

Wenn Essen zur Qual wird

Der Verein Change my Way gibt Essstörungsseminar an den Berufsbildenden Schulen Syke

VON DOMINIK ALBRECHT

Syke. Der Bassumer Verein Change my way begleitet junge Menschen, die unter Essstörungen leiden. Um für dieses Thema zu sensibilisieren, informierten Holger Theek und Ingrid Kathmann angehende sozialpädagogische Assistenten und künftige Erzieher der Berufsbildenden Schulen (BBS) Syke über die Erkrankungen und Wege aus ihnen heraus.

„Die Schüler sollen wissen, welche Anzeichen es für die Erkrankungen gibt und wo sie später betroffene Jugendliche und Eltern hinschicken können“, erzählt Birgit Jürgens. Sie ist Lehrerin an der BBS und hat den Verein eingeladen. Außerdem würden Jugendliche immer früher an Anorexie (ab 14 Jahren) und Bulimie (ab 16 Jahren) erkranken, weshalb mit dem Vortrag genau die betroffene Altersstufe angesprochen werde.

Holger Theek von Change my Way zeigte auf, wie gefährlich eine krankhafte Appetitlosigkeit sein kann. Fünf bis zehn Prozent der Anorexiestorenen seien innerhalb von zehn Jahren verstorben. An einer Bulimie hingegen sterben „nur“ ein Prozent aller Erkrankten. Woran das liegt, konnte sich eine Schülerin ohne langes Nachdenken vorstellen: „Bei der Anorexie essen die Menschen gar nichts mehr. Bei der Bulimie hat der Körper wenigstens gerade genug Zeit, Nährstoffe aufzunehmen, bevor das Essen erbrochen wird.“

An Appetitlosigkeit leidende Menschen seien öfter müde und depressiv, die Atmung

und der Herzschlag langsamer. „Ich hatte mal ein Mädchen in Behandlung mit einer Ruhe-Herzfrequenz von 35 bis 40 Schlägen in der Minute. Das ist die Hälfte von dem, was sie eigentlich haben müsste“, zeigte Holger Theek auf. Darüber hinaus nehme die Knochenstabilität ab, ein Vitamin-D-Mangel entstehe. Die Jagd nach dem perfekten Bodymaß-Index-Wert wird zum zentralen Ziel Betroffener. „Es wird sich nach dem Aufstehen gewogen, vor dem Essen, nach dem Essen, vor und nach dem Toilettengang. Die Menschen kommen auf acht bis zehn Gewichtskontrollen am Tag“, verdeutlicht der Experte. Kalorienreiche Lebensmittel werden aus dem Ernährungsplan gestrichen, Salat wird zur Lieblingsspeise. „Aber ohne Dressing, sonst kommt da Öl ran und das ist Fett“, merkt Theek an.

Die Folgen von Essstörungen sind zahlreich. Neben Zinkmangel kann auch das Gehirn Schaden nehmen. „Die Hirnsubstanz schrumpft und bildet sich nach Überstehen der Krankheit nicht vollends zurück“, mahnt Theek. Die Folgen seien bei jungen Kindern stärker als bei erwachsenen Menschen. Die Diagnose könne zum Glück aufgrund des raschen Gewichtsverlustes relativ schnell erstellt werden. Bei der Bulimie hingegen sei eine Diagnose nicht so einfach. Denn die Krux der Ess-Brech-Sucht ist, das Betroffene oft gar nicht erkannt werden. Ihr Gewicht schwankt nicht so stark.

Die Dunkelziffer ist zudem sehr hoch, da Change my Way noch immer ein Tabuthema in der Gesellschaft ist. Zur Zeit be-

suchen ihren Worten nach 13 Mädchen im Alter zwischen 14 und 30 Jahren die Gruppentreffen von Change my Way. „Davon sind drei aktuell in der Klinik“, sagt Kathmann. Zur weitverbreitetsten Ursache von Bulimie gehöre der herrschende Schlankheitswahn. „Man schlägt eine Zeitung auf und sofort kommen Supermodels und Diäten“, kritisiert die Expertin. Begleitend dazu mache sich ein Perfektionismus in den Jugendlichen breit. „Sie wollen zu den toll aussehenden Mädels gehören und alles perfekt machen.“ Oft habe Kathmann des Weiteren erlebt, dass Bulimiepatienten gerne für andere Menschen kochen. „Sie denken sowieso den ganzen Tag ans Essen. So kön-

nen sie damit hantieren und die Duffe riechen. Dadurch sind die Patienten im Kopf satt, ohne gegessen zu haben“, beschreibt Ingrid Kathmann.

Symptome einer Bulimie seien unter anderem soziale Phobien, Drogenmissbrauch oder Kaufrausche. „Das hat mit impulsivem Verhalten zu tun. Die Menschen reden sich ein, dass sie unbedingt Geld ausgeben müssen, um sich etwas Gutes zu tun“, sagt Holger Theek. Einzig eine Therapie verspreche Heilung und erstrecke sich oft über Monate bis Jahre.

Weitere Information über Change my Way gibt es telefonisch unter 04243/95263 oder per E-Mail an changemyway@web.de.



Ingrid Kathmann vom Verein Change my Way spricht in dem Essstörungsseminar mit Schülern über die Gefahren von Anorexie und Bulimie.

FOTO: SEBI BERENS

Weserkurier, 08.05.2018