

Schlankheitswahn paart sich mit mangelndem Selbstwertgefühl

Diäten Hauptauslöser einer Essstörung

„Der Klang meines Körpers“ lautet die Ausstellung über Menschen mit Essstörungen, die ab Montag im Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg zu sehen ist. Die Betroffenen brauchen viel Unterstützung, oft fehlen aber die entsprechenden Angebote in Nürnberg und der Region. Darüber sprechen Christine Ertl von der Fachberatung für Frauen mit Essstörungen „Dick und Dünn“ sowie Mechthild Gimlik-Bröse und Elke Schmidt von der Elterngruppe Essstörungen Nürnberg-Lauf im NZ-Gespräch.

NZ: Frau Ertl, welche Entwicklungen beobachten Sie, wenn es um Essstörungen geht?

Christine Ertl: Die Betroffenen werden immer jünger. Insgesamt stellen wir eine stärkere Tendenz zum Hungern fest. Das hat viel mit dem Schlankheitswahn in unserer Gesellschaft gepaart mit einem mangelnden Selbstwertgefühl zu tun. Diäten sind nach wie vor der Hauptauslöser einer Essstörung. Auch die sogenannte Binge-eating-Störung nimmt zu, das sind unkontrollierbare Essanfälle, bei denen keine gegensteuernden Maßnahmen ergriffen werden. Menschen mit Essstörungen haben außerdem häufig Begleiterkrankungen, zunehmend geht es um Depressionen, auch Selbstverletzung tritt häufig auf.

NZ: Was machen Sie, wenn eine 14-jährige Schülerin zu Ihnen in die Beratung kommt?

Ertl: Zuerst habe ich in der Regel mit ihrer Mutter am Telefon zu tun, weil wir telefonische Sprechzeiten anbieten. Ich beantworte ihre dringlichen Fragen und schau, ob wir ihr einen Beratungstermin anbieten können. Das ist nicht einfach. Denn eigentlich dürfen wir Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren nicht beraten. Unsere Beratungsstelle wird vom Bezirk Mittelfranken finanziert und zwar für die

Beratung von Erwachsenen. Viele Eltern fallen aus allen Wolken, wenn sie das hören.

NZ: Welche Anlaufstellen nennen Sie dann den Eltern?

Ertl: Je nach Fall versuchen wir minderjährige Klientinnen an Erziehungsberatungsstellen zu verweisen. Wir sind mit ihnen vernetzt. Aber auch Erziehungsberatungsstellen wissen, dass Essstörungen ein spezielles Thema sind, für das man viel fachliches Wissen braucht. Letztendlich landen die meisten wieder bei uns. Wir verweisen auch an niedergelassene Kinder- und Jugendpsychotherapeutinnen sowie an Kliniken. Diese bieten Eltern ambulant Gespräche an, wenn die betroffenen Kinder bereit sind, mitzukommen.

Elke Schmidt: Es dauert aber mindestens drei Monate, bis Betroffene einen Psychotherapieplatz bekommen. Viel zu lang.

Mechthild Gimlik-Bröse: Die Essstörung ist eine sehr ernst zunehmende psychosomatische Erkrankung, die auch zum Tode führen kann. Die Spätfolgen sind gravierend, etwa Herzkrankungen, Osteoporose.

NZ: Wenn es ganz akut wird, kommen die Betroffenen in die Kinder- und Jugendpsychiatrie (KJP) im Klinikum Nord. Wie läuft es dort Ihrer Meinung nach?

Gimlik-Bröse: Die Akutbehandlung machen sie gut. Was passiert aber nach dem Aufenthalt in der KJP? Als Eltern sind wir nach der Klinikzeit allein auf uns gestellt und wenig vorbereitet auf den Alltag. Die Elterngruppe bietet Austausch und Entlastung. Aber das reicht nicht aus. Wir brauchen konkrete Hilfen.

NZ: Was brauchen Sie?

Gimlik-Bröse: Wir wünschen uns, dass die KJP uns Eltern mehr mitnimmt. Elterngesprächskreise oder auch ein Eltern-Coaching während und nach der Klinikzeit. Deutlich verkürzte Wartezeiten für einen Therapieplatz, der fachlich spezialisiert sein sollte. Wünschenswert wären auch andere Behandlungsansätze, Verweise an die Fachklinik, betreute Wohngruppen, Begleitung in der Erkrankung. Die Dauer und Häufigkeit der Klinikaufenthalte muss deutlich verkürzt werden.

Schmidt: Im süddeutschen Raum ist die Versorgung gut. Es gibt allein in München mehr als zehn Beratungsstellen für Menschen mit Essstörungen. Im Vergleich dazu sind wir in unserer Region mehr als unterversorgt.

Gimlik-Bröse: Da das Einstiegsalter bei Essstörungen momentan bei zwölf Jahren liegt, wäre die Schaffung einer Beratungsstelle für junge Menschen unter 18 Jahren dringend notwendig.

NZ: Warum ist es bis jetzt nicht gelungen, so eine Stelle in Nürnberg einzurichten?

Ertl: Auch Erwachsene mit Essstörungen sind in Mittelfranken unterversorgt. Seit 20 Jahren kämpft unsere Beratungsstelle um den Ausbau des Personals. Wir sind unterbesetzt. Wir arbeiteten bis vor fünf Jahren mit einer vollen Stelle, jetzt sind es eineinhalb Stellen. Natürlich haben wir versucht, zuerst die Zielgruppe gut zu versorgen, für die wir finanziert werden. Und dazu gehört nicht nur Beratung, sondern auch eine gute Vernetzung mit Therapeuten, Therapeutinnen und Kliniken. Dahinter steckt viel Arbeit.

NZ: Wie viele Kinder und Jugendliche mit Essstörungen gibt es in Nürnberg?

Ertl: Mehr als 20 Prozent der Jugendli-



Die Expertinnen für Essstörungen (v.l.) Elke Schmidt, Mechthild Gimlik-Bröse und Christine Ertl.
Foto: Roland Fengler

chen zwischen 11 und 17 Jahren haben Symptome einer Essstörung. In Nürnberg sind das über 6000 Jugendliche. Eine frühe Hilfe für sie wäre sehr wichtig. Wir wollen diese Hilfe fest etablieren. Wir haben einen Antrag bei Aktion Mensch gestellt. Wenn es klappt, dann sind 70 Prozent der Kosten für diese Stelle gesichert. Die restliche Finanzierung – oder auch die volle, sollte es mit Aktion Mensch nichts werden – erhoffen wir uns von der Stadt Nürnberg. Sie ist zuständig für diese Zielgruppe. Wir haben die entsprechenden Anträge schon eingereicht.

NZ: Welche Akteure sind noch wichtig, wenn es darum geht, Essstörungen vorzubeugen oder rechtzeitig zu erkennen?

Gimlik-Bröse: Wichtig ist eine entsprechende Aufklärungsarbeit an und in den Schulen. Lehrer oder auch Vertrauenslehrer und Schulpsychologen und Sozialarbeiter könnten eine Brücke sein zwischen betroffenen Kindern und Eltern. Man müsste aber die Lehrkräfte dafür schulen, etwa über Lehrerfortbildungen.

Ertl: Bis jetzt dürfen wir uns nicht für Prävention bei Minderjährigen engagieren. Das können wir uns aber durchaus vorstellen, wenn wir die Finanzierung einer zusätzlichen Stelle bekommen. Ich erinnere mich an einige Fälle, in denen Eltern erst in die Beratung gekommen sind, als die Lehrkraft sie darin bestätigt hat. Wenn es ein gutes Zusammenspiel zwischen Schule und Eltern gibt, dann trauen sich auch die Eltern aus der Isolation.

Fragen: Ella Schindler

Hilfe für Menschen mit Essstörungen

► In der Fachberatungsstelle für Frauen mit Essstörungen „Dick und Dünn Nürnberg e.V.“ bekommen Frauen ab 18 Jahren sowie Personen aus dem Umfeld von Betroffenen Unterstützung. Telefonisch und per E-Mail können sich alle an die Fachstelle wenden, die Fragen zum Thema „Essstörungen“ haben.

Kontakt: Kühnertsgasse 24; ☎ 09 11/47 17 11 oder unter kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de; www.essstoerungen-mittelfranken.de

► In der Elterngruppe Essstörung Nürnberg-Lauf tauschen sich Eltern von Betroffenen aus und bekommen Informationen und Entlastung.

Kontakt: Mechthild Gimlik-Bröse (☎ 01 71/281 58 42) und Elke Schmidt (☎ 01 60/96 82 92 54)

► Seit zwei Monaten ist in Nürnberg das Therapienetz Essstörungen tätig. Die GmbH, die überregional arbeitet und Verträge mit Krankenkassen hat, hat hier eine Clearingstelle eingerichtet, die sich zum Ziel macht, betroffene Jugendliche, Frauen und Männer persönlich zu begleiten.

Kontakt: Am Plärrer 15 (4. Stock); ☎ 09 11/27 74 49 10 oder unter beratung@therapienetz-essstoerung.de; www.therapienetz-essstoerung.de

ES