

Essen als Sucht

Tölzer Kurier
Wartensende 6.17.10.2018

WENN DIE SEELE KRANK IST (6) Diana R. begrub Probleme unter Bergen von Essen

VON SILKE SCHEDER

Bad Tölz – Auf den ersten Blick scheint alles in bester Ordnung: Als Mathematiklerin verdient Diana R. (Name geändert) gut, sie hat Freunde, Hobbys, eine schöne Wohnung und endlich auch ihr Wunschgewicht. Doch der Schein trügt.

Sobald ihr Sohn (8) im Bett ist, fängt die alleinerziehende Mutter an zu essen. Eine ganze Torte, eine Packung Eis, 500 Gramm Joghurt, 300 Gramm Schokolade, drei Käsesemmeln und eine Tüte Gummibärchen. Auf der Toilette erbricht sie alles wieder – und isst weiter. Bis zu achtmal pro Abend geht das so, ein gutes Jahr lang. Bis sie im Oktober 2007 gegen 3 Uhr morgens völlig kraftlos an ihrem Tisch sitzt. Vor ihr stapeln sich die leeren Verpackungen, ihr Magen schmerzt. „Da wusste ich: Ich brauche Hilfe.“

Probleme mit dem Essen

Essstörungen: Eine Übersicht

Anorexie (Magersucht), **Bulimie** (Ess-Brech-Sucht) und **Binge-Eating** (von englisch binge = Gelage) heißen die drei häufigsten Essstörungen.

Beim Binge-Eating essen die Betroffenen ungewöhnlich große Mengen – oh-

ne sich danach zu erbrechen. Während Bulimiker häufig **exzessiv Sport betreiben**, **Mahlzeiten auslassen** oder **Abführmittel missbrauchen**, um eine Gewichtszunahme zu verhindern, **schnellt der Zeiger auf der Waage bei Binge-Eating ge-**



Dr. Sabine Zimmer

Oberärztin Spezialstation
Ess-Störungen Schlemmer-Klinik

ein richtig gutes Gefühl.“ Die Probleme allerdings verschwand nicht zusammen mit den Fettpölsterchen.

Stattdessen schlich sich die Angst ein, wieder zuzunehmen. „So bin ich langsam in die Bulimie gerutscht.“ Es begann eine Art Doppelleben, wie es viele Ess-Brech-Süchtlinge führen. Tagsüber funktionierte Diana R., abends der Kontrollverlust. In ihrem Umfeld merkte niemand etwas. Anders als bei der Magersucht haben die Betroffenen häufig Normalgewicht, scheinen ihr Leben im Griff zu haben. Sie fallen nicht auf.

Wie sehr sie ihrem Körper schadete, erfuhr Diana R. erst in diesem Sommer in der Schlemmer-Klinik in Bad Tölz, nach eigenen Angaben Bayerns erste psychosomatische Klinik. Infolge einer Bulimie können unter anderem Entzündungen der Magenschleimhaut, ein gestörter Elektrolythaushalt und lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen auftreten. „Häufig leiden die Betroffenen auch unter Depressionen oder Angststörungen“, sagt Dr. Sabine Zimmer, als Oberärztin zuständig für die Spezialstation Ess-Störungen. Bis zu acht zumeist weibliche Patienten kämpfen hier zusammen mit Spezialisten wie Psychologen, Körper- oder Kunsttherapeuten gegen das Verhungern der Seele, zum Teil auch des Körpers.

Diana R. litt ebenfalls an Depressionen und einer Angststörung. Insgesamt hat sie drei stationäre Therapien gemacht. Ihr Umfeld reagier-

te einigmaßen verständnisvoll. „Nachvollziehen konnte es aber niemand so richtig.“ Laut Dr. Zimmer eine typische Reaktion auf psychische Erkrankungen. „Viele verstehen nicht, warum die Betroffenen zum Beispiel nicht aufhören können zu essen.“ Meist verstehen es nicht einmal die Betroffenen selbst. Das Thema Ess-Störungen, deren Ursachen und Behandlung ist komplex und zeitintensiv. „Aber sie sind heilbar“, betont Dr. Zimmer.

Diana R. scheint auf einem guten Weg zu sein. Nach vielen Hochs und Tiefs geht es ihr heute so gut, wie nie, sagt sie. Sie hat gelernt, echte zwischenmenschliche Beziehungen zuzulassen und selbst besser für sich zu sorgen. In einigen Wochen will sie schrittweise in ihren Beruf zurückkehren. Mit ihrer Belegschaft will sie anderen Betroffenen Mut machen. „Ich kann nur empfehlen, sich Hilfe zu suchen.“

stören Menschen schnell in die Höhe.

Magersüchtige verweigern die Nahrungsaufnahme im schlimmsten Fall fast komplett, nehmen sich aufgrund einer **Körperschemastörung** aber häufig trotzdem als zu dick wahr.

Die **Übergänge** zwischen den einzelnen Ess-Störungen sind oft **fließend**. Hilfe finden Betroffene und Angehörige zum Beispiel im Internet auf www.therapienetz-essstoerung.de, www.anad.de oder unter www.klinik-schlemmer.de.