

# Frauen-Fachberatung „dick und dünn“ hilft jetzt auch Jugendlichen

Nürnberger Einrichtung kann bei Essstörung jetzt früher in der Entwicklung gegensteuern — Stadt erhöht den Sachmittelletat auf jährlich 57 000 Euro

VON SABINE EBINGER

Unkomplizierte Hilfe bietet die Fachberatung für Frauen mit Essstörungen „dick und dünn“ seit kurzem auch Mädchen und Jungen im Alter von 13 bis 17 Jahren aus ganz Mittelfranken. Die Einrichtung, die in der Vergangenheit immer wieder ratsuchende Jugendliche abweisen musste, schließt damit eine Versorgungslücke.

Das Essen wird verweigert, gemeinsame Mahlzeiten sind kaum noch möglich. Heimlich wird der Kühlschrank geplündert, wahllos werden Lebensmittel hineingestopft, um später wieder ausgekotzt zu werden. Oder: Ständig wird genascht, von Monat zu Monat wird der Körper dicker und dicker. Das Robert-Koch-Institut hat in einer Studie zur Gesundheit von Jugendlichen festgestellt, dass gut ein Fünftel der Elf- bis 17-Jährigen in Deutschland Symptome einer Essstörung zeigen.

In der Nürnberger Fachberatung „dick und dünn“ meldeten sich in den vergangenen Jahren immer mehr Jugendliche, die mit dieser Erkrankung

oder Vorformen zu kämpfen hatten. Die anerkannte Einrichtung, 2006 mit dem Frauenförderpreis der Stadt Nürnberg ausgezeichnet, steckte lange in einem Dilemma: Als Einrichtung speziell für erwachsene Frauen durfte man offiziell den Jugendlichen nicht beistehen – doch man versuchte, sie irgendwie eine Zeit lang zu unterstützen. Auf Dauer war das allerdings so keine Lösung, deshalb bemühte sich Leiterin Christine Ertl um eine neue Form der Finanzierung.

## „Aktion Mensch“ unterstützt

Die Personalkosten der Einrichtung übernimmt zum größten Teil der Bezirk Mittelfranken, die Stadt Nürnberg zahlt die Sachkosten. Dank einer Unterstützung der „Aktion Mensch“ in Höhe von 200 000 Euro kann nun auch speziell Jugendlichen geholfen werden. Leiterin Christine Ertl: „Mit dieser Summe können wir die nächsten drei Jahre eine Beratung anbieten.“ Für Erleichterung sorgt zudem die Erhöhung des jährlichen Sachmittelletats der Stadt um 12 000 auf 57 000 Euro. Auch Jungen sind nun in der Frauen-Fachberatung willkommen:



Julia Krätschmer von der Fachberatung „dick und dünn“. Foto: Sabine Ebinger

Deren Symptome sind beim Thema Essstörung oft anders ausgeprägt als bei den Mädchen. So sagt Ertl: „Jungen wollen oft viele Muskeln, kein Gramm Fett haben.“

Hinweise auf eine Essstörung gibt es viele – Eltern müssten nur darauf achten, sagt Julia Krätschmer. Wenn die Stimmung stark von der Gewichtszunahme abhängt, wenn sich plötzlich alles ums Thema Essen dreht, wenn ständig über bestimmte Körper-

teile genörgelt wird, dann sollten Eltern genauer hinschauen.

Jugendliche Betroffene leugnen oft, dass sie hier ein Problem haben. Das weiß auch Sozialpädagogin Julia Krätschmer, die ab sofort Jugendliche berät: „Das Thema ist angst- und schambesetzt: Bei Heranwachsenden benötigt man oft einen langen Atem, um diese zu einer Therapie zu motivieren.“

Genau das ist das Hauptziel von „dick und dünn“: Die jungen Klienten sollen über das Thema aufgeklärt werden – die Einrichtung will dann die Betroffenen an Hilfs- und Therapieeinrichtungen weitervermitteln. Doch bis dorthin ist es oft ein „weiter Weg“, wie Julia Krätschmer sagt. Auch Christine Ertl bestätigt: „Jugendliche machen hier gleich dicht und sagen: Ich habe keine Essstörung! Das ist eine ganz normale Abwehrreaktion.“

Unkompliziert und niedrigschwellig soll die Beratung für Heranwachsende sein, verdeutlicht die zuständige Sozialpädagogin Julia Krätschmer. Die 27-Jährige setzt auf viele Bausteine:

Eine **offene Jugendsprechstunde** gibt es in der Einrichtung jeden Samstag von 11 bis 13 Uhr: Hier kann man sich unverbindlich erste Infos holen, eine Anmeldung ist nicht nötig.

Eine **persönliche Beratung** ist nach Terminvereinbarung möglich: Hier wird es schon konkreter, die Sozialpädagogin stellt geeignete Hilfen vor. Für Jugendliche und Multiplikatoren wie Lehrer ist dies übrigens kostenfrei – auch Angehörige können diese Hilfe nutzen, werden aber um eine kleine Spende gebeten.

Eine **telefonische Information** und Terminvereinbarung ist unter der Rufnummer (09 11) 47 17 11 dienstags von 14 bis 16 Uhr, mittwochs von 10 bis 12 Uhr und donnerstags von 16 bis 18 Uhr möglich.

Eine **Online-Mail-Beratung** gibt es unter <https://essstoerungen-mittelfranken.beranet.info> – dort kann man sich auch zum Einzelchat anmelden, der dienstags um 16.30 und 17 Uhr angeboten wird.

① Fachberatung „dick und dünn“, Kühnertsgasse 24, [www.essstoerungen-mittelfranken.de](http://www.essstoerungen-mittelfranken.de)