

Wenn die Ess-Störung das Leben bestimmt

Ausstellung „Der Klang meines Körpers“ widmet sich dem Thema – Konzipiert wurde sie von fünf Betroffenen

Von Jennifer Jahns

Freyung. Bei jeder sah der Leidensweg anders aus: Nathalie war häufig allein und verlor den realistischen Bezug zu ihrem Körper, Melissa lebte lange mit einer Art Maske, Lara verlor früh ein Elternteil, Annika fühlte sich innerlich zerrissen und Mia fühlte sich schon in sehr jungen Jahren mit ihrem Leben überfordert. Bei allen diesen fünf jungen Frauen mündeten die Probleme in Ess-Störungen. In einer Musiktherapie lernten sie sich kennen – und ihre Erfahrungen beschreiben sie nun in einer Ausstellung, die ab sofort im Freyunger Kurhaus zu besichtigen ist.



Heitsamtsleiter Dr. Hans-Dieter Klitsch, der zusammen mit den Sozialpädagogen Elvira Grillmeier und Albrecht Bayer sowie stv. Landrätin Renate Cerny die Ausstellung eröffnete. „Nicht bei jedem führen bestimmte Vorkommnisse zu einer Erkrankung: An manch einem prallen negative Erlebnisse ab, ein anderer frisst es in sich hinein.“ Häufig würden auch „mehrere Dinge zusammenkommen“, die dann eine Ess-Störung auslösen können, fügt Sozialpädagogin Grillmeier hinzu.

Perfektionismus ist oft Auslöser

Das ist auch das Besondere an der Ausstellung „Der Klang meines Körpers“: Sie wurde nicht etwa konzipiert von einem zwar erfahrenen aber dennoch häufig distanzierten Wissenschaftler, sondern eben von den Betroffe-

ANZEIGE

SOMMERPREIS
Modische Polzuggestaltung
Kürschnerei Ruhland
Pfarrkirchen • Tel. 0836/1410

nen selbst. Die fünf jungen Frauen aus Nordbayern haben die Ausstellung vor einigen Jahren zusammen mit ihrer Musiktherapeutin und einer Grafikerin zusammengestellt. Sogar einen Präventionspreis haben sie damit gewonnen. Auf sensible Wei-

ANZEIGE

PC + DSL-NOTDIENST
TELE & COM 2 09 91
6765

se wird dem Besucher ein Eindruck vermittelt, was Ess-Störungen – Magersucht, Bulimie oder Ess-Sucht – für den Betroffenen bedeuten und wie es einen Ausweg aus der Erkrankung geben kann.

In Kreisform ist die Ausstellung aufgebaut: Auf Tafeln lassen die fünf jungen Frauen in ihr Inneres blicken, teilen ihre Gefühle mit, beschreiben, wie zerrissen und traurig sie waren, aber auch, was ihnen Erkenntnis und Heilung brachte. „Häufig ist ein übertriebener Perfektionismus einer der Gründe, wieso jemand in eine Ess-Störung gerät“, erklärt Gesund-

Das ein Weg zur Heilung schon sein kann, die kleinen Dinge des Alltags, die eigenen Talente wieder schätzen zu lernen – auch das erfahren die Besucher der Ausstellung. In speziellen „Schatztruhen“ haben die fünf jungen Frauen nämlich ihre ganz persönlichen Erkenntnisse verpackt: So hat Nathalie beispielsweise wieder zu schätzen gelernt, dass sie ein besonderes Talent für Malen und Zeichnen hat. In ihrer Schatzkiste ist dann auch eine entsprechende Zeichnung zu sehen. Annika wiederum hat in ihre Kiste eine Blume, Sonnencreme oder ein Konzertticket gepackt: Als Symbole dafür, dass auch der ganz normale Alltag kleine, schöne Dinge bereithält – man muss sie nur sehen. Im Zentrum des Ausstellungskreises sind fünf Kopfhörer angebracht. Hier hat jede der betroffenen jungen Frauen ein Lied gewählt, das sie in einer besonderen Weise durch ihre Krankheit oder auch die Zeit der Heilung begleitet hat.

Die von der Landeszentrale für Gesundheit kostenlos zur Verfügung gestellte Ausstellung ist noch bis 26. Mai zu sehen. Vormittags kommen Schulklassen, nachmittags ist für die Bevölkerung von 13.30 bis 16.30 Uhr geöffnet. Wer zudem in Sachen Ess-Störung Rat sucht, kann sich in Freyung an das Gesundheitsamt wenden: ☎08551-96370.



Nathalies ganz persönliche Kiste: Jede Betroffene hat für die Ausstellung eine eigene „Schatzkiste“ zusammengestellt: Diese junge Frau etwa hat ihr Zeichen-Talent wieder zu „schätzen“ gelernt. Auf den Tafeln im Hintergrund haben die Betroffenen ihre Gedanken formuliert und sich in bestimmten Situationen fotografieren lassen. Eröffnet wurde die Ausstellung von Sozialpädagogin Albrecht Bayer (kleines Bild, v.l.), Gesundheitsamtsleiter Dr. Hans-Dieter Klitsch, stv. Landrätin Renate Cerny sowie Sozialpädagogin Elvira Grillmeier.

– Fotos: Jahns

Die verschiedenen Formen von Ess-Störung

Es gibt unterschiedliche Formen von Ess-Störungen, auf die in der Ausstellung auch hingewiesen wird:

Magersucht: Betroffene Mädchen oder Jungen sind meist stark untergewichtig. Durch Hungern und extremes

Körpertraining wird versucht, das Gewicht zu reduzieren. Betroffene halten sich oft für zu dick, obwohl sie stark untergewichtig sind.

Bulimie: Betroffene haben meist ein Gewicht im Normalbereich. Dadurch bleibt die Erkrankung oft lange unerkannt.

Bei Bulimie schließt sich an extreme Essanfälle ein erzwungenes Erbrechen an.

Ess-Sucht (Binge Eating Disorder): Hier treten Heißhungeranfälle auf, wobei auf Fasten, Erbrechen oder exzessive Bewegung verzichtet wird. Folge: Stetige Gewichtszunahme.