



Liebe Ana...

Liebe Ana,

Du bist besonders. Du bist stark, ehrgeizig und ehrlich. Viele mögen dich nicht, selbst die Ärzte sprechen über dich, als wärest du schlecht. Sie nennen dich Anorexia Nervosa, es klingt bescheuert, ich weiß, aber du lässt dich trotzdem nicht unterkriegen. Ich wünschte manchmal, ich könnte das auch.

Du bist die einzige, die mir die Wahrheit sagt, die einzige, die mir hilft, schön zu werden. Meine anderen Freunde lügen mir andauernd ins Gesicht, wenn ich sie frage, ob ich zu dick sei. Sie sagen immer, ich solle keinen Quatsch erzählen, ich hätte eine absolut schöne Figur, doch ich weiß, dass sie lügen. Ich bin ja nicht blind und du auch nicht. Immer, wenn ich kurz davor bin zu essen, sagst du mir, dass ich mich zügeln soll, da ich sonst wieder zunehmen werde.

Selbst meine Eltern lügen mich an, dabei sollten sie doch ehrlich sein, oder nicht? Warum sagt mir niemand außer dir einfach die Wahrheit? Ich komme damit klar, immerhin würden sie mir damit helfen, dass ich endlich schön werden kann.

Schön. Das will ich werden. Und das werde ich auch, weil ich hart daran arbeite. Ich werde manchmal schwach, aber ich bin ja nicht allein. Ich habe dich und du bist immer da und sagst mir, was ich zu tun habe.

Ich bin dir so unglaublich dankbar. Ich sehe und spüre die Veränderung. Mein Bauch schwabbelt nicht mehr so sehr

wie am Anfang und ich bin viel gelenkiger. Außerdem gucken die Menschen auf der Straße, mir viel öfter hinterher. Ich kann in ihren Augen ihre Bewunderung sehen, aber auch Neid. Mir gefällt das. Es zeigt mir, dass sie zu schwach sind, um so viel zu erreichen zu können, wie ich. Sie wollen bestimmt auch eine Freundin wie dich, Ana, aber die muss man sich auch verdienen. Immerhin besteht eine Freundschaft darin zu geben und zu nehmen. Du hilfst mir, aber dafür erwartest du auch Ergebnisse, die ich dir schulde. Versprochen ist versprochen und ich muss mein Versprechen einhalten, wunderschön zu werden, erst dann sind wir quitt.

Ich weiß, dass meine Eltern sich für mich schämen. Ihre fette Tochter, die sich nicht genug anstrengt, die nur faul herumsitzt und alles Essbare in sich hineinstopft, die nicht mal annähernd so schön ist wie die Frauen im Fernsehen. Ich will auch so sein wie sie. Ich will stolz auf meinen Körper sein können. Ich will keine Angst mehr haben müssen, dass mir eine Hose nicht passt. Ich will schlank, begehrenswert, einfach schön sein. Ist das denn zu viel verlangt oder wieso werde ich die ganze Zeit belogen? Vielleicht sind diese „Freunde“ ja auch einfach neidisch. Vielleicht wollen sie nicht, dass ich schön werde. Ja genau das muss es sein! Ich sehe jeden Morgen meine speckigen Beine und Arme, die Wölbung an meinem Bauch. Immer wieder muss ich mich an diesen Anblick erinnern, dass ich es schaffe ins Kino zu gehen, ohne Popcorn zu holen oder das Abendessen ausfallen zu lassen. Immer wenn ich es schaffe, sehe ich, dass der Speck an meinem Körper weniger wird.

Jedes Mal, wenn ich auf der Waage stehe und es wieder ein paar Kilo weniger sind, kann ich mir dein stolzes Lächeln vorstellen, wie du mir aufmunternd zuzwinkerst oder mich glücklich in den Arm nimmst. Es wäre so schön, wenn das möglich wäre, aber ich erwarte zu viel. Wenigstens unterstützt du mich, so sehr du kannst, genauso wie du alle vor mir unterstützt hast.

Danke Ana.

In Liebe,

-O

Liebe Ana,

Du wärst so stolz auf mich, wenn du jetzt hier wärst! Ich hab fast die ganze Woche nur einen Apfel pro Tag gegessen und ich hab endlich 8 Kilo abgenommen. Ich hab alles getan, was du mir gesagt hast. Ich hab literweise Wasser getrunken, jedes Mal, wenn ich gegessen habe, sofort Sport gemacht und zu allem über 300 Kalorien Nein gesagt.

Nur ein einziges Mal habe ich einen Schokoriegel gegessen, den mir meine Mutter angedreht hatte. Aber keine Sorge, den bin ich sofort wieder losgeworden.

Ich versuche, nächste Woche dann nur noch einen halben Apfel zu essen oder stattdessen Knäckebrot, das soll nämlich auch total gut zum Abnehmen sein, hab ich gelesen. Das einzige Problem ist so eine Gruppe an meiner Schule... nun ja, sie sind nicht gerade nett zu mir. Ehrlich gesagt, sind sie ziemlich gemein. Sie müssen mir doch nicht jedes Mal ins Gesicht sagen, wie fett ich bin. Das weiß ich doch auch so.

Aber ich muss ihnen auch dankbar sein, ich meine, hätten sie mir nicht klargemacht, dass ich etwas ändern muss,

hätte ich dich nie kennengelernt. Das wäre wirklich schade, denn du bist ja irgendwie meine einzige wirkliche Freundin. Die anderen lachen wahrscheinlich hinter meinem Rücken über mich, über das faule, hässliche, fette Mädchen, das denkt, es hätte Freunde. Wir haben uns am Mittwoch gestritten. Sie meinten, ich solle mal was essen und fragten, was denn mit mir los sei. Und dabei hatten sie diesen gespielt besorgten Blick aufgesetzt. Als ob es sie wirklich interessieren würde, wie es mir geht! Sie sind doch bloß neidisch, weil sie sich eben nicht so gut beherrschen können wie ich. Und deshalb versuchen sie, mich zum Essen zu zwingen, damit alles, was ich bisher erreicht habe, wieder zunichte gemacht wird. Aber was kann ich gegen sie machen? Wenn ich die Freundschaft beende, werden sie bestimmt auf mir rumtrampeln – genau wie alle anderen.

Ich hoffe du unterstützt mich weiterhin! Danke Ana.

In Liebe,

-O

Assya Jomrok, 9. Klasse

Was ist Anorexie oder Anorexia Nervosa überhaupt?

Anorexie oder Anorexia Nervosa ist die lateinische Bezeichnung für Magersucht. Die Betroffenen verweigern die Nahrungszufuhr, weshalb sie rasant abnehmen, damit ist Anorexia Nervosa eine Essstörung.

In Deutschland erkrankten Mädchen im Jahr 2008 am häufigsten im Alter von 16 Jahren mit einer Betroffenenrate von 35,2%. Bei Jungen liegt die Rate allerdings mit 11 Jahren am höchsten mit 19,5%.

Die Ursachen sind von Person zu Person unterschiedlich und komplex, doch häufig spielen dabei der Wunsch nach Kontrolle, das Druckmittel gegen die Eltern und der Wunsch, dem Schönheitsideal zu entsprechen, eine Rolle.

2008 starben in Deutschland insgesamt 100 Menschen an Anorexie.

Nur ca. die Hälfte aller Erkrankten kann geheilt werden, die andere Hälfte bleibt entweder anorektisch oder geht zu einer anderen Essstörung, der Bulimie, über, bei der die Betroffenen durch häufige Fressattacken geplagt werden, die sie durch das absichtliche Erbrechen auszugleichen versuchen.

Hilfe für Angehörige und Betroffene in Berlin:

Dick u. Dünn e.V.

Beratungszentrum bei Ess-Störungen

Innsbrucker Str. 37

10825 Berlin-Schöneberg

Telefon: 854 49 94

Telefax: 854 84 42

E-Mail: info@dick-und-duenn-berlin.de

Website: www.dick-und-duenn-berlin.de