



HILFESCHREI DER SEELE

VON EINER BULIMIE ODER ANOREXIE SIND IN ÖSTERREICH MINDESTENS 200.000 FRAUEN EINMAL IN IHREM LEBEN BETROFFEN. DIE PUBERTÄT IST NACH WIE VOR DAS HAUPTERKRANKUNGSALTER. OFT IST EINE DIÄT DIE EINSTIEGSDROGE.

„Drei Kilo in nur fünf Tagen!“, titeln Frauen- und Männerzeitschriften gerne zum Auftakt der Badesaison oder nach den Weihnachtsfeiertagen. Die ungesunden Blitz-Abspeckkuren sind für viele junge Frauen eine Art Einstiegsdroge. Im selben Magazin starren einem große Augen aus blassen Gesichtern, in dürre Körper gehüllt, entgegen. Wie lebende Leichen stakseln die Models über die Laufstege.

Das soll schön sein. Und in der Schule sind die coolsten Mädels vielleicht auch die schlankesten. Schauen einen schief an, wenn man in der Mittagspause zum Käsebrot und zu Nüssen greift. 78 Prozent, glaubt, dass es einen Zusammenhang zwischen Beliebtheit und „dünn sein“ gibt. Nur etwa die Hälfte der zwölfjährigen Mädchen ist mit ihrem Gewicht zufrieden.

Wenn das Kind immer weniger isst

und maßlos Sport treibt, sind viele Eltern beunruhigt. Denn die Übergänge zwischen pubertärem Schlankheitsstick und einer ernsten, oft lebensbedrohlichen Krankheit sind fließend. Plötzlich wird Schlanksein mit dem Selbstwert gleich gehalten. Ständige Diäten sind vorprogrammiert. Aus den Abspeckkuren werden Essstörungen. Betroffene werten zunehmend negativ und abschätzig über ihren Körper und werden extrem selbstkritisch. Schritt für Schritt wird alles, außer die Kontrolle über das Essverhalten, unwichtig – Freundinnen, Spaß haben, etwas zusammen unternehmen. Schöne Dinge werden auf einen Zeitpunkt verschoben, an dem man schlank ist und ein neues Leben beginnt.

200.000 ÖsterreicherInnen waren laut Gesundheitsministerium zumindest einmal in ihrem Leben an einer Essstörung erkrankt. 90 bis 97% der Betroffenen sind Mädchen und junge Frauen. Die Zahl der Erkrankten hat sich in den vergangenen Jahren dramatisch erhöht. Die Dunkelziffer dürfte noch viel höher sein. Eine Essstörung hat schlimme körperliche Folgen: Bei Magersüchtigen kann es durch den jahrelangen Vitaminmangel und Unterernährung zu Haarausfall, Wachstumsstörungen, Osteoporose, Zellsterben im Gehirn oder zu Organversagen kommen. Bulimiker, die nach Heißhungerattacken Nahrungsmittel mehrmals pro Woche wieder erbrechen, leiden unter Organschäden, Verletzungen der Speiseröhre oder Herz-Rhythmusstörungen.

Hilfe unter: www.sowhat.at, Therapie auf Kasse, www.essstoerungshotline.at



THERAPIE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE MIT ESSSTÖRUNGEN

Der zugrunde liegende Konflikt ist immer ein psychischer und das Essen oder Nicht-Essen ein Symptom dieses inneren Ungleichgewichts.



Dr. Lisa Tomaschek-Habrina,
Leitung „sowhat – Institut für
Menschen mit Essstörungen“

Der Zeitpunkt der Erkrankung liegt bei Männern zwischen 18 und 26 Jahren, während es bei Frauen zwischen 15 bis 18 Jahren am häufigsten auftritt. Wir haben es also am häufigsten mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu tun. Deshalb ist es wichtig, so früh wie möglich mit einer Begleitung beginnen zu können, um einer Chronifizierung, dem Übergang von einer vorübergehenden zu einem dauerhaften Krankheitsverlauf, vorbeugen zu können. Das ist umso wichtiger, weil wir wissen, dass vom Zeitpunkt des Ausbruchs der Essstörung bis zur tatsächlichen Inanspruchnahme von professioneller Hilfe durchschnittlich fünf bis sechs Jahre vergehen. Wenn also bereits Jugendliche kurz nach Ausbruch der Erkrankung Hilfe bekämen, wäre die Vollbildentwicklung einer Essstörung unterbrechbar.

Je tiefgreifender die Einsicht, die bei den Betroffenen über das komplexe Zusammenwirken aller Faktoren bei der Entstehung der Essstörung erreicht werden kann, desto erfolgreicher wird langfristig eine Therapie mit Essstörungen sein. Der erste Schritt zur Heilung ist die Anerkennung dieser Krankheit für sich selbst. Meist gelingt es den Betroffenen nicht von alleine, diese Erkenntnis zu gewinnen. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, dass Angehörige oder nahestehende Freunde helfend zur Seite stehen und sich beraten lassen. Einem Menschen zu helfen, der an dieser Essstörung leidet, bedeutet, dass man viel Fingerspitzengefühl braucht, um diese erkrankte Person davon zu überzeugen, dass sie Hilfe benötigt.

GEFÄHRLICHER TREND

Sie posten Fotos in sozialen Netzwerken wie Twitter und Instagram, auf denen man sieht, wie sich die Haut über den hervorstechenden Knochen spannt. Als Inspiration für andere, es ihnen gleichzutun, und ein Wettbewerb mit gefährlichen Folgen. Hinter dem Hashtag #thinspiration verbirgt sich beispielsweise solch eine gefährliche Neigung. Jugendliche finden auch heute noch in zahlreichen Foren Gleichgesinnte, mit denen sie sich austauschen. Dort verbreiten sich haarsträubende Ratschläge wie: „Iss nichts, was größer ist als deine Handfläche!“ oder „Wenn du hungrig bist, mach Sit-Ups oder box dir in den Bauch!“.

