

**Essstörungen** Viele Jugendliche und Erwachsene leiden an Magersucht, Bulimie oder Esssucht, doch Therapieplätze gibt es kaum.

# Kein halbes Brötchen mit Käse

Julia ist magersüchtig / Mit Hilfe des Forums für Essstörungen versucht sie, ihre Krankheit zu besiegen

Von Silvia Bielert

Mode war Julias (Name von der Redaktion geändert) Leidenschaft – schon in der Grundschule. Doch die Klamotten, die ihr gefielen, und ihr Körper, das passte einfach nicht zusammen. Julia fühlte sich immer zu klein und zu dick. Mit zwölf Jahren rutschte das aufgeweckte Mädchen in die Magersucht, später in die Bulimie und zurück in die Magersucht. Heute, mit 20 Jahren, kämpft sie mit sich immer noch um ein normales Essverhalten. Hilfe erhält sie dabei seit Dezember im „Forum für Essstörungen“ in Sonnenberg, bei Psychotherapeutin Doris Weipert. Mit ihr arbeitet Julia ihre Krankengeschichte auf.

Als sie in eine neue Schule kam, war die 12-Jährige gleich wieder die „kleine Dicke“. Sie begann, sich einzuschränken, nahm sich vor, in den Sommerferien nur Obst zu essen, ging täglich joggen, obwohl sie Sport hasste. Im Laufe der Zeit verlor Julia den Bezug zum Essen: „Ein halbes Brötchen mit einer Scheibe Käse zu belegen, war für mich unvorstellbar“, erzählt sie heute.

## Der Körper versucht anfangs, den Hunger mit Hilfe von Opiaten zu kompensieren

„Hungern ist zwar kurzfristig anstrengend, aber der Körper gewöhnt sich an die reduzierte Versorgung“, sagt die promovierte Psychotherapeutin Doris Weipert. Auch gebe der Hunger zunächst ein gutes Gefühl, weil das Gehirn anfangs Opiate, so genannte Endorphine, ausschüttet, um das Leiden zu kompensieren. „Die jungen Menschen denken dann:



Viele Essgestörte nehmen ihren Körper verschoben wahr.

SYMBOLFOTO: ROLF SCHULTEN

Alle konsumieren im Übermaß, aber ich kann verzichten. Ich habe mich unter Kontrolle. Ich bin stark.“ Dadurch bestärkten sie ihr Selbstwertgefühl, ein Verhaltensmuster, das schwierig wieder los zu werden sei.

Julias Krankheit fiel lange niemandem auf, weil sie bei 1,70 Meter „weit über 70 Kilogramm“ wog und trotz Essensverzicht

noch zunahm. In ihrem seltenen Fall funktionierte der Stoffwechsel nicht. Auch ihrer Mutter fiel auf, dass Gewicht, Sportzwang und Essverhalten nicht zusammenpassten. Sie gab Julia Ratschläge zur ausgewogenen Ernährung. „Aber ich habe gemerkt, dass meine Tochter keinen Wert darauf oder auf die Familie legt“, erzählt die Mutter.

Ein typisches Verhalten von Jugendlichen in der Pubertät. Julia suchte Anerkennung bei den Gleichaltrigen. Doch denen fehlte es an sozialer Kompetenz, sagt Weipert. Statt Anteilnahme und Unterstützung habe sie oft Feindseligkeiten und Gehässigkeiten, die Jugendliche mit wenig Selbstbewusstsein noch mehr an sich zweifeln lassen.

Am häufigsten sind Mädchen von Magersucht und Bulimie betroffen. „Alle Jugendlichen suchen sich Idole“, sagt Weipert. Doch während Jungen meist Fußballprofis nacheifern, orientieren sich Mädchen an Schauspielerinnen und Models. Großartige Karriere, frühzeitig eine Familie gründen und bei all dem Stress noch super aussehen – schon 16-Jährige stehen unter großem Druck. Das weiß auch Julia.

## Julia verlor viele Freunde, erst war sie ihnen zu dick, dann zu krank

Als sie 16 Jahre alt war, begann ihr Stoffwechsel wieder zu arbeiten. „Ich dachte: Jetzt zeige ich es meinem Körper.“ In einem Jahr verlor sie 20 Kilogramm, aber auch viele Freunde. „Erst war sie ihnen zu dick und dann zu krank“, ärgert sich ihre Mutter. Julia fand zurück in die Familie, die Krankheit blieb. Mit 18 rutschte sie in die Bulimie, verlor die Kontrolle über ihren Körper, der sich mit Heißhungerattacken gegen die stete Mangelernährung wehrte. „Für viele in meiner Umgebung war alles in Ordnung. Sie dachten: Die isst doch. Dabei verschwand ich anschließend sofort auf die Toilette“, erzählt Julia. Hunger oder Sättigungsgefühl kannte sie nicht. Nach dem Abitur rutschte Julia zurück in die Magersucht. Von einer Reise, für die sie sich die Bulimie abtrainiert hatte, kam sie noch dünner zurück. Mit vielen anderen Patienten im Forum für Essstörungen teilt sie eine jahrelange Krankengeschichte. „Wer zu uns kommt, ist im Durchschnitt neun Jahre an der Essstörung erkrankt“, sagt Weipert.

# Zu wenige Therapieplätze für Essgestörte in Hessen

Kassenärztliche Vereinigung kennt zwei Fachkliniken im Land / Lange Wartezeiten für ambulante Behandlung

Von Silvia Bielert

Magersucht ist die psychische Erkrankung mit der höchsten Todesrate – noch vor Depression“, sagt die Expertin Doris Weipert. Nachts sei das Risiko zu sterben am größten, wenn der ohnehin geschwächte Kreislauf im Schlaf herunterfährt und nicht mehr durchstarten kann – wie bei einem alten Menschen.

In solchen akuten Fällen ist eine stationäre Therapie unabdingbar. Medizinische Leitlinien empfehlen eine solche Therapie unter anderem, wenn der Body-Mass-Index unter 15 liegt oder die soziale Situation der Heilung entgegensteht. An diesen Leitlinien haben viele Fachverbände mitgearbeitet, auch der Bundesfachverband Essstörungen, dem Doris Weipert vorsteht.

Die Behandlung sollte an einer psychosomatischen Fachklinik erfolgen. Doch in Hessen gibt es nur wenige Plätze. Die Kassenärztliche Vereinigung (KV) nennt nur zwei Kliniken. Das hessische

Sozialministerium nennt fünf, darunter die Parklandklinik in Bad Wildungen und die Klinik Hohe Mark in Oberursel mit zusammen 42 Betten für essgestörte Patienten. Die anderen drei Kliniken halten Betten für Patienten mit Essstörungen vor. Das Ministerium hatte im Auftrag der FR 121 Kliniken angeschrieben, um die Bettenzahl zu erfragen. 25 hatten geantwortet.

Manche Akutpatienten landen daher – gerade bei psychischen Folgekrankheiten – in der Psychiatrie oder im Krankenhaus. Damit es nicht so weit kommt, müssen Patienten und Angehörige früh reagieren. Doch die sind sich bei der Suche nach Hilfe oft allein. Viele suchen daher erst spät nach einem ambulanten Therapieplatz, andere finden keinen oder müssen lange warten. Zumal nicht jeder Arzt eine Zusatzqualifikation für Essstörungen aufweist, wie sie die Leitlinien fordern.

Auch Julias Mutter suchte nach Hilfe, zuerst im Internet,

## FORUM FÜR ESS-STÖRUNGEN

**Diplom-Psychologin** Doris Weipert gründete im Jahr 1985 das Forum für Essstörungen in Sonnenberg. Die Praxis ist spezialisiert auf die Behandlung von Essstörungen und bietet ein mehrdimensionales Behandlungskonzept. Telefon 0611/599 200.

**Genaue Zahlen** für an Essstörungen Erkrankte in Hessen gibt es nicht. Die Kassenärztliche Vereinigung zählt in 2012 pro Quartal 2700 ambulante behandelte Patienten. Die Barmer

meldet für 2010 5530 Anorexie- und 799 Bulimie-Patienten, die ambulant, sowie 526 Anorexie- und 67 Bulimie-Patienten, die stationär behandelt wurden. Laut Robert-Koch-Institut hat jeder fünfte Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren eine Essstörung vor.

**Informationen finden** Betroffene und ihre Angehörigen im Internet auf [www.forum-ess-stoerungen.de](http://www.forum-ess-stoerungen.de); [www.magersucht.de](http://www.magersucht.de); [www.bundesfachverbandessstoerungen.de](http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de). bil

dann bei Fachärzten. Einen Termin bekam sie nicht. Ihre 16-jährige Tochter aß seit mehr als drei Jahren nicht mehr normal, doch ihr Gewicht von 60 Kilogramm bei 1,70 Meter Körpergröße wies nicht auf Magersucht.

Grundsätzlich lasse sich feststellen, „dass die aktuelle Versorgungssituation für Menschen mit Essstörungen nicht befriedigend ist“, schreibt die KV Hessen auf Anfrage der FR, Verbesserungspotential

sieht sie in „der interdisziplinären Zusammenarbeit und in der Optimierung der Frühdiagnostik und -intervention“. Allein in Wiesbaden wurden laut KV im Jahr 2012 pro Quartal rund 400 essgestörte Patienten ambulant behandelt. Daran habe auch das Forum für Essstörungen einen Anteil, wo Doris Weipert mit ihren Kolleginnen Patienten aus dem Rhein-Main-Gebiet behandelt.

Esstörungen haben vielschichtige Ursachen, daher muss auch die Therapie, die zwischen einigen Monaten und mehreren Jahren dauern kann, individuell abgestimmt sein. „Die Patienten müssen lernen, ihren Körper ausreichend mit Nahrung zu versorgen und ihre dahinterliegenden Konflikte zu lösen“, sagt Doris Weipert. Auch die Angehörigen müssten eingebunden werden, weil die Ursachen oft im sozialen Bereich liegen. Julias Mutter ist erleichtert über den Therapieplatz: „Ich glaube nicht, dass wir das allein hinbekommen hätten.“

Fünf Kilogramm sollte Julia noch zunehmen. Im Herbst will sie zu Hause ausziehen und ein Studium beginnen. Noch immer hat sie Angst, dick zu werden, rechnet ihr die Stimme im Kopf vor, was sie „zu viel“ gegessen habe. Noch immer isst Julia, aus Angst vor Bulimie, lieber ein halbes Brötchen zu wenig als zu viel.

Essstörungen sind chronische Erkrankungen mit Suchtcharakter, manchmal ein Leben lang.