

Ein Interview mit Julia über Ihre Magersucht

Die Inhalte des Interviews sind [den Info-Seiten von Magersucht-Online](#) entnommen.

Frage: Was ist Magersucht genau?

Julia: Für mich ist es der Drang, sehr dünn zu sein, dem Schönheitsideal zu entsprechen. Eigentlich geht es aber nicht nur ums Dünnsein, sondern auch um den Leistungsbeweis. Wenn jemand zu mir gesagt hat, "Mensch, bist du dürr", auch wenn er es negativ gemeint hat, habe ich das als Bestätigung aufgefasst.

Ist es Deiner Meinung nach eine psychische Krankheit?

Julia: Was denn sonst?

Was hast Du in dieser Zeit gegessen?

Julia: Tagsüber gar nichts, abends ungefähr 500g Griesbrei, also eigentlich ganz genau 500g Griesbrei, ab und zu mit ein paar Keksen, und heiße Milch mit Wasser und Honig und viel Süßstoff, und ich habe viel getrunken und Multi-Vitaminbrausetabletten genommen.

Warum hast Du so wenig gegessen?

Julia: Ich habe mich immer vor dem Essen gewogen, und erst dann konnte ich was essen. Ich brauchte einfach diesen Leistungsbeweis, das Gefühl, es mir verdient zu haben. Ich habe mich nicht getraut, was zu essen, bevor ich nicht mein Programm durchgezogen hatte.

Welches Programm?

Julia: Ich bin auf meinem Hometrainer geradelt, habe geputzt wie eine Wilde und alles kontrolliert, z.B. ob alle Flaschen im Kühlschrank richtig zu sind oder meine Klamotten richtig im Schrank liegen. Durch mein tägliches Programm und die Arbeit sind mir dann nur vier oder viereinhalb Stunden Schlaf geblieben, und dann hatte ich Angst, ich könnte am nächsten Tag nicht gleich nach dem Aufstehen auf mein Fahrrad, weil ich mein Essen noch nicht verdaut habe.

Hast Du das gemacht, um abzunehmen?

Julia: Teilweise. Aber noch viel wichtiger ist, dass ich nicht zurückstecken kann. Wenn ich einmal 100 Minuten am Tag geradelt bin, dann muss ich das jeden Tag machen, sonst habe ich das Gefühl versagt zu haben, meine Leistung nicht gebracht zu haben. Und bevor ich das nicht gemacht habe, kann ich einfach nichts essen.

Hast Du dich isoliert?

Julia: Eigentlich schon. Ich bin zwar zur Arbeit gegangen und auch abends weggegangen, aber durch meinen Putzzwang hatte ich Panik vor Besuchern, weil die meine Wohnung durcheinanderbringen und ich meinen Zeitplan nicht einhalten kann. Ich konnte auch nicht zum Essen gehen, und ich musste immer zu einem bestimmten Zeitpunkt nach Hause gehen, um meinen Plan durchzuziehen.

Warst Du immer noch fröhlich und konntest Du Dein Leben genießen, oder dachtest Du nur noch ans Essen?

Julia: Mein Leben hat sich schon hauptsächlich ums Essen und um meine Zwänge gedreht. Was ich esse, wie ich es esse, und wann ich es esse. Ich hatte Angst, dass ich mit meinen Kontrollen zu lange brauche und mein Griesbrei schlecht wird. Dann wurde ich noch nervöser und musste noch mehr kontrollieren, weil ich mich nicht konzentrieren konnte.

Wie ist es dazu gekommen, dass Du Magersucht bekommen hast?

Julia: Das weiß ich nicht mehr so genau. Das ist ja auch schon neun Jahre her. Am Anfang wollte ich einfach nur abnehmen. Ich glaube, jede Frau hat schon fünfzig Diäten hinter sich, aber normalerweise nimmt man am Ende halt wieder zu. Ich habe halt weitergemacht und weiter abgenommen.

Aber gab es nicht einen Zeitpunkt, wo Du gemerkt hast, dass Du magersüchtig bist?

Julia: Das bildet sich ganz langsam heraus. Ich habe einfach immer weiter abgenommen und irgendwann dachte ich dann, jetzt bin ich wohl magersüchtig.

Was hast Du Dir in diesem Moment gedacht?

Julia: Ich fand es richtig geil. Ich dachte, jetzt gehöre ich auch dazu. In meinem Bekanntenkreis gab es schon zwei Magersüchtige, und das bekommt man einfach mit, wenn man selber auf sein Gewicht schaut.

Wann haben Deine Eltern gemerkt, dass Du magersüchtig bist?

Julia: Mein Arzt hat mich in der Arbeit gesehen und gemerkt, dass ich so viel abgenommen hatte. Er hat dann bei meinen Eltern angerufen und wollte mich sprechen. Das hat meine Eltern schon gewundert, aber ich habe Ihnen gesagt, es geht um meine Allergiespritzen. Das haben sie zwar fürs erste geglaubt, aber dann hat es nicht mehr lange gedauert, und sie haben es rausgekriegt.

Wie haben Sie reagiert?

Julia: Sie haben das überhaupt nicht kapiert. Ich glaube, so richtig rafften sie es heute noch nicht, was mit mir los ist. Sie haben mich erst mal gezwungen, was zu essen und mich vor Ihnen auf die Waage zu stellen. Das hat aber gar nichts gebracht, ich hab trotzdem weitergemacht. Und das Essen habe ich halt wieder rausgekotzt. Das war aber eine Ausnahme. Bei Magersucht geht es eher darum, erst gar nichts zu essen. Das sieht man als Beweis von Willensstärke. Bei Bulimie ist das anders, deswegen haben Bulimikerinnen auch so ein gestörtes Selbstbewusstsein, weil sie ja ihrem Essensdrang nachgeben und sich nicht unter Kontrolle haben.

Hast Du Dich bemüht, deine Magersucht vor Deinen Eltern zu verheimlichen? Kannten Deine Eltern die Krankheit?

Julia: Eine Großtante meiner Mutter war magersüchtig. Die waren ziemlich reich, und sie wollte immer so dünn wie die armen Kinder sein. Beim Abendessen hat der Vater immer reihum das Essen ausgeteilt, wie das halt früher so war, und sie wollte halt nichts essen oder hat es in ihre Serviette gespuckt. Das habe ich z.B. auch gemacht, und ich habe weite Klamotten angezogen, dass man es nicht so sieht, und ich habe die Badezimmertür geölt, damit meine Eltern mich nicht nachts hören, wenn ich auf der Waage mein Abnehmen kontrolliert habe.

Haben Dich Freunde auf deine Magersucht angesprochen?

Julia: Ja, die gleichen, die mich vorher immer gehänselt habe, weil ich angeblich pummelig war. Ich habe das von mir abprallen lassen und mich insgeheim bestätigt gefühlt. Ich habe es als Leistungsbeweis gesehen. Wenn ich andere was essen gesehen habe, habe ich mir gedacht, frisst nur und geht auseinander wie ein Hefekuchen. Eine Bekannte hat mal gesagt: "Wenn ich dich sehe, wird mir schlecht", die dumme Kuh.

Wie lange hattest Du Magersucht oder bist Du immer noch magersüchtig?

Julia: Ich denke, ich bin immer noch magersüchtig, aber nicht mehr so schlimm wie noch vor ein paar Jahren.. Ich glaube, ich habe es so einigermaßen auf die Reihe gekriegt. Ich zwingen mich zumindest dazu.

Was kann man dagegen tun, wenn man es selbst bemerkt hat? Oder will man das überhaupt?

Julia: Das ist es ja. Du willst es eigentlich ändern, und dann halt doch wieder nicht. Also es kotzt dich schon an. Wenn man viel arbeitet, nervt das einen auch, und man denkt sich vielleicht, man will weniger arbeiten, aber es bringt halt Geld. Und die Magersucht bringt Bestätigung.

Aber gab es nicht einen Zeitpunkt, wo Du gedacht hast, dass das, was es Dir bringt, weniger zählt als das, worunter Du leidest?

Julia: Also körperlich ging es mir nie schlecht. Am Schluss war es halt so, dass die Leute im Fitness-Studio gesagt haben, Du kannst kommen, aber dann sitzt Du nur am Tresen und nicht auf dem Stepper. Körperlich hatte ich nie Probleme. Man spürt ja auch nichts mehr, keinen Hunger, nichts. Aber in meinem Kopf drinnen, da ging es drunter und drüber, nervlich habe ich das alles nicht mehr ausgehalten. Mich so in die Sache hineinzusteigern, überhaupt nicht mehr aufhören zu können. Gar nichts zuzulassen, keine Schwäche, kein Nachlassen, immer nur weiterzumachen. Wenn man sich das überlegt: Den ganzen Tag nichts essen, nur viereinhalb Stunden Schlaf und den ganzen Tag rumwerkeln wie eine Irre, dass das auf die Nerven geht, ist ja logisch.

Wie wurde Dir geholfen?

Julia: Hm, ich war in einer psychosomatischen Klinik, zehn Wochen stationäre Therapie, und da habe sie meinen Willen gebrochen. Also ich hab da auch meine Hilfsmittel gehabt, Süßstoff in der Zigarettenschachtel, Abführtee in der Körperpuderdose, Cola-light in der Thermoskanne und Kaugummi in der Bademanteltasche.

Was meinst Du mit Willen gebrochen?

Julia: Die haben mir nicht erlaubt, alles so zu machen, wie ich es wollte. Wenn ich z.B. radeln wollte und geheult habe, haben die Schwestern auf den großen Schrank im Schwesternzimmer gezeigt. Der war voll mit Tempos, und sie haben gesagt, die kannst du alle vollrotzen.

Wolltest Du Dir eigentlich helfen lassen?

Julia: Ich wollte schon, dass man mir hilft, aber ich wollte meine Gewohnheiten auch nicht aufgeben. Ich habe die Ärzte angefleht, dass ich was Sportliches machen darf. Sie haben mir dann erlaubt, eine halbe Stunde am Tag seilzuspringen. Ich bin natürlich eine ganze Stunde gesprungen und hab mir dabei meinen Fuß wund gesprungen. Geholfen hat mir die Klinik aber doch, weil sie mich gezwungen haben, meinen ganzen Macken, die ich hatte, nicht nachzugeben. Ich habe

gedacht, wenn ich das alles nicht machen kann, dann dreh ich durch. Und das ich das alles nicht gemacht habe und trotzdem abends ins Bett gegangen bin und morgens aufgewacht bin, war eine ganz neue Erfahrung.

Siehst Du es nicht auch als Leistungsbeweis, dass Du das durchgehalten hast?

Julia: Schon, weil sie mich ja schon heimschicken wollten, weil ich nicht zugenommen habe. Ich wurde regelmäßig gewogen, und wenn ich auf drei Tage nicht 500g zugenommen habe, gab es die gelbe Karte. Oft habe ich dann in der Nacht vor dem Wiegen wie irre getrunken, um auf das Gewicht zu kommen. Aber ich wollte bleiben. Ich wollte nicht, dass jemand sagen kann, die hat nicht mal die Therapie geschafft.

Wie lebt man mit Magersucht?

Julia: Na ja, eigentlich ganz gut. Ich hab mich halt damit abgefunden. Ich kann nach meinen Therapien einfach besser mit meiner Magersucht umgehen und mit meinen Kontrollzwängen.

Wie lange dauert es, bis man wieder gesund ist?

Julia: Ich weiß nicht, so richtig normal wird man wahrscheinlich nie wieder. Aber es dreht sich bei mir halt nicht mehr alles ums Essen.

Hungrig-Online e.V. ©

Wir haben dieses Interview persönlich mit Julia geführt. Eine Verwendung dieses Interviews an anderer Stelle, auch in Auszügen, ohne vorherige ausdrückliche Genehmigung ist untersagt.