

Von Essstörungen sind zumeist Frauen betroffen

Netzwerk „looping“ bietet Hilfe in Form von offenen „EssOEss“-Selbsthilfegruppen mit therapeutischer Begleitung an

KIM SPÄTH | PFORZHEIM/ENZKREIS

Und plötzlich findet sie sich am Kühlschrank wieder: Unmengen an Essen verschlingt sie, versucht Gefühle wie Einsamkeit und Frustration einfach herunterzuschlucken. Jegliche Kontrolle ist für sie in diesen Momenten unmöglich. Bis zu 27 000 Kilokalorien kommen so an einem einzigen Tag zusammen – der Tagesbedarf von über zehn Tagen. Die 51-jährige Petra (Name von der Redaktion geändert) ist süchtig nach Essen. Sie leidet unter der Binge-Eating-Störung, bei der Betroffene unter unkontrollierbaren Essattacken leiden.

„Ich vergleiche mich oft mit einer Alkoholikerin, mein Alkohol ist das Essen“, erklärt sie. Seit 27 Jahren befindet sich die Frau bereits in Behandlung, hat zahlreiche Klinikaufenthalte hinter sich. Mit der „EssOEss“-Gesprächs-



Lebensmitteleinkauf mit schlechtem Gewissen: Die Sucht nach Essen bleibt Freunden oft viel zu lange verborgen. Betroffene brauchen Hilfe. FOTO: PA/OBS/SWR/UMBREIT

gruppe für Frauen des Netzwerks „looping“ hat sie nun die ideale Unterstützung für den richtigen Umgang mit der Krankheit im Alltag gefunden. Das Netzwerk „looping“ ist als Einrichtung der Verwaltung für die Gesundheitsförderung und Suchtprävention im

Enzkreis und in der Stadt Pforzheim zuständig. Mit dem Projekt Essstörungen hat man sich nun einem Thema gewidmet, dass zu etwa 95 Prozent Frauen betrifft.

Offene Selbsthilfegruppen mit therapeutischer Begleitung für Mädchen, Frauen und Angehörige

sollen Betroffenen die Möglichkeit geben, Erfahrungen auszutauschen, Entscheidungen zu treffen und Informationen über die Erkrankung zu sammeln. Vor allem für Angehörige und Freunde ist eine Essstörung oft schwer nachvollziehbar und beängstigend, da Essen als etwas Normales und Genussvolles gesehen wird. Die Dunkelziffer der Betroffenen ist erschreckend hoch, umso wichtiger ist die Arbeit von Martina Usländer, die die Gruppen bei den regelmäßigen Treffen betreut. „Nicht ich bin die Expertein, sondern die Mädchen und Frauen selbst“, sagt sie. Das Schöne an den Gruppen sei, dass die Betroffenen sich gegenseitig durch Unterstützung und Erfahrungsaustausch helfen.

„Uns ist es wichtig, einen niederschweligen Beratungszugang anzubieten, der ganz ohne Druck und Zwang auskommt“, merkte Netzwerk-Geschäftsführerin Iris Augenstein an. Finanziell geför-

dert wird das Projekt bereits seit mehreren Jahren vom Zonta-Club Pforzheim, der sich vor allem für die Förderung und Unterstützung von Frauen einsetzt. „Das Projekt Essstörungen liegt uns sehr am Herzen und hat sich gut etabliert“, betont Verena Riesch, Präsidentin von Zonta. Neben den Gesprächsgruppen gibt es auch eine Anlaufstelle für Einzelberatung. In den vergangenen fünf Jahren unterstützte Zonta das Projekt neben persönlichem Engagement mit einer Summe von über 22 000 Euro. Die Projektverantwortliche Andrea Nixdorf-Spira betont, wie wichtig es sei, Essstörungen in der Öffentlichkeit zu thematisieren, um Betroffenen die Angst vor Ausgrenzung zu nehmen.

Die von Essstörungen betroffene Petra rät, sich zu öffnen und Hilfe zu suchen. „Ich bin mir sicher, dass ich dank der Gesprächsgruppe irgendwann geheilt bin“, sagt sie.