

HOFFNUNG
Heute kann
Gudrun wieder
unbeschwert
Zeit mit beiden
Töchtern,
Kristina (l.)
und Greta,
verbringen


Wir
feiern alle
Mütter

**„Mutterliebe allein
hat einfach nicht
mehr gereicht...“**

Was tun, wenn die Tochter jede Nahrung verweigert? Gudrun Himpel (60) zwischen bedingungsloser Liebe, Ohnmacht und Verzweiflung. Ein bewegendes Protokoll

Protokoll: Sibylle Royal Fotos: Tobias Gerber

Es gab Zeiten, da freute ich mich auf den Small Talk an der Supermarktkasse. Dass eine Fremde mich übers Wechselgeld anlächelt und mit mir womöglich belanglose, aber freundliche Worte tauscht. Es gab Zeiten, da war es zu Hause die Hölle.

Ganz langsam wurde sie immer stiller und dünner

An Ratatouille mag ich nicht mal mehr denken, denn die Mittagessen waren das Schlimmste: Meine jüngste Tochter Greta bestimmte, welches Gericht mein Freund zubereiten sollte. Am liebsten Gemüse. Holger war genervt, weil sie ständig kontrollierte, ob er auch ja keine Sahne oder Zucker daruntermischte. Ihre ältere Schwester Kristina jammerte, dass das doch so nicht schmecken würde, und piesackte Greta. Und ich? Stand dazwischen und versuchte, an jeder Front die Wogen zu glätten.

Seit meiner Scheidung 2005 leben wir als Drei-Mädels-Familie in Altensteig, einem kleinen Ort im Nordschwarzwald. Kristina und Greta teilten sich lange das Kinderzimmer, sie standen sich sehr nahe, tobten durch den Wald, radelten gemeinsam zum Reitunterricht. Sie liebten Zitronenlimo, Pommes, Pfannkuchen und Schokoladeneis. Die Klassiker im Griechenlandurlaub, den wir traditionell im Haus meiner Schwester auf der Halbinsel Peloponnes verbrachten. Bis Greta ganz langsam begann, immer stiller und dünner zu werden.

Ihre große Schwester war die Erste, die es bemerkte. Ich dachte anfangs nicht, dass es weiter schlimm wäre. Unter Gretas weiten Sweatern erkannte man nicht, wie zerbrechlich sie bereits aussah. Umso größer der Schock, als Greta im Urlaub aufgelöst vor mir stand und sagte: „Mama, ich bin krank im Kopf!“ Weinend erklärte sie mir, dass sie gar nicht mehr aufhören könne, an Essen zu denken. Erst später verstand ich: Es gab keine Waage im Ferienhaus. Aus lauter Angst zuzunehmen aß Greta ab diesem Abend so gut wie nichts mehr. Manchmal schaffte ich es, sie zu einem winzigen Stück Fisch zu über-

reden. Aber Zwingen funktionierte nicht. Tagsüber versuchte ich, geduldig auf Greta einzureden, nachts schlief ich kaum vor lauter Verzweiflung. Ich weiß noch, wie ich sie als Säugling stillte, wie glücklich jedes Gramm, jede Babyspeckrolle mich machte. Und jetzt, mit 14, verweigerte mein großes Kind plötzlich alle Nahrung! Essen ist doch lebensnotwendig. „Sie ist ein Teenager, das renkt sich zu Hause wieder ein“, versuchte meine Schwester mich zu trösten. Ich wollte es auch nicht dramatisieren und sie gleich zum Therapeuten schleppen. Aber nichts wurde besser. Im Gegenteil.

Greta entwickelte fortlaufend neue Störungen. Zeitweise zerkleinerte sie jede Mahlzeit mit den Händen. Ich tolerierte ihre Ticks, immer in der Hoffnung, dass sie überhaupt etwas zu sich nimmt. Selbstverständlich fuhr ich nach der Arbeit die fünf Kilometer zum Reformhaus, wo es doch die Laugenbrezel gab, die meine Kleine noch mochte. Ich instruierte sogar die Verkäuferin nach Gretas Wünschen, dass ich nur eine besonders leichte, wohlgeformte Brezel kaufen könne, mit möglichst wenig Salz darauf. Einmal nahm Greta im Restaurant die Kartoffel vom Teller und tupfte sie unter dem Tisch von jeglichen Butterresten frei. Egal, Hauptsache, Greta aß.

Der tagtägliche Wahnsinn: wenn Vertrauen zu Aggression führt

Es war schlimm, sie leiden zu sehen, die Ohnmacht brutal. Zuerst entglitt mir das Kind, dann überschattete ihre Krankheit die ganze Familie. Einerseits war ich froh, dass Greta sich mir hinter verschlossenen Türen anvertraute. Andererseits fühlte Kristina sich außen vor und reagierte immer aggressiver. Ich wollte doch beiden gerecht werden. Irgendwann frühstückte ich erst drei Löffel Müsli mit der einen,

ENDLICH FREI
Greta wurde ein Jahr in der Kinder- und Jugendpsychiatrie behandelt: „Wie eine Haft ohne absehbares Ende. Lebenslang.“



In der Klinik erkannte ich meine Schwachpunkte

Greta isst wieder gern – aber immer kontrolliert, ihr Gewicht stets im Visier

dann drei mit der anderen. Kinder sind das Wundervollste, was einem passieren kann. Aber manchmal

hätte ich mich am liebsten zurückgebeamt in die Zeit, als ich noch Single war und nur für mich Verantwortung trug.

Natürlich sorgte sich auch mein Ex-Mann. Doch er bekam diesen tagtäglichen Wahnsinn nicht mit. Als Greta schon strichdünn war, irritierte es ihn wohl noch immer, dass sie die früher geliebte Fleischwurst nicht aufs Brot legen wollte. Ihre Besuche bei ihm wurden unregelmäßiger. Ich sei zu nachgiebig, müsse einfach härter durchgreifen, warf er mir vor. Aber mit Strenge wäre ich auch nicht weitergekommen, beruhigten mich später die Therapeuten.

Ich googelte im Netz über Magersucht. Das machte mir noch mehr Angst. Irgendwann versagen nämlich die Nieren, das Herz. Bei Anorexie gibt es die höchste Sterblichkeitsrate aller psychischen Krankheiten! Die Sitzungen bei einem niedergelassenen Therapeuten, zu denen ich Greta schließlich anmeldete, brachten leider nichts. Ich konnte zusehen, wie sie weiter abnahm. Unser Hausarzt



VERBÜNDETE
Die Krankheit wird immer ein Thema bleiben – aber die Familie hält zusammen

Ich durfte auch meine zweite Tochter nicht übersehen!

Gudrun teilte sogar ihre Frühstückszeit, um beiden gerecht zu werden

sagte, wenn sie noch mehr Gewicht verliert, sollte sie in eine Klinik.

Ein Jahr nach unserem letzten gemeinsamen Sommerurlaub erhielt Greta einen Platz in der Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen. Da wog sie vielleicht noch 42 Kilo bei einer Größe von 1,68 Meter. Greta allein zurückzulassen, nur noch ihr schmales Gesicht hinter den gelben Klinikfenstern zu sehen zerriss mir fast das Herz. Aber ich klammerte mich an die Hoffnung: Sie wird doch wieder gesund, oder? Verantwortung abgeben zu dürfen war gleichzeitig eine Erleichterung, und in der Klinik nahm Greta erstmals zu. Kristina und ich machten es uns zu Hause gemütlich, genossen normale Restaurantbesuche, verbrachten ein Wochenende in Paris. Ein kurzes Durchatmen.

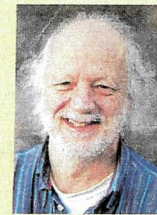
Ob es jemals eine Antwort gibt auf die Frage nach dem Warum?

Denn plötzlich wurde Kristina immer dünner. Beim Langlaufen kam sie den Berg nicht mehr hoch, weil ihr die Kraft fehlte. Ich denke, es war Kristinas Hilferuf – unsere Familie war schließlich zerbrochen –, und unbewusst wählte sie dieselbe Methode wie ihre jüngere Schwester. Natürlich fragt man sich: Warum? Ist es vielleicht eine Reaktion

auf unsere Scheidung? Aber gibt es nicht Millionen Trennungskinder, die keine Essstörung entwickeln? Ihr Vater und ich, wir hatten uns immer viel Zeit für sie genommen, unsere Töchter erfuhren absolute Liebe. Wo also lag der Fehler? Heute denke ich, wahrscheinlich gibt es nicht den einen Grund, und das Warum ist auch nicht so wichtig wie der Weg, den wir aus der Krankheit finden mussten.

Nach einem Jahr wurde Greta entlassen. Nicht geheilt, aber die akute Notsituation war behoben. Kristina schrieb gerade ihr Abi. Leider flammte jetzt der Kampf zu Hause wieder auf: Was meine Töchter mir alles vorwarfen! Ich erinnere nicht jedes Detail, aber viele Tränen, verletzende Worte, bitterböse Streits. Die Situation spitzte sich derart zu, dass ich eine Einzimmerwohnung anmietete, in der die Mädchen abwechselnd übernachteten. Ich dachte, es sei das Beste, sie räumlich zu trennen. Aber das Alleinsein ängstigte beide sehr. Nach dem Abi ging Kristina ins Ausland, und als sie zurückkehrte, war die Situation besser. Sie hatte ihre Essprobleme überwunden. Das Familienleben entspannte sich.

Und heute? Greta studiert Jura. Sie wiegt immer noch zu wenig, kann nicht unbefangen essen. Aber sie hat ihren Weg gefunden, mit der Krankheit umzugehen. Im Restaurant isst sie manchmal ein ganzes Schnitzel. Kristina hat in Hamburg ihren Bachelor gemacht und wohnt wegen Corona gerade wieder zu Hause. Ohne Streit, wir können lachen. Letzte Woche waren wir sogar zu dritt Eis essen. Eine bestimmte Kalorienzahl am Tag



DR. GOTTFRIED MARIA BARTH
Psychotherapeut

Stellvertretender
Ärztliche Direktor der
Kinder- und Jugend-
psychiatrie Tübingen

„Bei uns landet nur die Spitze“

Laut Studien zeigen immer mehr Kinder psychische Auffälligkeiten. Nimmt auch die Zahl der Hilfesuchenden in Kliniken zu? Ja, seit Oktober kommen mehr Patienten in die Notaufnahme, und unsere Akutstation ist massiv überbelegt. Dabei landet hier nur die Spitze des Eisbergs.

Warum verstärken sich ausgerechnet Essstörungen? Sie sind eine Art Selbstheilungsversuch: Die globale Pandemie können wir nicht kontrollieren – unsere Nahrungsaufnahme schon! Wenn feste Tagesstrukturen fehlen, geben Essensrituale, genauso wie etwa Zwangsstörungen, Kontrolle zurück. Und weil soziale Kontakte fehlen, kreisen die Gedanken Betroffener noch mehr um sie selbst.

Erkennen Eltern im Lockdown die Krankheit schneller? Je näher man dran ist, desto schwerer erkennt man sie. Zumeist erkranken intelligente, willensstarke junge Frauen! Doch die zügige Therapie ist wichtig: Jeder Tag mehr, an dem sich die Gedanken tiefer eingraben, verfestigt die Störung.



TIPP Macht Mut und kämpft gegen das Stigma seelischer Erkrankungen: In „Vögel im Kopf“ (24 Euro, Hirzel Verlag) erzählen Betroffene und ihre Angehörigen

reserviert Greta sich immer für Süßigkeiten. Natürlich mache ich mir Sorgen um die Spätfolgen der Magersucht. Osteoporose wäre das Harmloseste. Ich werde wohl nie ganz loslassen, egal, wie alt meine Töchter sind. Aber es ist gut, dass sie den sicheren Hafen haben. Mein Alltag verläuft heute in ruhigen Bahnen. Ich arbeite, freue mich aufs Mittagessen mit allen. Manchmal vergesse ich sogar die Magersucht. Dann kommt ein Anruf, und ich merke sofort, wie ich auf die Zwischentöne in den Stimmen meiner Töchter achte. Ob es wieder losgeht? Mutter ist man ein Leben lang. ■