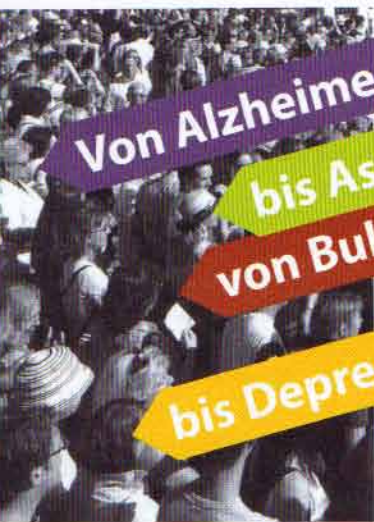


Aus der Reihe
Leben mit ...



Von Alzheimer

bis Asthma,

von Bulimie

bis Depression:

In dieser Reihe von MEDIZIN populär beschreiben Betroffene, wie eine Krankheit ihr Leben verändert hat und wie sie mit ihrem Schicksal fertig werden bzw. fertig geworden sind.

Teil 2

„Weil man Druck loswerden will“

MEIST SIND ES MÄDCHEN AB 15 JAHREN, DIE AN BULIMIE ERKRANKEN, DER ESS-BRECHSUCHT. EINE VON IHNEN WAR SIGRID TSCHIEDL, HEUTE 29 JAHRE ALT UND THEATERREGISSEURIN, THEATERPÄDAGOGIN SOWIE PERSÖNLICHKEITSTRAINERIN VON BERUF.

IM INTERVIEW MIT MEDIZIN POPULÄR ERZÄHLT SIE, WARUM SIE SÜCHTIG NACH DEM ERBRECHEN GEWORDEN IST, WIE SIE DAMIT GELEBT UND SICH DAVON BEFREIT HAT.

VON MAG. SABINE STEHRER



MEDIZIN populär

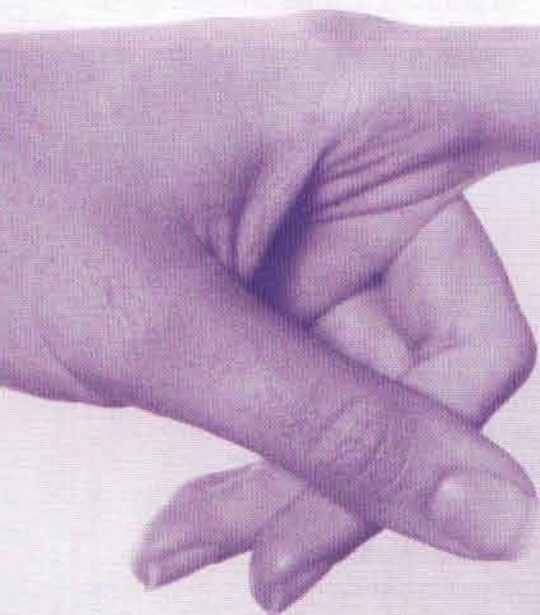
Frau Tschiedl, Sie waren ab Ihrem 17. Lebensjahr fast fünf Jahre lang Bulimikerin. Wann haben Sie zum letzten Mal absichtlich nach dem Essen erbrochen?

Mag. Sigrid Tschiedl

Das ist jetzt drei Jahre her, da hatte ich einen Rückfall. Seither ist das nicht mehr vorgekommen, aber davor war ich auch schon vier Jahre lang auf einem sehr guten Weg der Genesung.

Sie sind also von der Bulimie geheilt?

Wie bei jeder Sucht kann man auch bei der Bulimie nie sagen: So, jetzt bin ich geheilt. Von der Bulimie endgültig für alle Zeiten loszukommen, ist vielleicht sogar schwieriger als sich von anderen Süchten zu befreien, denn bei der Bulimie kann ich mich nicht vom Sucht-



Leben mit der Ess-Brechsucht

INTERVIEW

mittel distanzieren. Essen muss ich ja. Trotzdem denke ich für mich: Ja, ich hab' es geschafft.

Warum denken Sie das?

Als Bulimikerin kotzt man ja, weil man Druck loswerden will, den man aus den verschiedensten Gründen von verschiedenen Seiten auferlegt bekommt oder den man sich selbst macht. Und ich habe inzwischen gelernt, mit Druck anders umzugehen. Wenn ich meine Ruhe brauche, gönne ich sie mir, wenn ich Freunde sehen will, versuche ich sie zu treffen, wenn mein Körper Bewegung will, gehe ich laufen, und ich schreibe Tagebuch. Ich habe auch keine Waage mehr, und trotzdem bin ich normalgewichtig, ich trage Kleidergröße 38.

War der Wunsch, dünn zu werden, für Sie der Anlass, mit dem Erbrechen nach dem Essen zu beginnen?

Die Gewichtskontrolle steht bei der Sucht im Vordergrund, wenn es darum geht, die Sucht für sich selbst zu begründen. Doch sie ist in Wahrheit nur ein Stellvertreter für etwas, das man nicht im Griff

hat. Das waren für mich Probleme, die ich mit der Positionierung in der Familie, im Freundeskreis, in der Gesellschaft und im Leben insgesamt hatte.

Wie ist es Ihnen damit ergangen, sich zum Erbrechen zu bringen?

Man ekelt sich dabei vor sich selbst. Dennoch ist der Wunsch größer, das Ventil zu betätigen, um Druck loszuwerden und sich zu erleichtern. Die Ausreden, die man sich dann zurechtlegt, beschränken sich nicht mehr nur darauf, dass man zu viel gegessen hat, sondern man sagt sich sogar, man kotzt, um etwas für seine Gesundheit zu tun oder sich etwas zu gönnen.

Unvorstellbar ist, dass Ihr Umfeld nie etwas von der Erkrankung bemerkt hat.

Ich habe wie alle Betroffenen ein Doppelleben geführt – in der Öffentlichkeit war ich die Normale, und im Geheimen war ich die Süchtige. Das ging gut, denn nach einiger Zeit wird das Kotzen technisch einfacher, das geht dann sehr schnell. Da steht man halt nach dem Essen auf, geht aufs Klo, und nach fünf Minuten ist man wieder da, da denkt sich niemand etwas dabei.

Wann haben Sie sich denn selber zum ersten Mal gedacht, dass Sie etwas gegen Ihr Problem unternehmen sollten?

Ein halbes oder ein dreiviertel Jahr, nachdem ich mit dem Erbrechen begonnen hatte. →

„Weil man Druck lös werden will“

INTERVIEW
Fortsetzung

Bulimie führt immer auch zu gesundheitlichen Problemen, angefangen von Zahnschäden bis hin zu Speiseröhren- und Magenerkrankungen. Wie war das bei Ihnen?

Ich habe oft Halsweh gehabt, Magenschmerzen, Probleme mit der Verdauung, und mir war oft kalt, aber das war mir alles egal. Nur als ich einmal Blut erbrochen hatte, habe ich Angst bekommen. Ich habe dann versucht, über Selbsthilferatgeber, Bücher, von der Sucht loszukommen. Das ist mir nicht gelungen, da bin ich heimlich zu Treffen von Selbsthilfegruppen gegangen und habe eine Einzelgesprächstherapie versucht. Aber auch das hat nichts genützt. Irgendwann war ich so verzweifelt, dass ich mich auf einer Brücke wiedergefunden habe und vor der Entscheidung stand, entweder hinunterzuspringen und mein Leben zu beenden oder ein neues Leben anzufangen. Ich habe mich dann für letzteres entschieden, bin zum Hausarzt gegangen und habe gesagt, ich brauche eine Therapie. Die habe ich bekommen, ich war dann sechs Wochen lang in einer Spezialambulanz weit weg von daheim, und dort konnte man mir sehr gut helfen.

Dem ging aber doch sicher ein Gespräch mit der Familie voran?

Für meine Eltern war das sicher schwierig: Das immer brave und tüchtige Kind kommt plötzlich mit so einem Problem daher. Aber letztendlich habe ich viel Unterstützung erfahren.

Sie haben vor kurzem ein Buch über Ihr Leben mit der Sucht geschrieben und ein Theater-

stück, das sich mit der Thematik auseinandersetzt und unter Ihrer Regie aufgeführt wurde. Hat Ihnen auch das geholfen?

Ja, das gibt dem Ganzen rückwirkend einen Sinn.

Was raten Sie Betroffenen?

Es ist sehr schwierig, den Weg aus der Sucht zu finden. Doch niemand muss das allein machen. Deshalb rate ich dazu, sich Hilfe zu suchen und sich begleiten zu lassen. ■

Essen, Erbrechen, Essen, Erbrechen:

Für MEDIZIN populär erklärt Univ. Prof. Dr. Ursula Bailer, Leiterin der Spezialambulanz für Essstörungen am Wiener AKH, was die Ursachen für Bulimie sind, welche Folgekrankheiten auftreten können, was man tun sollte, wenn man bemerkt, dass jemand bulimisch ist, und welche Therapien helfen.



Foto: © PhotoAlto