

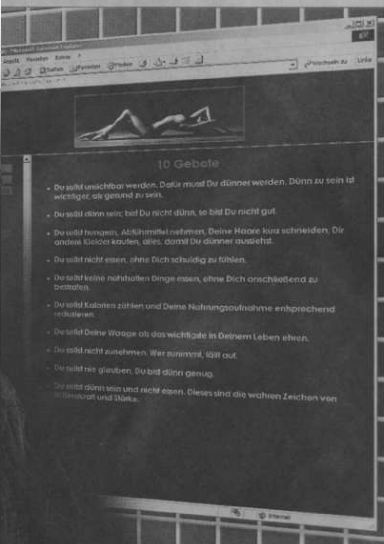
MAGERSUCHT EINE SCHÜLERIN (15) SCHREIBT OFFEN ÜBER DAS, WAS VIELE NICHT WAHRHABEN WOLLEN UND VERDRÄNGEN

### Schaut nicht weg! Julias Appell an alle Eltern

In Internet-Foren erheben magersüchtige Mädchen ihre Krankheit zum einzig wahren Lebensgefühl. Meist aber sind sie einsam, suchen Liebe und Anerkennung. Julia (15) hat dazu recherchiert und geschrieben. Ihr Lehrer empfahl den Text wegen seiner Tiefe und Eindringlichkeit für das Abendblatt-Projekt „Schüler machen Zeitung“, bei dem zur Zeit 1400 Schüler aus mehr als 50 Schulen mitmachen. Wir drucken Julias Report ungekürzt und ausnahmsweise an dieser Stelle.



Die zehn „Pro-Anorexia-Gebote“ hat Julia Salkowski (15) in den Internet-Foren der Magersüchtigen gefunden – Magersucht als Religion.



Die zehn „Pro-Anorexia-Gebote“ hat Julia Salkowski (15) in den Internet-Foren der Magersüchtigen gefunden – Magersucht als Religion.

**Julia Salkowski**  
Gymnasium Meiendorf, 10 a  
Hamburg

In Internet treffen sich täglich Magersüchtige mit Decknamen wie Schneewittchen oder Skinny. Sie berichten von ihren Erlebnissen am Tag. Für alles gibt es verächtliche Abkürzungen. Thema steht für Therapie und FA für Freibautzke. Pro Ana heißt Pro Anorexia also „für Magersucht“, Anhänger dieser Bewegung sind lemmach für Magersucht und tolz darauf, unter Magersucht zu leiden. Die Betroffenen sehen sich selbst nicht als Kranke. Das Motto in einigen ihrer Foren lautet: „Magersucht ist ein Lifestyle und keine Krankheit“.

Ich war einige Zeit in so einem Pro-Ana-Forum Mitglied. Eine bekennende Ana schreibt dort: Heute habe ich Ana sehr entzückt. Ich hatte eine riesen FA, ist nur gerecht, daß sie mich etzt mit diesen höllischen Schmerzen bestraft. Ich habe es nicht anders verdient.“ Das hat mich schon leichterschreckt. Ana ist die beste Freundin und wird religionsartig verehrt. Es gibt zehn Pro-Ana-Gebote, ein laubensbekanntes und sogar gesetzte. Die meisten Anas kennen sie alle auswendig und halten sie strikt ein. Verstößen sie gegen eine Regel, bestrafen sie sich mit zessivem Sport oder ein paar Tagen fasten.

Sie loben in ihrer eigenen Welt, führen oft ein Doppelleben. Vor der Familie oder Freunden geben sie sich normal, haben meist sehr gute Noten in der Schule und machen es auch sonst allen recht, hat mir eine Psychologiestudentin erzählt. Unbemerkt aber denken sie die ganze Zeit darüber nach, wie viele Kalorien sie schon zu sich genommen haben und lassen sich für jede einzelne Kalorie. Eines der Gebote lautet: „Dünn sein ist wichtiger als gesund sein.“ Daran ist sehr deutlich, daß die Gesundheit keine Rolle mehr spielt. Sie ist egal, ein Opfer, das gebracht werden muß, um das Ziel zu erreichen.

Ist der Tod der Preis für die Schönheit? 90 Prozent der weiblichen Teenager wollen abnehmen, und 73 Prozent der Frauen finden ein Gewicht unterhalb des Normalgewichts am attraktivsten. Diese sind nicht alle magersüchtig, aber es ist ein deutliches Zeichen.

Magersucht ist kein Lifestyle und auch kein Weg, um möglichst schnell ein paar Kilo abzunehmen. Magersucht ist eine gefährliche Krankheit. 10 Prozent der Betroffenen sterben und 30 Prozent sind chronisch krank. Dabei ist die Dunkelziffer sehr hoch, und die Betroffenen sind viel zu jung zum Sterben.

Pro Ana ist eine Bewegung, deren Ursprung in den USA liegt. Es gibt keine Zahlen, die belegen, wie viele Menschen ihr angehören, ob es nur Hunderte oder gar Tausende sind. Fest steht aber, daß es zu 95 Prozent Mädchen

sind. Ihre Ziele sind Perfektion, Schönheit und Kontrolle über sich selbst. Extreme Schlankheit oder auch Dürrheit ist in ihren Augen schön und das höchste zu erreichende Ziel. Der Weg dorthin ist zerstörerisch, aber das spielt für sie keine Rolle. Sie wissen, was sie ihrem Körper antun und lassen ihn manchmal auch.

Das Selbstwertgefühl der meisten Pro Anas ist sehr gering. In ihrem Glaubensbekenntnis heißt es unter anderem: „Ich glaube, daß ich die schlechteste, wertloseste und nutzloseste Person bin, die je auf unserem Planeten gelebt hat, und daß ich es absolut nicht wert bin, die Zeit und Achtung von irgendjemandem zu beanspruchen.“ Sie sehen ihre guten Seiten nicht und fühlen sich durch den Druck in Familie und Schule bestrahlt. Oft machen sie alles für andere, um Anerkennung zu bekommen und akzeptiert zu werden. Nicht einmal die Familie und die engsten Freunde bemerken, daß sich da jemand direkt vor ihren Augen zu Tode hungert. Auch dies bestätigt sie in ihrer Annahme, daß sie keiner mag, daß sie keine Freunde haben und daß es sowieso keiner merken würde, wenn sie nicht mehr da wäre. Aber Anas sind auch wahre Meister in der Geheimhaltung. Sie geben sich gegenseitig Tips und werden so nahezu unschlagbar darin, falsche Tatsachen vorzutauschen. Skinny schreibt: „Ich setze mich jeden Tag mit meiner Familie an den Tisch und tue so, als ob ich essen würde. Keiner merkt, daß ich oft tagelang nur Wasser trinke und etwas Obst esse. Das Essen, von dem sie glauben, daß ich es zu mir genommen habe, landet im Müllleimer oder wird in der Toilette heruntergespült. Manchmal bin ich selber erstaut, daß es keiner merkt.“ Die Jugendlichen fühlen sich allein in den Klassen und verstanden. So suchen sie, vielleicht auch unbewußt, einen Ausweg. Dieser heißt zu oft Magersucht, also ein schrecklicher Selbstmord auf Raten.

Der Wunsch auszusehen wie ein Magermodell, z.B. Kate Moss, ist dabei die offensichtlichste Ursache. Tatsächlich sind die Gründe jedoch weitaus komplexer. Anas machen ihre Figur für alles, was schief läuft, verantwortlich. Sie wissen sich nicht anders zu helfen und sind mit dem Erwachsenenwerden überfordert. Werden sie von ihrem Freund verlassen, haben sie Probleme mit ihren Eltern oder in der Schule, denken sie sofort: „Wenn ich endlich dünn bin, wird alles besser.“ Dürrheit wird zum Allheilmittel erannt. So schreibt Schneewittchen, die gerade von ihrem Freund verlassen wurde: „Wenn ich endlich mein Zielgewicht erreicht habe, nimmt er mich vielleicht wieder wahr. Vielleicht verliebt er sich wieder in mich und alles wird wie früher. Ich kann ja verstehen, daß keiner so ein fettes Ding wie mich mag.“ Dabei sind die meisten Pro Anas

schon untergewichtig. Das ist ein großes Problem. Die Erwachsenen sind offensichtlich nicht in der Lage, uns Jugendlichen vernünftige Werte zu vermitteln.

So bekam ich in dem Forum eine Tragedie mit Laura, mit der ich mich auch ganz gut verstand, was bei einer Körpergröße von 173 cm nur noch 45 kg und fand immer noch, daß sie zu dick sei. Bei ihrem täglichen Trainingsprogramm brach sie öfter zusammen, weil sie keine Energie mehr hatte. Auf einmal hörten wir im Forum eine Welle nichts von ihr. Sie war nicht mehr da. Laura, die sehr eng mit Laura befreundet war, einen Brief an Laura noch, daß sie es früher schon öfter gemacht hatte. Ein paar Tage später bekam sie eine Antwort. Aber nicht von Laura, sondern von ihrer Mutter. So erfahren wir, daß Laura mit 43 kg ins Krankenhaus eingeliefert und künstlich ernährt wurde. Doch es war zu spät. Laura starb mit nur 18 Jahren an Herzversagen. Sie hatte ihren Körper durch jahrelanges Fasten und übertriebenen Sport total zerstört.

Warum muß das Leben zu vieler junger Menschen so enden? Warum gibt es in der Gesellschaft für so viele Jugendliche keinen anderen Weg. Sorgen und Gefühle auszudrücken? Ist das der Preis unserer Wohlstandsgesellschaft? Ich glaube, daß es einen anderen Weg geben muß. Jeder Mensch und vor allem die Erwachsenen sollten mehr auf ihre Mitmenschen achten und den Kindern Sicherheit geben und ihnen vor allem vernünftige Werte vermitteln.

schon untergewichtig. Das ist ein großes Problem. Die Erwachsenen sind offensichtlich nicht in der Lage, uns Jugendlichen vernünftige Werte zu vermitteln.

So bekam ich in dem Forum eine Tragedie mit Laura, mit der ich mich auch ganz gut verstand, was bei einer Körpergröße von 173 cm nur noch 45 kg und fand immer noch, daß sie zu dick sei. Bei ihrem täglichen Trainingsprogramm brach sie öfter zusammen, weil sie keine Energie mehr hatte. Auf einmal hörten wir im Forum eine Welle nichts von ihr. Sie war nicht mehr da. Laura, die sehr eng mit Laura befreundet war, einen Brief an Laura noch, daß sie es früher schon öfter gemacht hatte. Ein paar Tage später bekam sie eine Antwort. Aber nicht von Laura, sondern von ihrer Mutter. So erfahren wir, daß Laura mit 43 kg ins Krankenhaus eingeliefert und künstlich ernährt wurde. Doch es war zu spät. Laura starb mit nur 18 Jahren an Herzversagen. Sie hatte ihren Körper durch jahrelanges Fasten und übertriebenen Sport total zerstört.

Warum muß das Leben zu vieler junger Menschen so enden? Warum gibt es in der Gesellschaft für so viele Jugendliche keinen anderen Weg. Sorgen und Gefühle auszudrücken? Ist das der Preis unserer Wohlstandsgesellschaft? Ich glaube, daß es einen anderen Weg geben muß. Jeder Mensch und vor allem die Erwachsenen sollten mehr auf ihre Mitmenschen achten und den Kindern Sicherheit geben und ihnen vor allem vernünftige Werte vermitteln.

Warum muß das Leben zu vieler junger Menschen so enden? Warum gibt es in der Gesellschaft für so viele Jugendliche keinen anderen Weg. Sorgen und Gefühle auszudrücken? Ist das der Preis unserer Wohlstandsgesellschaft? Ich glaube, daß es einen anderen Weg geben muß. Jeder Mensch und vor allem die Erwachsenen sollten mehr auf ihre Mitmenschen achten und den Kindern Sicherheit geben und ihnen vor allem vernünftige Werte vermitteln.

#### RINGELSTRÜMPFE UND ENGAGEMENT

Alleine schon ihre Kleidung hebt Julia Salkowski aus der Masse ihrer Mitschüler heraus. Unter einem gerafften Rock schauen geringelte Strümpfe hervor, dazu trägt sie ein hellgrünes Top und an den Armen wolle Stulpen. Die 15 Jahre alte Schülerin des Gymnasiums Meiendorf – Autorin des nebenstehenden Beitrags – ist eine Individualistin. „Eine sehr soziale und engagierte Schülerin“, sagt ihr Lehrer Holger Lindmann. Vor allem ist Julia eine für das Alter ungewöhnlich tiefgründige Jugendliche, die sich Gedanken über ihre Umwelt macht und ihre Gefühle in Gedichten verarbeitet – wenn sie nicht gerade Matheaufgaben löst, ihre zweite Leidenschaft. Die zierliche Schülerin hat „Gleichgültigkeit und Ungerechtigkeit“. Wer mit einem Problem zu ihr kommt, dem will sie helfen – das hat sie von zu Hause mitbekommen.

Mit ihrem Beitrag über die „Pro-Anorexia-Foren“ will sie vor allem Eltern und Bekannte aufreithen, nicht wegzuschauen. Die Leute sollen sich Gedanken machen, ob sie sich heute schon um ihr Kind gekümmert haben“, sagt Julia, die eine jüngere Schwester hat. Denn als sich ihr eine magersüchtige Freundin anvertraute, konnte Julia die Ahnungslosigkeit der Erwachsenen nicht begreifen. „Wieso sehen diese Eltern nicht, daß meine Freundin verhungert? Meine Mutter würde das sofort mitbekommen“, sagt sie. Um mehr über die Krankheit ihrer Freundin zu erfahren, chattete sie einige Monate in Internet-Foren von Magersüchtigen. „Ich fand es seltsam, wie offen die Mädchen mir gegenüber waren“, sagt Julia. Probleme wie Liebeskummer oder Stress mit den Lehrern konnte Julia nachvollziehen – aber ich löse sie nicht mit Hungern, sondern rede mit Freunden und meiner Familie darüber.“ Ihr Lehrer war von dem Artikel so begeistert, daß er in ein Paradedispatch für „Schüler machen Zeitung“ der Klasse zu lesen gab. (ag)

#### DIE ZWEI ARTEN DER ESS-STÖRUNG

**Bulimie (Bulimia nervosa)** ist der Fachausdruck für die Ess- und Brechsucht. Meist beginnt die Erkrankung bei 18- bis 20-jährigen Mädchen. Sie leiden unter unkontrollierten Heißhungerattacken und verschlingen große Mengen. Dann nehmen sie Abführmittel oder erbrechen sich. So haben sie ein normales Gewicht. Die fatalen Folgen: Herzrhythmusstörungen, Nierenschäden, Darmverschluss, Muskelschwäche, Stoffwechselstörungen, Zahmverfall, Menstruationsprobleme. Manche leiden vorher unter Magersucht.

**Magersucht (Anorexia nervosa)** ist eine Essstörung mit lebensbedrohlichem Untergewicht. Trotzdem ühlen sich die Erkrankten dick. Auch sie verwenden Appetitzügler und Abführmittel. Manche magen auf weniger als die Hälfte ihres früheren Gewichts ab und wiegen nur um die 30 Kilo. Die Erkrankung gilt als typisch für die leistungsorientierten Mittelschicht. Mögliche Auslöser: Angst vor dem Erwachsenwerden, vor Übergewicht, Konflikte in der Familie, in der Therapie müssen Betroffene ihr Verhalten als Krankheit erkennen. (cr)



Die Aktion von HypoVereinsbank, Hamburg und dem Hamburger Abendblatt