

Lockdown verschlimmerte Essstörungen

Einige essen krankhaft viel, andere gefährlich wenig. In der Quarantäne hat die fehlende soziale Kontrolle in Schule und Büro Probleme wie Magersucht verschärft.

Nadja Pastega

Publiziert: 18.07.2020, 23:00



Die Quarantäne wurde zur grossen Belastungsprobe für Menschen mit Essproblemen – nicht alle konnten sie meistern.

Foto: Getty Images

Sie ist 16. Ihren Körper hungerte sie immer weiter aus. Bis zur Diagnose: Magersucht. Sie begann eine Therapie am Kompetenzzentrum für Essverhalten am Spital Zofingen AG. «Ganz langsam konnte das Mädchen etwas zunehmen und ihr zwanghaftes Fitnessstraining etwas abbauen, aber das kostete sie unglaublich viel Energie», sagt Chefärztin Bettina Isenschmid.

Im Lockdown kam der Absturz. Die Schule fiel aus und damit auch das Mittagessen mit den Freundinnen, bei dem sie jeweils etwas Kleines zu sich nahm. Die anderen hätten sonst gemerkt, dass etwas nicht stimmt. «Sie hatte auch keine Ablenkung mehr von diesen zwanghaften Gedanken, die ständig darum kreisen, nichts zu essen und permanent in Bewegung zu sein», sagt Isenschmid. «Sie begann im Lockdown wieder mit einem rigiden Fasten und ging stundenlang allein joggen.» Die Eltern waren verzweifelt.

«Der Lockdown hat den Alltag verändert. Das hat Essstörungen verstärkt, reaktiviert oder überhaupt erst ausgelöst.»

Sarah Stidwill, Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen

Ähnlich erging es vielen Betroffenen. Die Corona-Quarantäne hat die Essprobleme verschärft und wurde zur grossen Belastungsprobe. Längst nicht alle konnten sie meistern. Viele suchten Hilfe. Zum Beispiel bei der Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen (AES), einer Anlaufstelle in Zürich. «Der Lockdown hat den Alltag verändert, gewohnte Strukturen fehlten», sagt AES-Beraterin Sarah Stidwill. «Das hat Essstörungen verstärkt, reaktiviert oder überhaupt erst ausgelöst.»

Es gibt Eltern, die erst bei gemeinsamen Mahlzeiten in der Quarantäne merkten, dass ihr Kind unter Magersucht leidet. Andere mussten zuschauen, wie sich der Zustand ihres Kindes durch krankhaftes Hungern wieder verschlechterte.

Hungern bis zur Spitaleinweisung

Auch an der Klinik in Zofingen stellt man fest, dass sich die Essprobleme verschlimmert haben. «Bei Untergewichtigen oder restriktiven Essern hat sich die Situation verschärft, weil die soziale Kontrolle in der Schule oder im Büro wegfiel, gleichzeitig waren während des Lockdown keine Behandlungen möglich», sagt Ärztin Isenschmid.

Das gilt aber nicht nur für Magersüchtige. Das Gleiche mit umgekehrten Vorzeichen stellen Therapeuten und Ärzte bei den Übergewichtigen fest. Sie haben mehr gegessen, wegen der geschlossenen Fitnessstudios weniger trainiert und Kilos zugelegt, die sie zuvor mühsam weggehungert hatten.

Alle Menschen mit Essstörungen hätten dieses Essverhalten im Lockdown noch stärker gebraucht, sagt Ärztin Isenschmid. «Es hilft ihnen, negative Gefühle zu verarbeiten.» Die Folgen können dramatisch sein. Wie bei dem 16-jährigen Mädchen, das unter Magersucht leidet.

Wochenlang mussten die Eltern zusehen, wie sich ihr Kind zugrunde richtet. «Nach dem Lockdown hatte sie wieder ein kritisches Untergewicht», sagt Isenschmid. «Das Mädchen musste ins Spital eingewiesen werden.»

SonntagsZeitung

Publiziert: 18.07.2020, 23:00