

Pressemitteilung

Münster, 27. Juni 2007

Essstörungen: Wie können Eltern helfen?

Das richtige Verhalten ist eine Gratwanderung zwischen Mitgefühl und Abgrenzung. Offene Gespräche ebnen den Weg zur Therapie

Untergewicht ist bei Kindern und Jugendlichen sicherlich das deutlichste Anzeichen einer Essstörung, aber nicht das einzige. Verhaltensänderungen, wie ständiges Kalorienzählen und das Vermeiden „dickmachender“ Lebensmittel, regelmäßige Ausreden, um gemeinsame Mahlzeiten zu umgehen, exzessiver Sport, Erbrechen, Missbrauch von Abführmitteln sowie Angst zu dick zu sein gepaart mit Gereiztheit und Stimmungsschwankungen, können schon vor einem dramatischen Gewichtsverlust auf Essstörungen hinweisen.

Viele Eltern stehen der Essstörung ihres Kindes hilflos gegenüber. Denn wegen der starken Tendenz zu verleugnen, einem weiteren Krankheitsmerkmal, gehen essgestörte Kinder und Jugendliche auf Hilfsangebote oft nicht ein und streiten ihre Problematik ab. Hinzu kommen aufreibende Konflikte am Esstisch, wenn das Kind nicht essen will oder sich mit großen Nahrungsmengen aus dem Haushalt für einen Essanfall versorgt und später erbricht.

Silvia Uhle, Leitende Psychologin der auf Essstörungen spezialisierten Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster, rät betroffenen Eltern:

1. Informieren Sie sich über Magersucht und Bulimie.
2. Sprechen Sie offen – jedoch nie am Tisch – über das veränderte Verhalten Ihres Kindes, das Ihnen aufgefallen ist. Nehmen Sie sich für das Gespräch Zeit und sprechen Sie allein mit Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn. Machen Sie dabei keine Vorwürfe, sondern schildern Sie Ihre Wahrnehmung und drücken Sie Ihre Gefühle von Sorge und Angst um das Wohl Ihres Kindes aus. Fragen Sie ob und wie sie helfen und Ihr Kind unterstützen können.

Kontakt:

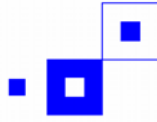
Christoph-Dornier-Klinik
für Psychotherapie
Dr. rer. med. Silvia Uhle
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Uhle@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:

Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Zülpicher Straße 239
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Fax: 0221/ 261 57 69
E-Mail: info@schepers-pr.de



CHRISTOPH-DORNIER-KLINIK FÜR PSYCHOTHERAPIE

Pressemitteilung

3. Rechnen Sie damit, dass Ihr Kind die von Ihnen bemerkten Auffälligkeiten zunächst leugnet oder „gute Erklärungen“ dafür findet. Lassen Sie sich damit nicht abspeisen, aber es auch nicht zu einem Streit darüber kommen, wer Recht hat.
4. Signalisieren Sie deutlich Ihre Grenzen. Achten Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse. Übernehmen Sie keinesfalls eine therapeutische Rolle. Dazu gehört auch, die Betroffenen nicht zum Essen zu drängen. Drohungen helfen genauso wenig wie gute Tipps.
5. Lernen Sie Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn zuzuhören.
6. Verurteilen Sie Ihr Kind nicht für sein Verhalten. Geben Sie weder sich noch ihm die Schuld. Anstatt es zum Essen zu drängen, sagen Sie ihm, dass Sie es gern haben und dass Sie dieses Problem gemeinsam meistern werden. Das richtige Verhalten ist oft eine Gratwanderung zwischen Mitgefühl und Abgrenzung.
7. Seien Sie Ihrem Kind ein Vorbild und drücken Sie Ihre Gefühle in Worten aus.
8. Informieren Sie sich über therapeutische Möglichkeiten und stellen Sie das Material Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn zur Verfügung.
9. Suchen Sie nach Unterstützung bei anderen Eltern und Angehörigen, sprechen Sie sich mit Vertrauenspersonen darüber aus. Essstörungen sind keine Schande, und sie betreffen mehr Leute als Sie denken.
10. Bei Minderjährigen sollten Sie nicht zögern, eine Abklärung und Behandlung in die Wege zu leiten. Je früher eine Behandlung einsetzt, desto besser ist eine Essstörung zu behandeln.

Weitere Informationen zu Magersucht und Bulimie erhalten Angehörige und Betroffene unter www.c-d-k.de. Zudem bietet die Christoph-Dornier-Klinik mittwochs zwischen 17 und 20 Uhr unter der Rufnummer 0251/ 48 10-100 ein kostenloses Beratungstelefon an.

Kontakt:

Christoph-Dornier-Klinik
für Psychotherapie
Dr. rer. med. Silvia Uhle
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Uhle@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:

Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Zülpicher Straße 239
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Fax: 0221/ 261 57 69
E-Mail: info@schepers-pr.de