

Was kann ich tun?

Sie sind ein wichtiger Teil des medizinischen Versorgungssystems. Sie sind gefordert und manchmal überfordert. Sie lernen ihre Grenzen, aber auch ihre eigene Kraft kennen und erfahren, wie tief eine Beziehung sein kann – die Angehörigen.

Felice Gallé

Mütter von Mädchen mit Essproblemen müssen nicht nur mit der diagnostizierten Erkrankung ihrer Tochter fertig werden. Ihr Leidensweg beginnt viel früher. Am Anfang steht ein plötzliches Misstrauen, eine kaum greifbare Sorge: „Schlecht siehst du aus ... Warum bist du so verändert?“ Die Angehörigen bleiben mit ihren Fragen allein, denn die Leugnung des Problems ist Teil der Erkrankung. Und immer drängender wird das Bedürfnis, etwas zu unternehmen. Aber was? Und wie, gegen den Willen der Tochter?

Seit Ende des 20. Jahrhunderts nehmen Essprobleme ständig zu. 95 Prozent der Betroffenen sind weiblich. Das Wissen über die vielfältigen Ursachen von Essproblemen und seine verschiedenen Formen ist gering. („Bulimie – hatte das nicht Lady Diana?“) Information gibt Sicherheit und verringert die Angst. Es gibt sie in Büchern, bei Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen. Der Austausch mit anderen entlastet auch. Wer informiert ist, kann Symptome erkennen, die Krankheit benennen und weiß über mögliche Folgen Bescheid. Informierte Angehörige können handeln, statt wegzuschauen. Sie wissen, dass psychotherapeutische, manchmal auch medizinische Hilfe, nötig ist und wer sie anbietet.

Eine Mutter kann Brücken bauen – und muss die Kraft aufbringen zu warten, bis die Tochter darüber geht. Die wahrscheinlich wichtigsten und zugleich schwierigsten Aufgaben sind: I vertrauend auf die Fähigkeit der Tochter das Gleichgewicht zwischen Fürsorglichkeit und Loslassen finden I die eigenen Grenzen (an)erkennen. Während die Kranke im Mittelpunkt steht, sorgen sich die Angehörigen, wollen helfen, sind zerrissen zwischen Schuldgefühlen und verdrängter Wut. Für sich selbst zu sorgen, Hilfe zu suchen, kann auch Vorbildwirkung haben. Eine Tochter mit Essproblemen ist mehr als ihr Symptom und ihre Mutter auch nur ein Mensch.

Literaturtipp

Wardetzki, Bärbel: „Iss doch endlich mal normal!“ Hilfen für Angehörige von essgestörten Mädchen und Frauen. Kösel 2001.