

Wenn das Denken immer um das Essen kreist

Den Kampf gegen den Schlankheitswahn von jungen Menschen haben jetzt Schuldirektoren gemeinsam mit der BKK Baden-Württemberg aufgenommen.

Von Marion Lisson



Vorbild Model-Figur: Viele Mädchen sehen in den schlanken Körpern auf dem Laufsteg ein Idealbild.

"Die mageren Models dieser Welt gehen mir auf die Nerven. Hungern macht nämlich nicht schön, sondern nur unglücklich", formuliert es die deutsche Sängerin LaFee auf ihre Weise. Die Echopreisträgerin unterstützt das BKK-Pilotprojekt "Bauchgefühl". Bei einer Auftaktveranstaltung am Bad Cannstatter Elly-Heuss-Knapp-Gymnasium forderte die 17-jährige Sängerin die Schülerinnen und Schüler auf, bei den BKK-Angeboten in der Schule und im Internetforum aktiv mitzumachen. Das BKK-Projekt startet in drei ausgewählten Gymnasien in den Pilotregionen Heidelberg, Mannheim und Weinheim.

An der Initiative sind auch das Ministerium für Arbeit und Soziales sowie das Kultusministerium des Landes beteiligt. Ziel ist es, Essstörungen bei Jugendlichen vorzubeugen. "Essstörungen zählen zu den häufigsten chronischen Krankheiten bei Kindern und Jugendlichen", sagt Arbeits- und Sozialministerin Monika Stolz, die Schirmherrin des Präventionsprojekts.

Dazu zählen Magersucht, Ess- und Brechsucht, Fettsucht sowie Essanfälle ohne Erbrechen. Dabei sind Mischformen der Erkrankungen häufig. Eine Studie des Robert-Koch-Institutes geht davon aus, dass mittlerweile 29 Prozent - und damit jedes dritte Mädchen im Alter von elf bis 17 Jahren - Symptome einer Essstörung aufweist. Das sind doppelt soviel wie bei Jungen in diesem Alter.

"Gemeinsam ist allen Essstörungen, dass Essen für die Betroffenen zu einem psychosomatischen Problem geworden ist, oftmals verbunden mit körperlichen, psychischen und sozialen Konsequenzen", berichtet Professor Reinhard Plassmann vom Psychotherapeutischen Zentrum der Kitzbergklinik Bad Mergentheim.

Franziska kennt die Probleme aus eigener Erfahrung. Das junge Mädchen hat sich in dem neuen Internetforum der BKK zu Wort gemeldet. "Es ist schwer, mit einer Essstörung zu leben. Schwer, weil ich mich selbst nicht verstehen kann. Schwer, weil ich ein anderes Mädchen im Spiegel sehe, als das, was mir Menschen um mich herum beschreiben, wenn sie auf mich blicken", berichtet sie.

Auch Britta meldet sich im Forum zu Wort. Ihre Freundin hat Magersucht. "Meine Freundin ist 13 Jahre. Sie ist gerade in einer Klinik". Britta hat sie dort besucht. Ihre Freundin wiegt gerade einmal 38 Kilo - bei einer Körpergröße von über ein Meter fünfundsechzig. "Ich mache mir solche Sorgen um sie. Die Ärzte sagen, sie können sie vielleicht nicht da behalten", erzählt sie den anderen Internetlesern und sucht gleichsam nach Informationen, um ihrer Freundin helfen zu können.

"Um solch einer Entwicklung entgegen zu wirken, ist vor allem eine primäre Prävention, die der Entstehung von Essstörungen vorbeugt, unverzichtbar", so Plassmann. In den beteiligten Schulen sollen entsprechend die Programme "Primärprävention Magersucht" (PriMa) für Mädchen und "Teenager ohne pfundige Probleme" (TOPP) für Jungen eingesetzt werden. Das Programm PriMa beinhaltet neun Unterrichtseinheiten und richtet sich ausschließlich an Mädchen. Es soll helfen die Gefahren des Abgleitens in eine Essstörung frühzeitig wahrzunehmen und einer Magersucht entgegenzutreten.

Dabei werden typische Situationen und Stationen der Magersucht mit den Schülerinnen bearbeitet. Zu den Inhalten gehören "Schönheitsideale", "Leistungsdruck", "Körperwahrnehmung" und "Probleme in der Familie".

Auch das Programm TOPP beinhaltet neun Unterrichtseinheiten und richtet sich an Jungen gleichen Alters. Ziel ist es, die Jungen zu motivieren, schrittweise mehr Bewegung in ihren Alltag zu integrieren und die positiven Effekte auf Wohlbefinden, Körper und sozialen Kontakte zu beobachten.

Für jede Schule, die an der Pilotphase beteiligt ist, übernimmt eine Betriebskrankenkasse aus der jeweiligen Region - die BKK Rhein-Neckar, BKK Freudenberg und mhplus BKK - zur Unterstützung eine Patenschaft.

Aktion Baugesühl: www.bkk-bauchgefuehl.de; Studie Robert-Koch-Institut: www.kiggs.de

Models und die Magersucht

In Deutschland leiden nach Angaben des Gesundheitsministeriums rund 600 000 Menschen im Alter von 15 bis 35 Jahren an Magersucht. Vor einem Jahr hat sich die Deutsche Modebranche einen Kodex gegeben, um gegen Essstörungen bei Models vorzugehen. (*bee*)