

Wer is(s)t noch normal?

„Ich bin verzweifelt, komme aus dem Kreislauf von Essanfall und Erbrechen nicht heraus. Wer kann mir helfen?“ Worte einer Anruferin bei der Essstörungshotline des Instituts „sowhat – Institut für Menschen mit Essstörungen“. Bundesministerin Kdolsky unterstützt die erste österreichweite Essstörungs-Info-Kampagne.

VON CHRISTINE RADMAYR

Wenn Selbstwert und Selbstliebe mit dem Zeiger der Waage stehen und fallen, ist der Weg für das Gedanken- und Handlungsgefängnis einer Essstörung geebnet. „Es ist zu einfach, den Schlankeitswahn alleine und die Werbung für das Zunehmen von Essgestörten verantwortlich zu machen. Außerdem sind Magersucht und Bulimie keine ‚Spinnerei‘, wie man immer noch hört, sondern eine Krankheit und bedürfen meist interdisziplinärer Betreuung. Das soll unsere Info-Kampagne im Bewusstsein der Bevölkerung verankern“, sagt Bernhard Wappis, Psychologe von „sowhat“ und Mitinitiator der Kampagne zum Thema „Essstörungen – Wenn die Seele hungert“.

„sowhat“ in Wien ist laut Wappis Österreichs größte Einrichtung zur ambulanten Behandlung. Seelische, biologisch-genetische Faktoren wie ein niedriger Serotonin- und Dopaminspiegel, familiäre, geschlechtsspezifische, psychosoziale und soziokulturelle Faktoren spielen beim Entstehen der Störung zusammen. Das Behandlungsprogramm muss individuell auf die Betroffenen zugeschnitten werden. 90 Prozent der Essgestörten sind Frauen. „Bei Männern ist die Störung oft kombiniert mit extremen Leistungen im Sport, um jede Kalorie zu ver-

brennen“, sagt Wappis, der zehn Jahre lang selbst mit Magersucht und Bulimie kämpfte und sich als geheilt sieht.

„Neben einem Spitalsaufenthalt und Psychotherapie haben mir das Psychologiestudium und Freunde, die auch in Zeiten, in denen ich selbst nicht an mich glaubte, zu mir gestanden sind, geholfen“, sagt der 31-jährige Psychologe. Er hofft, dass die Kampagne mit Inseraten in Zeitungen, TV- und Radio-Spots auch manche Betroffenen stärkt, sich in Therapie zu begeben. 2008 soll eine Präventionskampagne folgen, sofern ein Sponsor gefunden wird. „Zuerst muss das Bewusstsein in der Bevölkerung für das allgemeine Krankheitsverständnis aber geweckt werden“, sagt Wappis.

Er meint, dass rund ein Prozent der Bevölkerung an Magersucht leidet, zwei bis vier Prozent an Bulimie und vier bis sechs Prozent an Binge Eating. Rund

200.000 Österreicherinnen und Österreicher sind betroffen. Die Dunkelziffer ist hoch. Man schätzt, dass etwa ein Drittel von der Essstörung geheilt wird, ein Drittel sich stabilisiert und halbwegs gut damit leben kann und ein Drittel chronisch wird. Wobei 15 bis 20 Prozent der Magersüchtigen sterben.

Fachlich getragen wird die Kampagne von „sowhat“ und

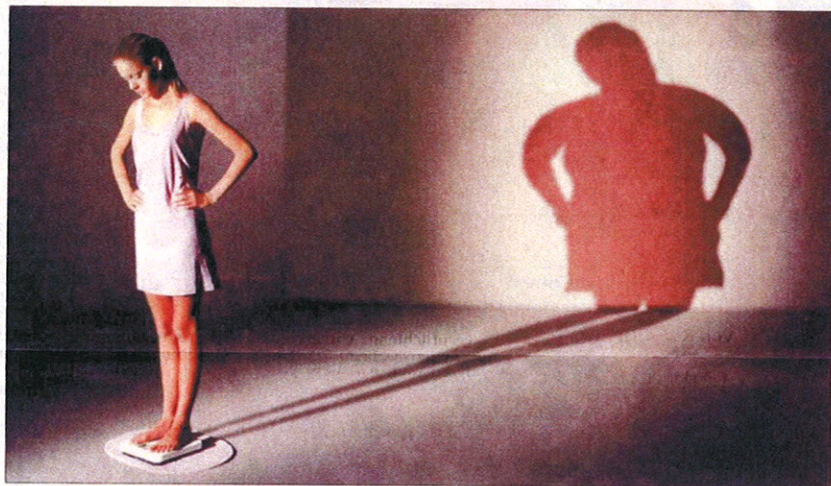
dem Team der Essstörungshotline. Neben Bundesministerin Kdolsky setzen sich unter anderem Designer Thang de Hoo und Dancing-Star-Moderatorin Mirjam Weichselbraun für die Aktion ein.

Info: Erstinfo und Beratung für Betroffene und Angehörige bei der Hotline 0800/20 11 20 bzw. www.essstoerungshotline.at; beim Institut „sowhat“ 01/406 57 17 oder bzw. www.sowhat.at. Dort ist eine Liste aller Beratungsstellen für Oberösterreich erhältlich.

AMBULANTE KONZEPTE UND BETREUUNG FEHLEN

„Bei der Magersucht wird Verweigerung als Leistung gesehen“, sagt Michael J. Merl, Facharzt für Kinder- und Jugendneuropsychiatrie an der Linzer Landes-Frauen- und Kinderklinik. Er betreut stationär 9 Patienten, ambulant 40. „Die Dunkelziffer ist hoch. Ich schätze, dass in Oberösterreich tausende betroffen sind. Wir bräuchten dringend ein Netzwerk, um Patienten besser ambulant be-

handeln zu können.“ Ihm schwebt ein Modell wie in Regensburg vor, wo ein Team von verschiedenen Spezialisten Magersüchtige einen Nachmittag pro Woche und einen Aktionstag pro Monat intensiv betreut. Während Betroffene in Oberösterreich zumeist 5 bis 6 Monate im Krankenhaus bleiben müssen, reduziert sich die Zeitspanne in Regensburg so oft auf einen Monat. (dh)



Magersüchtige haben ein verzerrtes Körperbild, fühlen sich auch abgemagert noch dick. (sowhat bei Gettyimages)

Definition: Essstörungen

Gefangene Seele

• **Magersucht:** Jemand nimmt absichtlich unter die Grenze des Normalgewichts ab und hat trotz massiven Untergewichts noch das Gefühl „fett“ zu sein. Die Angst vor dem Essen und Zunehmen, die Gedanken rund ums Essen begleiten einen den ganzen Tag. Dies bringt z. B. Stimmungsschwankungen, Nervosität mit sich. Symptome: Die Regel bleibt aus, Puls, Blutdruck und Körpertemperatur sinken ab, Osteoporose etc.

• **Bulimie:** (Ess-Brechsucht): Heißhungeranfälle füllen eine „innere Leere“ oder stopfen starken Gefühlen den Mund. Der Drang zu erbrechen ist Spannungsabfuhr und innere Reinigung. Das Ritual von Fressen und Erbrechen erzeugt Gefühle des Kontrollverlustes und der Scham; Depression, Selbstabwertung sind die Folgen. Körperlich leiden vor allem Zähne, Magen und Nieren, es kann zu Herzrhythmusstörungen und Entgleisung des Elektrolythaushalts kommen.

• **Essanfälle:** (Binge Eating Disorder): Auch hier wird ein emotionales Loch oder Frust mit Heißhungeranfällen gestopft. Anschließend kommt es nicht zum Erbrechen, Abführmitteleinnahme oder Sportexzess. Betroffene kämpfen mit Übergewicht, Depression und Selbstabwertung. Folgen: Herz-Kreislauf-Störungen, Schädigungen des Skeletts, der Leber, Diabetes, Gelenkleiden etc. Leute mit Essstörungen haben sich selbst sozusagen verloren. Lernen diese oft sensiblen, kreativen und intelligenten Menschen ihrem Wert und ihren Fähigkeiten zu vertrauen, öffnen sich Herz und Horizont wieder.