

„Essstörungen sind weiblich!“

(dw) STEFANIE EISMANN ist wahrscheinlich bundesweit die einzige Psychotherapeutin, die Essstörungen behandelt in einer Kombination aus tiefenpsychologisch fundierter Therapie, Psychokinesiologie und systemischer Aufstellungsarbeit. Ihre bisherige Erfahrung: Die Therapiedauer kann dadurch verringert werden.

Wie erkenne ich, ob ich eine Essstörung habe?

Die Übergänge sind fließend. Es gibt Kriterien, die zu einer Essstörung gehören: ohne Hungergefühle zu essen oder Hungergefühle zu ignorieren; viel über Essen/Nicht-Essen (Diäten) nachzudenken; das Gefühl der Willenlosigkeit, Unbeherrschtheit bzw. strenge Kontrolle in Bezug auf Essen; das Unbehagen dem eigenen Körper gegenüber. Treffen eine oder mehrere Kriterien immer wieder oder über einen längeren Zeitraum zu, kann man von einem Krankheitswert ausgehen

Sollen Menschen, die übergewichtig sind, sofort zu einem Therapeuten gehen oder erst zu einem Ernährungsberater?

Meist kann eine übergewichtige Person selbst beurteilen, wie ihr Übergewicht entstanden ist: Sie beobachtet, ob sie isst ohne Hunger zu haben und wenn es ihr nicht gut geht. Dann ist zuerst eine Psychotherapie sinnvoll. Wenn es aus anderen Gründen entstanden ist, kann eine Ernährungsberatung hilfreich sein. Ist eine Ernährungsberatung langfristig nicht erfolgreich – ohne organische Erkrankungen oder Einnahme von Medikamenten – kann es ein Hinweis auf seelische Ursachen sein. Im Zweifelsfall versucht eine Betroffene in einigen Therapiesitzungen die seelische Beteiligung am Übergewicht herauszubekommen. Lässt sich keine feststellen –

Stefanie Eismann

43 Jahre, arbeitet seit neun Jahren als Heilpraktikerin für Psychotherapie und ist seit fünf Jahren außerdem Kinder- und Jugendpsychotherapeutin. Seit 1993 bietet sie in ihrer Praxis in Münster Einzel- und Gruppenarbeit im Bereich Essstörungen an.

was meines Erachtens recht selten vorkommt – ist eine Ernährungsberatung der nächste Schritt.

Mit welchen Störungen haben Sie es bei wem am häufigsten zu tun?

95% der Betroffenen sind Frauen. Zur Zeit sind die meisten Klientinnen der Praxis ess-/brechsüchtig. Aber es war auch schon anders. Übergewichtige Personen sind leider Zielgruppe einer sehr unterschiedlichen, vielfältigen Werbung. Der Markt an unterschiedlichsten Möglichkeiten zur Gewichtsreduktion ist sehr gefüllt, was die Betroffenen oft verunsichert und berechtigterweise misstrauisch macht. Wenn eine übergewichtige Frau in die Praxis kommt, hat sie meist einen sehr



langen Leidensweg hinter sich. Psychotherapie ist für viele nicht das erste Mittel der Wahl, sondern das letzte. Magersüchtige Frauen haben eine ganze Zeitlang keine Krankheitseinsicht, so dass auch sie schon recht lange und meist schwer krank sind, wenn sie in die Praxis kommen. Häufig ist eine ambulante Therapie zuerst nicht mehr möglich,

sondern ein Klinikaufenthalt muss zunächst angestrebt werden.

Wie lange dauert in der Regel eine Behandlung?

Ich selber arbeite seit 12 Jahren psychotherapeutisch mit essgestörten Menschen. Seitdem Familienaufstellungen und psychokinesiologische Behandlungen mit zum Therapiekonzept gehören, ist die Dauer eindeutig gesunken. Aber letzten Endes hängt die Dauer von der individuellen Vorgeschichte ab: Wie lange besteht die Essstörung, was gab es schon an psychotherapeutischen Maßnahmen, mit wem lebt die betroffene Person zusammen, wie weit lassen sich Bezugspersonen mit in die Therapie einbinden? Der letzte Punkt ist besonders bei Kindern entscheidend.

Wird die Behandlung von der Krankenkasse übernommen?

Wenn die Therapeutin mit Kassenzulassung arbeitet, wird die Therapie meist übernommen. Auf Essstörungen spezialisierte Therapeuten

mit Kassenzulassung sind allerdings schwer zu finden. Bei den PKVs hängt die Kostenübernahme vom Vertrag ab. Insgesamt besteht eine Tendenz, die Kostenübernahme abzulehnen. Gründe dafür werden gesucht, obwohl der Hauptgrund meist Kosteneinsparungen sind.

Seit einiger Zeit arbeiten Sie mit Metabolic-balance. Was kann man sich darunter vorstellen?

METABOLIC-BALANCE ist ein Verfahren zur Stoffwechselstärkung. Nach meiner Erfahrung ist es bei psychogener Adipositas langfristig schwer, das Gewicht zu regulieren, auch wenn die seelischen Hintergründe geklärt werden. Durch jahrelanges Hungern – Essen – Hungern – Essen ist der Stoffwechsel nicht mehr intakt. Durch METABOLIC-BALANCE, einer nach Blutwerten individuell erstellten Lebensmittelempfehlung, kann ohne langfristigen Aufwand und enges Ernährungsprogramm, das ja wieder die Beschäftigung mit dem Essen verstärkt, der Stoffwechsel angekurbelt werden. ■