich zusätzlich. Gemeinsam arbeiten wir an meinen Zielen und an neuen Perspektiven, sodass ich den Kampf gegen meine Essstörung gut bewältigen kann.

« Leider sind Essstörungen immer noch ein Tabuthema, und deshalb fühle ich mich oft unverstanden. »

Das TheWo Bethanien bietet mir nun einen Raum für den Austausch mit Gleichgesinnten – hier bin ich mit meinen Gedanken nicht mehr allein.

Obwohl ich eher eine Einzelgängerin bin, schätze ich die Gruppenabende zu Themen wie Achtsamkeit, Körperwahrnehmung, Kreativität oder Psychoedukation. Es tut gut, den Fokus auf etwas anderes als das Essen zu richten und

dabei neues Wissen und Verständnis für sich selbst zu gewinnen. Besonders geniesse ich die Spaziergänge am Rhein sowie gemeinsame Aktivitäten wie Theatersport, Kerzenziehen, Krimidinner oder den Besuch auf einem Alpakahof. Solche Erlebnisse in der Gruppe haben für mich grosse Bedeutung, denn allein hätte ich mich vieles davon nicht getraut.

Eine Herzensangelegenheit im TheWo Bethanien ist das familiäre Miteinander. Geburtstage werden gefeiert, Erfolge und Erlebnisse geteilt und Bewohnerinnen am Ende ihres Aufenthalts ganz nach ihren persönlichen Wünschen verabschiedet. Dass Hunde hier willkommen sind, macht die Atmosphäre für mich noch heimeliger. Super finde ich, dass wir im TheWo Bethanien den Alltag perfekt mit unserer Genesung kombinieren können. Tagsüber kann man seiner Tätigkeit nachgehen (Schule, Praktikum, Ausbildung, Beschäftigungswerkstatt, geschützter Arbeitsplatz usw.), und in der «Freizeit» wird man in einem herzlichen, fachlich sehr kompetenten und familiären Umfeld bestmöglich unterstützt. Die Zeit im TheWo Bethanien ist meine Lebenschance, für die ich von Herzen immer dankbar sein werde.

**Ramona\***

\* Der Name wurde anonymisiert. Der Erfahrungsbericht dieser Bewohnerin entspricht den Tatsachen.

# Herzlichen Dank!

## Die Stiftung Impact Bethanien erzielte im Jahr 2025 keine Einnahmen aus anderen Quellen.

Umso grösser war die Bedeutung Ihrer Unterstützung, die es uns ermöglichte, schwer erkrankten Menschen in herausfordernden Lebenssituationen zu helfen und ihnen neue Hoffnung und Perspektiven zu eröffnen. Danke für Ihr Vertrauen und die Wertschätzung unserer Arbeit.



David Bruderer Stiftung

CHF 2000.–

Barbara & Gerhard Wajsfelner-Stiftung n/a

Ernst & Theodor Bodmer Stiftung n/a

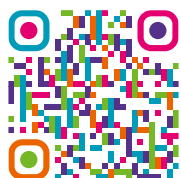
Johann + Elisabeth Kubny-Stiftung CHF 5000.–

Verena Boller Stiftung CHF 5000.–

Ein herzliches Dankeschön auch allen Stiftungen, die anonym bleiben möchten, sowie allen privaten Spenderinnen und Spendern, die unser Anliegen mit ihren Zuwendungen unterstützt haben.

Die Diakonie Bethanien übernimmt sämtliche Lohn- und Drittleistungen der Stiftung Impact Bethanien. Dadurch kommen alle Zuwendungen zu 100 Prozent direkt den Begünstigten zugute.

### ZUM SPENDEN QR-CODE SCANNEN



Zürcher Kantonalbank  
IBAN: CH21 0070 0110 0048 0668 0  
Stiftung Impact Bethanien  
Buckhauserstrasse 36, 8048 Zürich  
Kontakt: kleemann@bethanien.ch

## Individuelle Wege der Heilung

Zwei Bewohnerinnen durften wir in diesem Jahr gestärkt und zuversichtlich in eine selbstbestimmte Zukunft verabschieden. Eine weitere musste ihren Aufenthalt im TheWo Bethanien aufgrund ihrer gesundheitlichen Situation vorübergehend unterbrechen.

**Sofie\***, 18 Jahre. Während ihres Aufenthalts erzielte Sofie beeindruckende Fortschritte. Sie konnte ihre Essstörung überwinden und lernte, einen liebevollen und gesunden Umgang mit sich selbst und ihrem Körper zu entwickeln. Auch familiäre Konflikte, die zur Erkrankung beigetragen hatten, wurden aufgearbeitet. Heute geht Sofie gestärkt und mit neuer innerer Klarheit ihren Weg weiter. Gemeinsam mit der IV wurden zudem wichtige Schritte für ihre berufliche Wiedereingliederung eingeleitet – eine stabile und hoffnungsvolle Zukunft liegt vor ihr.

**Céline\***, 17 Jahre. Sie trat mit einer schweren Anorexie und starkem Untergewicht bei uns ein. Trotz intensiver Begleitung und grossen eigenen Bemühungen gelang es ihr leider nicht, an Gewicht zuzunehmen. Angesichts der wachsenden gesundheitlichen Risiken wurde sie in ein somatisches Akutspital überwiesen, wo die Stabilisierung ihres körperlichen Zustands im Vordergrund steht. Sobald es ihr besser geht, ist ein Wiedereintritt ins TheWo Bethanien geplant, um den begonnenen therapeutischen Prozess fortzuführen und ihr langfristig Halt und Stabilität zu geben.

**Elena\***, 21 Jahre. Sie kam mit einer schweren Bulimie zu uns, die sie sehr belastete und sie zur Unterbrechung ihres Studiums zwang. Während ihres Aufenthalts im TheWo Bethanien gelang es ihr, die Essstörung nachhaltig zu überwinden und gesunde, tragfähige Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Dank dieser Stabilisierung konnte sie ihr Studium wieder aufnehmen und schöpft nun mit neuer Zuversicht Kraft für ihre persönliche und berufliche Zukunft.

\* Die Namen wurden anonymisiert.



## IMPRESSUM

### Autorinnen dieser Ausgabe

Gizella Erdös, Stiftungsrätin Stiftung Impact Bethanien / Jeannine Hefti, Marketing und Kommunikation Diakonie Bethanien / Karin Leemann Gisler, Fundraising Stiftung Impact Bethanien / Anonym: S. 3–5

### Herausgeberin und Redaktion

Stiftung Impact Bethanien, [www.stiftung-impact.ch](http://www.stiftung-impact.ch)