

Therapie der Magersucht (Anorexia nervosa) mit Hypnose

03.05.2011, 18:20 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Praxis für klinische Hypnose, Stuttgart*

Die Magersucht (Anorexia nervosa) ist eine psychische bedingte Essstörung. Ca. 0,7% der weiblichen Jugendlichen sind betroffen. Die Erkrankung beginnt meist im Teenager-Alter, sie kann jedoch bereits vor Eintritt der Pubertät und selten auch bei Erwachsenen auftreten. Weniger als 10% der Erkrankten sind männlich. Die Magersucht ist eine schwere Erkrankung mit ca. 15 Prozent tödlichem Ausgang. Die Essstörung entwickelt sich meist allmählich und wird oft so lange wie möglich verheimlicht. Dabei sind die Übergänge zwischen der Essstörung und einem gesunden Essverhalten fließend. Die Gewichtsabnahme wird von einigen Magersüchtigen durch Erbrechen, Einnahme von Appetitzüglern, Laxantien (Abführmitteln) oder Entwässerungsmitteln (Diuretika) und durch exzessiv betriebenen Sport beschleunigt. Trotz des extremen Untergewichts nehmen sich die Erkrankten auf Grund einer Körperschemastörung als zu dick wahr.

Das starke Untergewicht führt zu körperlichen Folgen wie niedriger Blutdruck, verlangsamter Herzschlag, , Herzrhythmusstörungen mit plötzlichem Herztod, Störungen der Elektrolyte, insbesondere Kaliummangel, Blutarmut, Verminderung der Leukozyten und Thrombozyten, Hormonstörungen mit Amenorrhoe und Osteoporose mit erhöhtem Frakturrisiko.

Wie kommt es zu dieser schweren Erkrankung?

In den Massenmedien und der Werbung wird Schlankheit als Schönheitsideal mit beruflichem und sozialem Erfolg verknüpft. Extrem schlanke Frauen werden als Vorbilder dargestellt, denen man nacheifern will. Die Krankheit beginnt häufig mit einer Diät zur Gewichtsabnahme und kann durch die Beachtung oder Bewunderung der Schlankheit verstärkt werden. Es entstehen die gestörte Wahrnehmung des eigenen Körpers (Störung des „Körperschemas“) und irrationale Ängste vor dem Dickwerden.

Ungünstige Bedingungen in den Herkunftsfamilien („adverse parenting“) werden als ursächlich für die Entwicklung einer Anorexie gesehen. Meist macht die Familie nach außen einen scheinbar unauffälligen Eindruck. Es herrscht jedoch ein Klima von emotionaler Kälte, wenig positiver Zuwendung oder Ablehnung vor. Dazu kommen meist hohe Erwartungen und Leistungsanforderungen der Eltern. Die Mütter magersüchtiger Patienten sind häufig übermäßig ängstlich und wenig selbstbewusst. Konflikte und Gefühle wie Wut, Zorn oder Ängste werden verdrängt, um die brüchige Harmonie nicht zu gefährden. Den Kindern wird oft keine Privatsphäre eingeräumt. Gelegentlich findet man in der Vorgeschichte auch traumatische Erlebnisse wie z. B. Misshandlungen oder sexuellen Missbrauch.

Eine Hauptursache von Essstörungen ist eine gestörte Mutter-Tochter-Beziehung. Ein zentraler Konflikt der Jugendlichen ist das Streben nach Ablösung aus einer als stark erlebten Abhängigkeit von der Mutter. Die Betroffenen leiden an einem gestörten Selbstwertgefühl, das durch die Gewichtskontrolle, mit der eigene Körper kontrolliert und beherrscht wird, stabilisiert werden soll. Die Kontrolle gibt ihnen das Gefühl autonom und unabhängig zu sein. Die erwachsene, weibliche Identität und die weiblichen Formen werden abgelehnt. Dazu kommen oft Perfektionismus und Zwänge.

Die Anorexiepatienten benötigen eine ärztliche Behandlung sowie eine intensive psychotherapeutischen Betreuung. Mit einer frühzeitigen Behandlung sollten schwerwiegende körperliche und psychische Folgeschäden vermieden werden. Oft ist wegen des ausgeprägten, oft lebensbedrohlichen Untergewichts zunächst eine stationäre Behandlung erforderlich. Die ambulante Hypnosetherapie setzt voraus, dass allmählich Vertrauen aufgebaut werden kann und die Patienten sich auf die Veränderungsarbeit einlassen können.

Bei der Therapie muss berücksichtigt werden, dass die anorektische Patientin die „Symptomträgerin“ eines kranken Familiensystems ist. Deshalb wird eine systemische Familientherapie empfohlen, in die auch die Hypnose einbezogen werden kann. Konflikte, die in der Familie unbewusst ablaufen, müssen sichtbar gemacht und bearbeitet werden. Gefühle sollen zugelassen und direkt ausgedrückt werden. Die Regeln innerhalb des Systems werden verändert. Bessere Kommunikation und soziale Kompetenzen werden angestrebt. Der Veränderungsprozess muss das ganze Familiensystem betreffen, um die Krankheit zu heilen.

Hypnose hilft den Betroffenen Stress abzubauen und abzuschalten. Persönliche Ressourcen können wahrgenommen und eingesetzt werden. Positive Ziele und Möglichkeiten werden beleuchtet. Was kann auf den verschiedenen Ebenen der Erfahrung verändert werden? Eigenverantwortliches, selbstbestimmtes Handeln nach eigenen Wertvorstellungen wird in Trance entwickelt und in Zukunftsprojektion angewandt.

Der positive Kontakt zum Körper wird langsam wieder erworben, die verzerrte Körperwahrnehmung kann so beeinflusst werden.

In der Hypnotherapie werden auch individuelle Ursachen beleuchtet. Unbewusste Konflikte, die zur Entstehung der Anorexie geführt haben und sie aufrecht erhalten, können bewusst gemacht und bearbeitet werden. Die Vergangenheit mit den erlebten Verletzungen, dem Gefühl der Lieblosigkeit und der kalten Familienatmosphäre wird in Altersregression zunächst mit dem nötigen inneren Abstand (Dissoziation) betrachtet, um sie dann innerlich mit den verfügbaren Ressourcen zu verändern. Gelegentlich ist eine Bearbeitung der traumatischen Erlebnisse mit viel Vorsicht erforderlich. Neue Entscheidungen können getroffen werden.

Auch die Selbsthypnose wird erlernt und in die Behandlung integriert

Portrait

Zur Person Dr. med. Johannes Schwinn

Nach meiner Facharztausbildung führte ich als Internist und Diabetologe viele Jahre eine Schwerpunktpraxis für Stoffwechselerkrankungen und Diabetes in Stuttgart.

Bei der langjährigen Begleitung von Menschen mit chronischen Erkrankungen wurde mir immer mehr bewusst, dass die alleinige medizinische Beratung und Therapie oft nicht ausreicht. Dies war für mich bereits vor 20 Jahren der Anlass für die Ausbildung zum NLP-Master und Hypnosepraktiker. Danach folgten zahlreiche Weiterbildungen bis zur Anerkennung als klinischer Hypnosetherapeut der wissenschaftlichen Fachgesellschaft für Hypnose (M.E.G- Milton-Erickson-Gesellschaft für Hypnose), deren Mitglied ich bin.

Ich biete als Arzt mit fundierter Ausbildung und langjähriger Erfahrung eine moderne Form der Hypnose / Hypnotherapie nach Milton H. Erickson an.

Hypnose ist bei einer Vielzahl von seelischen, körperlichen und psychosomatischen Störungen wirksam.

Beispielsweise kann man:

- * intensiveren Zugang zu seinen eigenen Stärken und Gefühlen finden,
- * sich von belastenden Erlebnissen distanzieren und befreien,
- * Blockaden, Ängste und Zwänge überwinden,
- * neue Lösungen entdecken und anwenden,
- * Heilungsprozesse einleiten und unterstützen.

News-ID: 534220 • Views: 2337 (Stand: 06.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/534220/Therapie-der-Magersucht-Anorexia-nervosa-mit-Hypnose.html>