

«Viele schämen sich für Fressattacken»

Die Privatklinik Aadorf ist eine der wenigen Institutionen, die Menschen mit krankhaften Essanfällen stationär therapiert. Klinikdirektor **Stephan Trier** will Betroffenen wieder zu einem normalen Essverhalten verhelfen. Sagt aber auch: «Diäten stehen nicht auf unserem Programm.»

DONAT BEERLI

Herr Trier, wie viele Menschen leiden an unkontrollierten Essanfällen, einer Binge-Eating-Störung?

Stephan Trier: Der Anteil an der Gesamtbevölkerung liegt zwischen 1 und 3,5 Prozent. Allerdings gehen wir von einer hohen Dunkelziffer aus. Betroffene fühlen sich schlecht, schämen sich für ihr Verhalten. Viele behalten ihre Essanfälle deshalb für sich.

Was bedeuten diese Zahlen im Vergleich zur Magersucht?

Trier: Was viele nicht wissen: Binge Eating ist die am weitesten verbreitete Essstörung. Sie kommt häufiger vor als Bulimie oder Magersucht.

Im Unterschied zu den genannten Krankheitsbildern sind Männer ebenfalls stark von Binge Eating betroffen.

Trier: Stimmt. Allerdings gibt es nach wie vor mehr Frauen, die an einer Binge-Eating-Störung (BES) leiden. Auch wenn das Verhältnis weniger deutlich ist als bei Magersucht, wo es auch heute nur wenige männliche Patienten gibt. Bei der BES sind ungefähr 40 Prozent der betroffenen Männer.

Warum?

Trier: Der Kontrollverlust über die Nahrungsaufnahme ist das Kernsymptom der Binge-Eating-Störung. Dieser Kontrollverlust wird durch eine allgemein er-



Bild: pd

Stephan Trier
Klinik- und Ärztlicher Direktor
Privatklinik Aadorf



Bild: getty

Menschen mit einer Binge-Eating-Störung müssen während einer Therapie wieder lernen, was normale Portionen sind.

höhte Impulsivität – die bei Männern oft vorhanden ist – begünstigt.

Wodurch werden die Essanfälle ausgelöst?

Trier: Oft durch Konflikte mit anderen Personen, eine negative Stimmung oder auch Frust gegenüber der eigenen Figur. Die Menschen wissen nicht, wie man mit solchen Problemen anders umgehen soll als mit Essanfällen.

Können Betroffene das Essen überhaupt geniessen?

Trier: Es ist durchaus möglich, dass sie das Essen teilweise als Genuss erleben. Hier liegt einer der wesentlichen Unterschiede

zur Bulimie. Bulimische Patienten haben eine innere Spannung und zutiefst negative Gefühle in sich, die sie fast zerplatzen lassen. Mit ihren Ess-Brech-Anfällen erreichen sie, dass die negativen Gefühle wenigstens vorübergehend verschwinden.

Wie verändert sich die Gefühlslage von Binge-Eating-Patienten nach dem Essanfall?

Trier: Die Betroffenen fühlen sich schlecht, haben vielfach Ekel- und Schuldgefühle.

Passieren Essanfälle auch in der Öffentlichkeit?

Trier: Nein. Sie werden keinen Betroffenen sehen, der vor Ihnen einen Essanfall hat. Sie decken

sich im Supermarkt ein und essen dann zu Hause. Versuchen, ihre Störung so lange wie möglich vor Freunden oder vom Partner zu verheimlichen. Bis das irgendwann nicht mehr geht. Meistens ist der Partner der Erste, der es herausfindet. Doch auch am Arbeitsplatz kann irgendwann ein kritischer Punkt erreicht werden. Das äussert sich zum Beispiel dadurch, dass die Person sich nicht mehr konzentrieren kann, weil sie immer immer damit beschäftigt ist, die nächste Ess-Attacke zu planen.

Wo setzt Ihre Therapie an?

Trier: Wir haben ein Hauptziel: Die Normalisierung des schwer gestörten Essverhaltens.

Wie erreichen Sie das?

Trier: Zuerst einmal haben unsere Patienten ein streng geregeltes Essprogramm: Drei Haupt- und zwei Zwischenmahlzeiten, die von Fachpersonal begleitet werden. Wichtig sind auch normale Portionen. Betroffene wissen oft nicht mehr, was das ist. Dann werden zugrunde liegende psychische Probleme aufgearbeitet. Sprich: Faktoren, die Essanfälle auslösen, therapeutisch angegangen. Zudem muss auch der gesunde Umgang mit Bewegung wieder trainiert werden.

Abnehmen meinen Sie?

Trier: Nein. Was vielen Patienten zuerst klar gemacht werden muss. Denn sie sind nicht hier

wegen einer Diät, sondern weil sie ihr gestörtes Essverhalten ändern sollen. Wir sind kein Kurhaus, sondern eine Klinik.

Viele Patienten möchten also einfach abnehmen.

Trier: Ja. Was aber vielfach auch darum so ist, weil Freunde und Arbeitskollegen ihnen sagen, dass sie abnehmen sollen.

Therapieren Sie auch Kinder?

Trier: Nein. Unsere Patienten sind alle volljährig. Das Erkrankungsalter bei der BES liegt jedoch auch zwischen 23 und 24 Jahren. Also klar höher als bei Bulimie oder Magersucht.

Wie gross ist die Rückfallgefahr nach einer Therapie?

Trier: Unser Projekt ist noch zu jung, um verlässliche Zahlen zu liefern. Trotzdem zeigen erste messbare Ergebnisse unter Einbezug der Patienten und der zuständigen Psychologen, dass es in den meisten Fällen zu einer signifikanten Verbesserung gekommen ist.

Binge Eating Frustessen

Die Binge-Eating-Störung (engl. Binge = Gelage) ist eine Essstörung, bei der es zu periodischen Heisshungeranfällen mit Verlust der bewussten Kontrolle über das Essverhalten kommt. Zwei Essanfälle pro Woche über einen Zeitraum von sechs Monaten gelten als Kriterium. Im Gegensatz zur Bulimie unternehmen Betroffene keine Gegenmassnahmen wie Erbrechen, Abführmittel, Fasten, um eine Gewichtszunahme zu verhindern. Deshalb leiden 30 bis 40 Prozent aller BES-Patienten an starkem Übergewicht. (don)

IN DER TZ VON 1916

Konkurs: Der Inhaber ist auf der Flucht

WIGOLTINGEN. Im benachbarten Häusern bei der Station Müllheim ist die bekannte Schweizerische Modellfabrik in Konkurs geraten, wobei viele kapitalkräftige Personen in Mitleidenschaft gezogen werden.

Der Hauptinhaber des Geschäftes suchte sein Heil in der Flucht, konnte aber in Frankreich verhaftet werden. Verdachtsregend war sein Vorhaben, das Mobilien in Sicherheit zu bringen. Dennoch konnte er sich durch fremde Hilfe ausser Landes flüchten, wo ihn dann der Arm der Gerechtigkeit ereilte. Wie man hört, soll eine Magd eine nennenswerte Summe Geldes auf Aufforderung hin durch ihren Prinzipal ins Geschäft gesteckt haben, welches nun zum grössten Teil verlustig geht.



Jurysitzung Die 100 des Jahres 2016

Angeregte Diskussionen gab es gestern in den Redaktionsräumen der TZ in Frauenfeld bei Kaffee und Gipfeli: Die Jury des «Who is who 2016» war zusammengetreten, um die 100 Persönlichkeiten des laufenden Jahres zu wählen. Mit Stimmrecht (im Uhrzeigersinn von oben): Katharina Winiger, Rolf Müller, Bernhard Koch, Brigitte Kaufmann-Arn und Vorsitzender David Angst; sowie Protokollführer Peter Exinger.

Bild: Andrea Stalder