PRESSEMITTEILUNG

Christoph Dornier Klinik für Psychotherapie

Münster | 03.07.2017

Leben braucht Gewicht

Die Christoph-Dornier-Klinik in Münster ist eine der wenigen Kliniken in Deutschland, die magersüchtige Menschen mit einem sehr niedrigen Ausgangsgewicht behandeln. Lea ist eine von ihnen

Fast hätte die Magersucht ihr Leben gekostet. Lea ist eine der Jugendlichen und Erwachsenen, die in der Christoph-Dornier-Klinik eine Therapie beginnen – mit einem Body-Mass-Index (BMI) von knapp über 12 kg/m^2. Vorher ist sie gründlich ärztlich untersucht worden, ob sie der Behandlung körperlich gewachsen ist. Wenn das Gewicht so niedrig ist, kann akute Lebensgefahr bestehen. Nur wenige auf die Behandlung von Essstörungen spezialisierte Kliniken haben die Möglichkeit, Menschen mit einem so starken Untergewicht aufzunehmen. In der Münsteraner Klinik für Psychotherapie ermöglicht dies ein spezielles Zwei-Phasen-Konzept. Die Patienten werden engmaschig psychiatrisch und internistisch mitbetreut. Auf eine Ernährung per Sonde wird grundsätzlich verzichtet.

Lea ist 17 Jahre alt, 1,69 Meter groß und wiegt 36 Kilogramm. Trotzdem hat sie das Gefühl, „nicht durch den Türrahmen zu passen“. Die völlig verzerrte Körperwahrnehmung ist Teil ihrer Krankheit. Seit fast zwei Jahren prägt die Angst vor dem Dicksein ihren Alltag. Zuerst hat sie nur bestimmte Lebensmittel weggelassen, später auch ganze Mahlzeiten, bis ein Glas Milch pro Tag schon fast zu viel war. Es bietet nicht mal ein Zehntel dessen, was ein gesunder Körper für die Atmung, den Herzschlag und die Durchblutung von Muskeln und Organen braucht.

Selber zu essen ist die einzige Alternative

In der Christoph-Dornier-Klinik soll ihr Leben wieder Gewicht bekommen. Dafür muss sie essen, fünf Mahlzeiten pro Tag, von Anfang an. Für sie eine Qual. Dass sie diese mit anderen in der Essgruppe teilt, macht es leichter. Auch die therapeutische Unterstützung, denn alle Mahlzeiten werden durch Psychologen oder Pflegekräfte begleitet. Nie wieder möchte sie über eine Sonde ernährt werden. Selber zu essen ist die einzige Alternative. „Eine Sonde sollte nur bei akuter Lebensgefahr eingesetzt werden. Ansonsten ist feste Nahrung die bessere Option. Das Essen üben, auch schwieriger Lebensmittel, ist der einzige Weg, um das Essverhalten wieder zu normalisieren“, sagt Judith Müller, stellvertretende Leitende Psychologische Psychotherapeutin. Sie hat das Anorexie-Behandlungskonzept maßgeblich mitentwickelt.

In der Essgruppe bekommt jeder Patienten einen individuellen Ernährungsplan. Immer wieder heißt es, das Essen sei in dieser ersten Therapiephase ein Medikament, um nicht zu sterben. Dieses Bild funktioniert meistens sehr gut. Langsam kehrt bei den jungen Menschen mit zunehmendem Gewicht die Konzentrationsfähigkeit zurück, die Krankheitseinsicht wächst und sie beginnen, sich zu fragen, was hinter ihrer Erkrankung steckt.

Die Therapie der Magersucht braucht Zeit

Die Münsteraner Klinik zeichnet sich durch intensive Einzelpsychotherapie aus. Damit sie das Angebot von zehn Sitzungen à 50 Minuten pro Woche in vollem Umfang nutzen können, brauchen magersüchtige Patienten mindestens ein Körpergewicht, das einem BMI von 18 bis 19 kg/m^2 entspricht. „Deshalb geht es in Phase 1 vor allem darum, Essverhalten und Gewicht zu normalisieren, das heißt 500 bis 1000 Gramm pro Woche zuzunehmen“, erklärt Judith Müller. Ausgewogene Essenspläne, die von Anfang an in kleinen Mengen auch „schwierige“ Lebensmittel beinhalten, entlasten die Patienten, die noch nicht in der Lage sind, ihre Nahrungsaufnahme selbstverantwortlich zu gestalten.

Abhängig vom Gewicht wird der Anteil an Einzelpsychotherapie von zwei auf zehn Sitzungen pro Woche gesteigert. Bei Lea dauern die Einzelgespräche 25 Minuten, für mehr reicht ihre Konzentration noch nicht. Dafür finden sie viermal die Woche statt. Das gibt ihr Sicherheit, ihrer Angst und ihren Problemen nicht hilflos ausgeliefert zu sein. In Gruppentherapien erfährt sie, welche körperlichen und psychischen Folgen ihr Essverhalten hat und warum ihr Körper auch Kohlenhydrate und Fette braucht. Sie übt mit Anspannung und Konflikten umzugehen und lernt, Selbstwert, Körper und Schönheitsideale mit anderen Augen zu sehen. Die regelmäßigen Mahlzeiten fallen Lea immer noch schwer, aber sie gewöhnt sich langsam daran und sie nimmt zu. Ihr nächstes Ziel ist, ihr Abendessen am Buffet alleine zusammenstellen zu dürfen. Denn jedes Kilo bringt sie der Eigenverantwortung näher.

Zunehmende Selbstverantwortung

Sobald das Mindestgewicht erreicht ist, beginnt für die Patienten in der Christoph-Dornier-Klinik die zweite Therapiephase. „Dann entscheiden sie selbstständig, was sie essen, und lernen, ihren Ernährungsplan flexibel an Alltagssituationen anzupassen – auch im häuslichen Umfeld. Sie üben auch schwierige Situationen, wie das Essen bis-

her vermiedener, oft verbotener Lebensmittel. Auch Restaurantbesuche gehören dazu“, so Müller. Dabei werden sie intensiv unterstützt. In zehn Einzelpsychotherapiesitzungen pro Woche bearbeiten sie Hintergrundfaktoren und Funktionalitäten ihrer Essstörung und lernen, die Angst vor dem Dicksein zu überwinden. Dabei können Expositionsübungen, zum Beispiel vor dem Spiegel, sehr hilfreich sein. Sie funktionieren jedoch erst, wenn sich die körperliche Situation soweit verbessert hat, dass das Gehirn in der Lage ist, neue Lernerfahrungen zu verarbeiten.

Der Weg aus der Magersucht ist lang, auch für Lea. Doch ihr erstes Ziel ist erreicht: Was sie zu Abend isst, bestimmt sie nun selbst. Die anderen passen mit auf, dass ihr Körper auch genug bekommt.

<5.491 Zeichen inkl. Titel>

Tags: *Anorexie, Body-Mass-Index, BMI, Christoph-Dornier-Klinik, Essstörung, Essverhalten, Intensivtherapie, Magersucht, Psychotherapie, Sondenernährung, Verhaltenstherapie*

Kontakt

Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie / Dipl.-Psych. Judith Müller, Stv. Leitende Psychologische Psychotherapeutin / Tibusstraße 7-11, 48143 Münster / Tel: +49 251 48 10-102 /
E-Mail: info@christoph-dornier-klinik.de / www.christoph-dornier-klinik.de

Pressekontakt

Pressebüro für Medizin & Gesundheit / Katja Schepers / Am kleinen Anger 21, 14109 Berlin /
Tel. +49 30 537 944 50 / mobil: +49 163 361 70 55 / info@schepers-pr.de

Hintergrundinformationen zur Klinik

Die Christoph-Dornier-Klinik wurde 1993 in Münster als konzessionierte Privatklinik für Psychotherapie eröffnet. Heute werden auch gesetzlich versicherte Patienten behandelt, auf der Grundlage von Einzelfallentscheidungen. Zu den Behandlungsschwerpunkten des 50-Betten-Hauses zählen Angsterkrankungen, Zwangserkrankungen, Essstörungen, Depressionen, Traumafolgestörungen, Persönlichkeitsstörungen und Internetabhängigkeit. Das Intensivkonzept der Klinik beinhaltet bis zu zehn Einzelsitzungen pro Woche zuzüglich weiterer, auf den individuellen Bedarf abgestimmter Gruppentherapien. Bei Bedarf finden therapeutische Übungen auch im Lebensumfeld des Patienten statt. Das Behandlungsangebot richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren.

Beratungstelefon

Mittwochs zwischen 17 und 20 Uhr bietet die Christoph-Dornier-Klinik eine kostenlose telefonische Beratung an. Zu erreichen sind die Diplom-Psychologen unter +49 251 4810-148.