

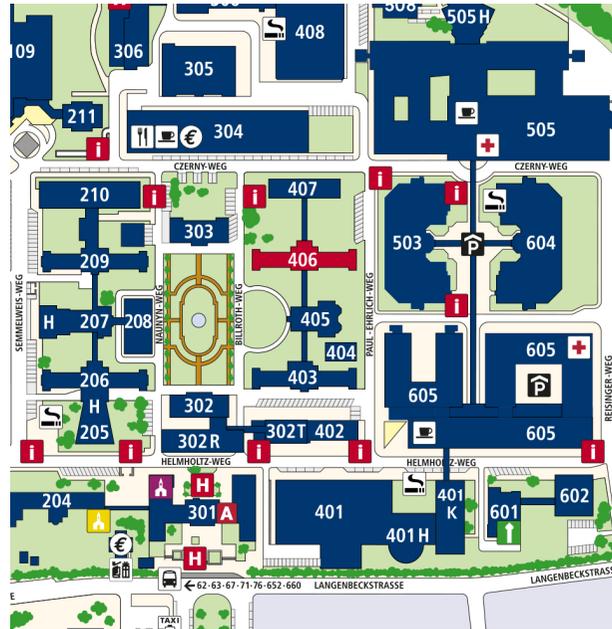
## Im Detail sieht der Studienablauf folgendermaßen aus:

- Telefonisches Vorgespräch
- 1. Persönliches Informations- und Aufklärungsgespräch mit Unterschrift der Einwilligungserklärung (auch des Erziehungsberechtigten bei unter 18-Jährigen) und Diagnostik; anschließend Gruppeneinteilung (nach dem Zufallsprinzip)
- 2. + 3. Intervention: es werden zwei Sitzungen angeboten, in denen die jeweilige therapeutische Strategie geübt wird (zusätzlich weitere Fragebogen- und experimentelle Verfahren)
- 4. Abschlussdiagnostik (Fragebogen-, Interview- und experimentelle Verfahren)
- 5. Follow-up-Untersuchung (nach 3 Monaten)



Bei Interesse oder Fragen melde dich gerne bei uns!

## Lageplan Universitätsmedizin Mainz



Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie; Geb. 406

**Universitätsmedizin**  
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,  
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Bei Interesse oder Fragen zur Studie wende dich gerne an:

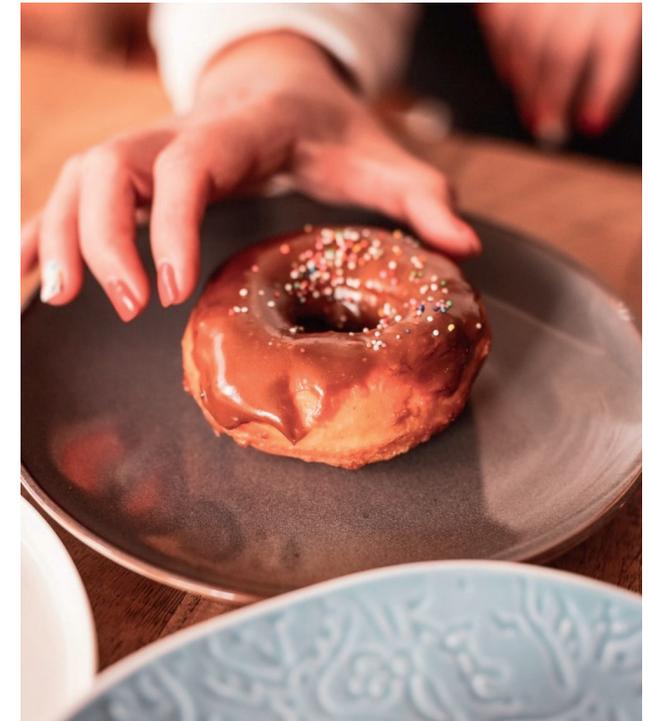
Dipl.-Psych. Dr. Hanna Maren Preuss-van Viersen  
Dipl.-Psych. Jasmina Eskic

E-Mail: [exieat@unimedizin-mainz.de](mailto:exieat@unimedizin-mainz.de)

Tel.: 06131 - 17 3281 (Mo.-Do., 7.00 - 12.00 Uhr)  
Fax: 06131 - 17 5580

Auf unserer Homepage [www.unimedizin-mainz.de](http://www.unimedizin-mainz.de) finden Sie Anfahrtsskizzen sowie mögliche Busverbindungen.

photos by Jeff Siepman and Tijana Drndarski on unsplash.com



Ein Kooperationsprojekt der Universitätsmedizin Mainz und der LWL-Universitätsklinik Hamm der Ruhr-Universität Bochum

## EXI(ea)T für Jugendliche - Raus aus den Essanfällen

Information zur Teilnahme an einer  
Interventionsstudie zur Behandlung  
von Essanfällen

UK RUB UNIVERSITÄTSKLINIK HAMM DER RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

JG|U UNIVERSITÄTSmedizin.  
MAINZ

# EXI(ea)T für Jugendliche - Raus aus den Essanfällen

## Liebe interessierte Teilnehmerin, du...

- hast wiederkehrende Essanfälle (d.h. du nimmst in kurzer Zeit mehr Essen zu dir, als du eigentlich möchtest)?
- hast dabei das Gefühl, die Kontrolle zu verlieren?
- hast Schwierigkeiten, Impulse in Bezug auf das Essen zu kontrollieren?
- ekelst dich nach einem Heißhungeranfall meist vor dir selbst, bist deprimiert oder hast Schuldgefühle?
- hast vielleicht sogar schon einmal zu gewichtsregulierenden Mitteln wie Abführmittel, Hungern, Erbrechen o.Ä. gegriffen?
- willst aber auch lernen, deine Impulsivität in Bezug auf das Essen in den Griff zu bekommen?

Dann bist du bei EXI(ea)T genau richtig!

Wir freuen uns, dich kennenzulernen!

Jasmina Eskic

Dipl.-Psych. Jasmina Eskic

H. Preuss-van Viersen

Dipl.-Psych. Dr. Hanna Maren  
Preuss-van Viersen

## Was bedeutet EXI(ea)T eigentlich?

Bei EXI(ea)T wollen wir dir EXIT-Strategien aus festgefahrenen Essstrukturen anbieten. Wir werden mit dir verhaltenstherapeutische Übungen machen, die dir helfen können, dein Verlangen und deine Impulsivität in Bezug auf bestimmte Nahrungsmittel zu reduzieren.

## Du kannst an der Studie teilnehmen, wenn du...

- weiblich und zwischen 13 und 20 Jahren alt bist unter
- (regelmäßigen) Essanfällen leidest Schwierigkeiten
- hast, deine Impulse in Bezug auf das Essen zu kontrollieren

## Vorteile, Ziele und was du davon hast

- Rückmeldung zu einer umfangreichen Diagnostik
- Teilnahme an therapeutischer Intervention: zwei Sitzungen im Einzelsetting, durchgeführt von approbierten PsychotherapeutInnen
- Neue Handlungsalternativen erlernen
- Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten aufbauen und stärken
- Impulsivität und Verlangen in Bezug auf Essen reduzieren
- Aufwandsentschädigung von jeweils 25 Euro für die Teilnahme am 4. und 5. Termin



## Ein Essanfall - was ist das überhaupt?

Betroffene nehmen große Mengen hochkalorischer Lebensmittel in kurzer Zeit zu sich, ohne dies willentlich beenden zu können. Dabei erleben sie häufig den Eindruck von Kontrollverlust und Gefühle von Scham, Schuld und Ekel gegenüber sich selbst.

## Aufbau von EXI(ea)T

Im Rahmen unserer Studie möchten wir die Wirkung von zwei therapeutischen Strategien der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) zum Umgang mit Essanfällen untersuchen.

Das Studiendesign sieht daher eine sogenannte Randomisierung vor (zufällige Zuteilung). Das bedeutet, dass du zufällig einer von zwei Strategien zugeteilt wirst - der Ablauf der Studie bleibt jedoch für alle Teilnehmerinnen gleich:

Nach einem telefonischen Vorgespräch laden wir dich zu insgesamt 5 Terminen in das Eating Lab der Unimedizin Mainz ein.

Dabei dienen zwei Sitzungen der therapeutischen Strategien (Intervention), die erste und vierte Sitzung dient der umfangreichen Diagnostik (4 Sitzungen im Abstand von je einer Woche). Nach weiteren drei Monaten findet eine abschließende Nachuntersuchung (sogenannte Follow-up-Untersuchung) statt, bei der du erneut eine abwechslungsreiche Batterie an Fragebögen-, Interview- und experimentellen Verfahren durchläufst.