



Zürcher Regionalzeitungen AG  
8712 Stäfa  
044/ 718 10 20  
www.zsz.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 10'846  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 531.030  
Abo-Nr.: 1084854  
Seite: 3  
Fläche: 67'033 mm<sup>2</sup>

## SCHWERPUNKT MAGERSUCHT

# Hungern, weil das Selbstwertgefühl am Tiefpunkt ist

**Eine Studie von Pro Juventute belegt, dass Behandlungen von Magersüchtigen in den letzten drei Jahren um 30 Prozent zugenommen haben. Vermehrt leiden männliche Jugendliche unter dem Magerwahn. Ein Betroffener aus der Region spricht über seine Erfahrungen.**

Für Aussenstehende ist es oft nicht nachvollziehbar, warum sich Menschen über längere Zeit weigern, zu essen, und sich vor dem Spiegel trotzdem dick vorfinden. Dies ist einer der Gründe, weshalb es schwierig ist, mit Magersüchtigen umzugehen und ihnen zu helfen. Kaum jemand kann sich vorstellen, was in den Köpfen der Betroffenen vorgeht, welche Gedanken sie haben.

Soll man Tochter oder Sohn zum Essen zwingen? Ihnen Hausarrest geben? Oder doch lieber abwarten? Viele Fragezeichen, an denen so manche Eltern von Betroffenen mit der Zeit verzweifeln. «Meine Mutter war nahe am Zusammenbruch, als ich mich einmal mehr weigerte, eine Scheibe Brot zu essen», erzählt Samuel P.\*. Mit 16 Jahren begann er aus dem Linthgebiet stammende Jugendliche, kleinere Portionen zu sich zu nehmen. Weil er aus gesundheitlichen Gründen den Leistungssport aufgeben musste, habe er geglaubt, nicht mehr so viel essen zu dürfen, da er nicht mehr gleich viel verbrennen würde.

### Vom Butterbrot zu gar nichts

Die Eltern von Samuel hätten die Bemühungen ihres Sohnes um eine gesündere Ernährung mit mehr Früchten und Gemüse mit Freude zur Kenntnis genommen. «Meine Mutter war überrascht und glücklich, als ich zum ersten

Mal den Broccoli aufass.» Die Gewichtsabnahme verlief schleichend, zu Beginn habe er sich auch nicht täglich gewogen. Erst eine gescheiterte Beziehung – die erste grosse Liebe – habe ihn auf die Idee gebracht, stark abzunehmen, sagt Samuel. Weder zu diesem Zeitpunkt noch früher war Samuel jemals übergewichtig. Doch sein Selbstwertgefühl sei damals – mit knapp 17 Jahren – am Tiefpunkt angelangt. «Ich glaubte, nicht mehr gut genug zu sein. Die Fehler habe ich immer an mir gesucht, vor allem an meinem Körper.»

Ein achtwöchiger Auslandsaufenthalt war für Samuel die perfekte Grundlage, um seiner neuen Leidenschaft nachzugehen: dem Abmagern. Keine Eltern und Freunde weit und breit, die ihn hätten auffangen können. «Am Anfang war das Ziel ein halbes Kilo weniger pro Woche. Nach vier Wochen Aufenthalt waren es zwei Kilo pro Woche», sagt Samuel. Die Magersucht habe einen fest im Griff. Es sei vergleichbar mit der Spiel- oder Alkoholsucht. Zurück vom Aufenthalt, wog Samuel noch knappe 37 Kilogramm. «Als mich meine Schwester am Flughafen abholte, erkannte sie mich zunächst nicht», erzählt Samuel. In der Folge ging er zu einer Psychologin, doch zu diesem Zeitpunkt wollte er nicht gesund werden. «Ich war verliebt in die Mager-

sucht. Sie war meine einzige Verbündete.»

### Der lange Weg zurück

Der Druck und die Verzweiflung der Familie nahmen dermassen zu, dass Samuel schliesslich in eine Klinik für Essgestörte eingeliefert wurde. Mit einem einzigen Ziel: zunehmen. «Pro Woche mussten wir 700 Gramm zulegen, ansonsten drohte das Spital», sagt Samuel. Nach gut zwei Monaten in der Klinik habe er ein Gewicht erreicht, welches eine ambulante Behandlung ermöglichte. «Ich wollte nur noch raus aus dieser Klinik. Alle wollten dünner sein als die Konkurrenz. Wäre ich noch länger in der Klinik geblieben, wäre ich bestimmt rückfällig geworden.»

So aber gaben die Ärzte Samuel grünes Licht für eine ambulante Psychotherapie, bei der er zweimal wöchentlich in die Sprechstunde musste. «Ich hatte zwar zehn Kilo zugenommen, doch im Kopf war ich noch immer magersüchtig.»

Über ein Jahr lang ging Samuel zur Psychotherapie. Die Fortschritte waren minim, doch es ging aufwärts, die Gespräche seien sehr intensiv gewesen. Seit etwas mehr als einem Jahr kommt Samuel ohne Therapie aus. «Gemeinsam mit meiner Psychologin habe ich es geschafft, den Tritt im Leben wieder zu finden. Die Magersucht verfolgt mich zum Teil noch heute, doch die Macht über mein Leben hat sie verloren.»

*Marco Löffel*



Zürcher Regionalzeitungen AG  
8712 Stäfa  
044/ 718 10 20  
www.zsz.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 10'846  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

*„Prävention sollte auf Spass am Essen abzielen“*

Themen-Nr.: 531.030  
Abo-Nr.: 1084854  
Seite: 3  
Fläche: 67'033 mm<sup>2</sup>



Nur ein kleiner Bissen vom Apfel. Für Samuel wurde das Abmagern zur Sucht.

Marueh Matt

### BERATUNG

**Je früher eine Magersucht erkannt wird,** desto grösser sind die Chancen auf Heilung. In der Region gibt es verschiedene Angebote. Der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst (KJPD) und dessen Regionalstelle Horgen bieten Beratung und Therapie für Eltern, Kinder und Jugendliche. Die Finanzierung erfolgt in der Regel über die Krankenkassen und in speziellen Fällen über die Invaliden-

versicherung. Anmeldungen können telefonisch durch die Eltern oder Jugendlichen erfolgen.

An den Samowar, die Jugendberatungsstelle und Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen, kann man sich ebenso wenden.

Für über 18-Jährige ist das Sanatorium Kilchberg eine Anlaufstelle: Es bietet eine Sprechstunde «Essstörungen»

und behandelt Patienten mit Magersucht, Bulimie und Binge-Eating-Störung. *gs*

**Regionalstelle Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Bezirk Horgen, Bahnhofstrasse 6, Horgen, Telefon 044 578 60 50. – Samowar, Suchtpräventionsstelle, Bahnhofstrasse 24, Thalwil, Telefon 044 723 18 17. – Sanatorium Kilchberg, Alte Landstrasse 70, Kilchberg, Telefon 044 716 42 42.**