Kleine Schwester, große Schwester: Die Krankheit steht bis heute zwischen Greta (24, l.) und Kristina

„Auf einmal wurde meine Schwester immer dünner“

Am liebsten hätte sie Greta geschüttelt: Deren Magersucht belastete die ganze Familie. Wie Kristina Ratsch (25) die Krankheit der Schwester erlebt

Du könntest glatt bei „Germany's Next Topmodel“ mitmachen! Als ich Greta diesen Vorschlag unterbreitete, hörte sie auf, mit mir zu sprechen. Die alberne Modelsuche im TV, wo es nur um Äußerlichkeiten geht, war immer unser gemeinsamer Aufreger gewesen. Meine kleine Schwester und ich, wir standen uns lange supernahe. Wir teilten ein Kinderzimmer, tobten im Wald, gingen zusammen zum Reitunterricht. Wir liebten beide Fanta, Pfannkuchen und Schokoeis, und unsere Vorbilder waren Sophie Scholl und die Wilden Hühner. Denn wir kämpften mit den starken Jungs und trugen die Getränkekästen selbst die Treppen hoch. Doch in diesen Sommerferien in Griechenland vor acht Jahren begann Greta plötzlich, Kalorien zu zählen, und ersetzte das Faulenzen auf der Luftmatratze durch Bahnenschwimmen. Es war die Zeit, in der meine Schwester ganz langsam begann, stiller und dünner zu werden.

Ständig wurde getuschelt – es gab keine Normalität mehr bei uns zu Hause

Ich war die Erste, die Gretas Veränderung bemerkte, denn ich kannte sie gut genug, wusste, dass sie mit ihrem Körper haderte. Bestimmt ist es die Pubertät, da sind ja viele unzufrieden mit sich, beruhigte ich mich. Wir stritten viel während dieser Ferien: über Essen und wie viel davon, über dünne Arme, exzessiven Sport. Am liebsten hätte ich meine Schwester geschüttelt. Aber die Tragweite ihres Verhaltens ahnte da noch keiner … Am Anfang versuchten wir noch, an den gemeinsamen Familienessen festzuhalten. Meine Schwester überwachte, dass keine Sahne an die Soße kam. Ihr wurde gestattet, nur noch Beilagen zu essen. Hauptsache, man saß zusammen am Tisch und konnte überprüfen, ob sie überhaupt etwas aß. Dann begann sie, für sich selbst zu kochen. Meine Mutter akzeptierte alles, was Greta tat – das war für mich das Schlimmste. Sie war von klein auf das umsorgte Nesthäkchen. Nur nicht zu hart anfassen, sonst bekommt sie einen Asthmaanfall … Jetzt löste das krankhafte Verhalten meiner Schwester zu Hause eine aggressive Anspannung aus, der niemand entkommen konnte. Greta schottete sich mehr und mehr ab, verschwieg ihr Gewicht. Nur unserer Mutter gegenüber öffnete sie sich. Das tat sie tuschelnd oder auf Spaziergängen ohne mich, was zu neuen Konflikten führte. Mama packte Greta in Watte, um nicht auch noch den Zugang zu ihr zu verlieren. Ich stand außen vor, fühlte mich übersehen und reagierte mit Sticheleien gegenüber meiner Schwester. Es gab keine Normalität mehr, nur noch Streit. Greta verschwand, und unsere Familie fiel auseinander. Ein Jahr lang drehte sich die Abwärtsspirale, bis sie nur noch Haut und Knochen war – und einen Platz in der Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen bekam.

Lange Ferien in Griechenland sind Familien-Tradition. Bis Kristina auffällt, dass Greta sich verändert …

Die Idylle trügt: Beim Familienfrühstück im Sommer 2011 zählt Greta erstmals jede Kalorie

„Statt zu faulenzen, schwamm sie im Urlaub nur noch Bahnen“

Was bleibt: Kristina und Greta teilen viele unbeschwerte Kindheitserinnerungen

Nach einem Jahr kam Greta in die Klinik – und nun war ich das Problem

Unser Zuhause fühlte sich leer an ohne Greta. Klar, es gab weniger Streit, dafür überschattete eine tiefe Traurigkeit unseren Alltag. Ich begann, jeden Tag zu joggen, strich Süßigkeiten, zählte Kalorien. Der ganze Kreislauf begann von Neuem, diesmal mit mir. Die Magersucht wurde zum still ausgetragenen Wettbewerb zwischen Greta und mir. Rückblickend denke ich, es war mein Hilfeschrei – schließlich war unsere Familie zerbrochen –, und unbewusst benutzte ich dafür dieselbe Methode wie Greta.

Nach einem Jahr wurde meine Schwester aus der Klinik entlassen. Sie war Gretas Rettung an einem schwierigen Punkt. Gesund ist sie noch immer nicht. Ich schaffte irgendwie mein Abitur, ging ins Ausland, und als ich zurückkehrte, war die Situation besser: Ich hatte meine Essprobleme überwunden. Das Familienleben normalisierte sich. Meine kleine Schwester studiert mittlerweile in Tübingen, ich habe in Hamburg meinen Bachelor gemacht. Doch im Moment wohnen wir wegen Corona beide zu Hause. Gleich gibt's Kartoffelsalat mit Gemüseküchlein zum Mittagessen. Für meine Mutter und mich. Greta wird in ihrem Zimmer bleiben. Sie isst weiter allein und lagert ihre Lebensmittel in separaten Kühlschrankfächern. Klingt seltsam? Für uns ein Fortschritt. Anfangs bunkerte sie Lebensmittel in ihrem Zimmer.

Wir haben uns in den letzten Tagen kein einziges Mal gestritten. Wir lachten sogar zusammen. Aber in wen ich verliebt bin, erzähle ich ihr nicht. Mit meiner extrovertierten Art passe ich nicht so gut in Gretas strukturiertes Leben. Die Hoffnung bleibt, dass es, egal, wie aussichtslos die Lage scheint, übermorgen besser sein kann. Ich würde gern mal mit meiner Schwester auf einem Festival feiern oder in eine Bar gehen. Was Schwestern eben so machen. ★

Zum Weiterlesen

Kristinas und mehr Erzählungen von Angehörigen wie Betroffenen im Buch „Vögel im Kopf: Geschichten aus dem Leben seelisch erkrankter Jugendlicher“, von Bernd Gomeringer (Hrsg., u.a.), Hirzel, 24 Euro

Verbündete: In schwierigen Phasen wandte Greta sich an ihre Mutter. Die ältere Schwester Kristina blieb außen vor

Fotos: privat (5), PR

Laura Info

Hilfe für Familien in der Krise

› **Nummer gegen Kummer e.V.** Kostenlose und anonyme Beratung für Eltern per Telefon unter 08 00/111 05 50, Kinder- und Jugendtelefon: 116 111

› **www.bzga-essstoerungen.de** Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet umfangreiche Sachinfos und listet Adressen von seriösen Beratungsstellen.

› **www.anad.de** Anlaufstelle zum Thema Essstörungen mit Selbsttest zum Essverhalten, telefonischer und Online-Beratung sowie deutschlandweiten Klinikadressen.