

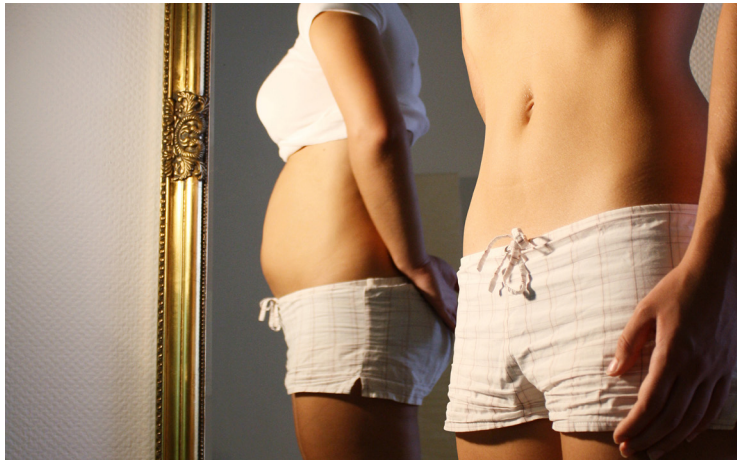
Diäten bergen viele Gefahren

Einstieg in eine gefährliche Essstörung für viele Mädchen und Frauen

■ LINZ (nil). „Sehr oft geht dem Beginn einer Essstörung eine Diät voraus“, weiß Doris Anzengruber vom Linzer Frauengesundheitszentrum. Meist ist die Diät jedoch nicht alleinige Ursache, da die Wurzeln einer Essstörung vielfältig und komplex sind: „Häufig handelt es sich etwa um den Versuch, Kontrolle über sein Leben zu erlangen, das aus den Fugen geraten ist.“

Krankheit verheimlicht

Rund 700 Mal wird die Diagnose „Essstörung“ jährlich in Oberösterreichs Kliniken gestellt. Die Dunkelziffer ist hoch. Hauptsächlich sind junge Mädchen und Frauen betroffen. „Wie sich das aktuelle Schlankeitsideal auf das Verhältnis von Männern zu ihrem Körper auswirkt, wird sich erst in der Zukunft zeigen. Fakt ist, dass Männer ebenso betroffen sind“, so die Klinische und Gesundheitspsychologin. Da Betroffene ihre Krankheit oft verheimlichen, ist es für ihr Umfeld meist nicht leicht, den Beginn einer Essstörung zu erkennen. „Aufmerksam sollte man werden, wenn das Essverhalten angstbesetzt ist bzw. Essen oder Nicht-Essen anfangen, das Leben zu bestimmen. Betroffene ziehen sich immer



Vor allem Magersüchtige leiden oft an einer gravierenden Störung der eigenen Körperwahrnehmung.

Foto: Xenia-Luise/Fotolia

mehr aus den sozialen Kontakten zurück und haben oft einen erhöhten Bewegungsdrang.“ Wer einen Verdacht hegt, sollte zunächst Hintergrundinformationen einholen. „Wichtig ist, nicht zu lange zu warten. Sprechen Sie Ihre Beobachtungen offen und respektvoll an und vermeiden Sie Vorwürfe. Lösungsvorschläge wie ‚Iss doch einfach wieder normal!‘ sind absolut nicht hilfreich. Drücken Sie aus, dass Sie sich sorgen und dass Sie möchten, dass der oder die Betroffene glücklich und gesund wird“, rät Anzengruber. Ein frühes Erkennen erster Anzeichen, eine möglichst frühe Behandlungsaufnahme und

eine zeitnahe Abklärung medizinischer Probleme können positiv für die Dauer und den Verlauf einer Essstörung sein. Wer seine Essstörung nicht behandeln lässt, riskiert, dass sich die Krankheit verschlimmert, zu Folgeerkrankungen führt oder sogar tödlich endet. Mehr lesen Sie mit dem Webcode 1011722 auf www.bezirksrundschau.com

HILFE

Linzer Frauengesundheitszentrum, Kaplanhofstraße 1.
Tel.: **0732/77 44 60**
E-Mail: office@fgz-linz.at
www.fgz-linz.at



Schweißfabrik: neue Sport- und Entspannungsangebote in der Tabakfabrik. Foto: Florian Voggeneder

PGA macht Tabakfabrik zur gesunden Arbeitswelt

■ LINZ (nil). „In einer Welt von prekären Arbeitsverhältnissen, neuen Selbstständigen und Ein-Personen-Unternehmen ist betriebliche Gesundheitsvorsorge oft nicht umsetzbar“, sagt Maria Dietrich, Projektleiterin der „PGA Körper.schafft“. Unter diesem Namen bietet der Gesundheitsverein daher in der Tabakfabrik seit Kurzem Entspannungs-, Sport- und Coachingprogramme in kreativen Räumen: Der Raum „Meat Love“ etwa ist eine Anspielung auf die Ausbeutung junger Kre-

ativer, „die oft zur fleischlichen Ware degradiert werden“. Unter wärmenden Ferkellampen erhält man hier wohltuende Massagen. In der „PGArena“ hingegen kann man beim Sport die Muskeln spielen oder bei Seminaren die Köpfe rauchen lassen. „Wir bieten flexible und für jeden leistbare Angebote direkt am Arbeitsplatz mit niedriger Einstiegsschwelle“, sagt Rüdiger Mayr, Gesundheits-Referee der PGA Körper.schafft. Mehr Infos: www.pga.at/tabakfabrik/koerperschafft.html