

Familie & Gesundheit

WENN DÜNNNE NOCH DÜNNER WERDEN WOLLEN



Michel Schlim,
Oberarzt PDGR

Viele Frauen und auch Männer eifern einem Schlankheitsideal nach. Das ist nicht unproblematisch. Wenn Dünne noch dünner werden wollen, kaum mehr essen und fast nur noch Haut und Knochen sind, dann leiden sie ziemlich sicher an Magersucht. Wie jede Sucht hat auch die Anorexia nervosa für Betroffene unschöne Folgen. Die kognitive und körperliche Leistung nimmt ab, da dem Körper wichtige Stoffe aus der Ernährung fehlen, häufig kommt es zu Blutdruck- und Herzkrankungen, Haut und Haare verschlechtern sich, das Selbstwertgefühl schwindet und die Psyche leidet. Depressive Verstimmungen sind häufig. Junge Menschen entwickeln oft Wachstumsstörungen, Erwachsene sogar eine frühe Osteoporose. Bei den Psychiatrischen Diensten Graubünden (PDGR) werden Essstörungen wie Magersucht, Bulimie, Fressattacken und Fettleibigkeit behandelt.

Michel Schlim, Oberarzt bei den PDGR in Scuol und St. Moritz, hat viel Erfahrung insbesondere mit Magersüchtigen. Er bedauert, dass viele Betroffene erst dann fachliche Hilfe und Unterstützung suchen,

wenn sie bereits extrem untergewichtig sind und das psychotherapeutische Programm aufgrund daraus resultierender kognitiver Beeinträchtigung oder aufgrund Uneinsichtigkeit eingeschränkt ist. «Magersüchtige entwickeln eine veränderte Wahrnehmung von sich selbst. Sie betrachten sich im Spiegel und glauben, ein Walross zu sehen, obwohl sie ja spindeldürr sind», sagt Schlim. Viele würden auch intensiv Sport betreiben, einfach um Kalorien zu verbrennen.

Man könnte annehmen, dass vorab jüngere Menschen unter Magersucht leiden. Dem ist aber nicht so, wie Schlim sagt. «Erwachsene in den 40er, 50er und sogar 60er Jahren können genauso eine Magersucht entwickeln. Ist man in der Spirale drin und reiht eine Diät an die andere oder hungert, dann ist es nicht einfach, ohne Unterstützung von Fachleuten wieder herauszufinden. Je länger die Sucht nicht behandelt wird, umso schwieriger wird es, den Weg aus der Essstörung zu finden. In seltenen Fällen kann es jedoch auch zu Spontanheilungen kommen». Die Ursachen sind vielschichtig: genetische Ursa-

chen, falsche Vorbilder, sexueller Missbrauch, ein falsches Verständnis von gesunder Ernährung, Angst- und Zwangsstörungen und andere psychische Erkrankungen. Die Diagnose ist oft nicht ganz einfach, weil Betroffene meinen, sie würden völlig normal essen. Manche hüllen sich auch in weite Kleidung, die über die Magerkeit hinwegtäuscht. «Kaliummangel oder Herzrhythmusstörungen machen Ärzte aber hellhörig. Auch die Familiengeschichte gibt manchmal Hinweise auf Magersucht». Nicht selten gibt die Mutter den Kindern vor, wie in ihren Augen eine gesunde Ernährung aussieht. «Sich auf falsch verstandene Art gesund zu ernähren kann durchaus zu Magersucht führen», sagt Schlim, der zudem darauf hinweist, dass es eine falsche Ernährung eigentlich nicht gibt, sondern nur ein zu wenig oder zu viel.

«Wir therapieren Betroffene individuell. Eine Psychotherapie mit Verhaltensänderungen sowie Medikamente sind wichtige Pfeiler jeder Therapie. Ist die Magersucht ausgeprägt, dauert es meist längere Zeit, damit Magersüchtige wieder gesund werden». Familienmitgliedern und Freunden rät er, die Betroffenen ernst zu nehmen. «Statt sich auf eine Konfrontation einzulassen, sollte man auf die Möglichkeit einer therapeutischen Unterstützung hinweisen».

ANLAUFSTELLE PDGR

Die Psychiatrischen Dienste Graubünden behandeln alle Arten von Essstörungen, darunter insbesondere auch Magersucht (Anorexia nervosa und Bulimie). Hilfreich für Betroffene ist es, so früh wie möglich Unterstützung und Beratung zu suchen.

www.pdgr.ch

Vortrag zum Thema Essstörungen: Michel Schlim, Oberarzt: 28.03. in St. Moritz, 11.04. in Scuol.



Magersucht kann auch ältere Menschen betreffen.

Pressebild