

Alles fing ganz harmlos an...

Ich wollte nur ein bisschen auf meine Linie achten, jedoch verlor ich immer mehr die Kontrolle über mein eigenes Ich. Ich versuchte meine Probleme, Enttäuschungen und Verluste mit nicht essen und mich selber bestrafen zu beseitigen. Anfangs fühlte ich mich gut, wenn ich nichts gegessen hatte und die Waage langsam weniger anzeigte, doch was anfangs nur eine kleine Diät war wurde bald zu einer Sucht. Ich fing an alles zu berechnen, was ich ass. Zahlen, überall diese Zahlen. Die Welt um mich herum blendete ich immer mehr aus. Ich wollte lieber alleine sein, nicht mehr mit meinen Freunden hinaus, denn dann musste ich vielleicht etwas essen. Ich hatte Angst die Kontrolle zu verlieren. Mein Selbstbewusstsein verschwand immer mehr, wie auch mein Lachen und meine Fröhlichkeit. So kam es vermehrt zu Selbstmordgedanken und starken Depressionen.

Die Portionen wurden immer kleiner und meine Listen mit den "verbotenen Lebensmittel" immer grösser. Die Gedanken drehten sich nur noch um das Essen, Abnehmen, dass alle anderen viel schlanker sind. Als dann meine Grossmutter verstarb ging es plötzlich sehr schnell, mein Gewicht verlor ich innert kürzester Zeit. Mit meinen Freunden unternahm ich fast nichts mehr. Ich hatte nur noch Zeit für Sport und meine Sucht. Meine Mutter und Familie wollten es nicht wahr haben, dass ich an Magersucht leide. Sie wollten glauben, wenn ich ihnen sagte, dass ich damit aufhöre, doch als mein Gewicht so bedrohlich tief war, konnten auch sie nicht mehr länger zuschauen und hoffen. So wurde ich gegen meinen Willen ins Spital eingeliefert. Ich war am Boden zerstört, konnte nicht glauben, dass meine Eltern mich einfach so weggeben würden. Der Aufenthalt im Spital war sehr hart für mich anfangs, jedoch weiss ich heute, dass es die beste Lösung war um aus dieser Sucht heraus zu kommen.

Durch die Therapien lernte ich über meine Probleme zu reden, durch die Ernährungsberatung, was es braucht damit man genügend Energie hat für den ganzen Tag, und mit der Physiotherapie lernte ich meine Körper wieder zu spüren, gern zu haben. Ich lernte wieder Freunde kennen mit einigen habe ich sogar bis heute noch Kontakt.

Erst als ich im Spital war, wurde mir so richtig klar, dass ich süchtig bin und es so nicht weiter gehen kann, dass ich etwas ändern muss, wenn ich wieder da hinaus möchte, also fing ich an wieder zu essen und je mehr Kilos ich auf die Waage brachte umso mehr verschwanden auch meine Depressionen und Selbstmordgedanken, ich konnte vermehrt wieder lachen und mich freuen. Nach fast fünf Monaten, hatte ich dann endlich mein Zielgewicht erreicht und ich durfte wieder nach Hause. Dies war eine sehr harte und lange Zeit für mich.

Ich konnte mit der Lehre als Pharma Assistentin beginnen. Jedoch war dies nicht so mein Beruf und ich brach die Lehre ab, dies brachte mich noch einmal in ein Tief und ich wurde wieder rückfällig. Deshalb ging ich dann auf Zürich in eine Therapiestation für Jugendliche, die spezialisiert auf Essstörungen ist. Ich lernte schnell neue Leute kennen. Wir hatten es alles sehr gut untereinander und wir motivierten, unterstützten uns gegenseitig. Die Zeit dort war sehr lehrreich für mich. Ich habe gemerkt, wenn ich es nicht wirklich selber will, gesund werden, so komme ich nie aus dieser Sucht. Nur ich alleine kann und muss etwas ändern. Mir wurde klar, dass ich noch viel zu jung bin und noch so viel vor mir habe.

Als ich aus der Therapiestation austreten konnte machte ich nachher zwei Jahre ein Praktikum in einer Kinderkrippe. Meine Lebensfreude kam immer mehr zurück. Das Essen stand nicht mehr so im Vordergrund. Der Weg zurück ins Leben hatte begonnen.

Als ich dann 2012 mit der Lehre als Fachfrau Hauswirtschaft begonnen hatte, ging es immer mehr bergauf. Ich lernte meinen jetzigen Freund kennen, es dauerte zwar ein Jahr bis ich mich öffnen konnte für ihn, doch seit wir zusammen sind konnte ich Fortschritte machen. Er unterstützt mich sehr! Durch ihn habe ich den letzten Rest an Lebensfreude wieder gefunden und den Sinn des Lebens.

Es lohnt sich wirklich gegen diese Krankheit zu kämpfen. Es ist nicht leicht, doch wenn man es wirklich will, kann man es schaffen! Viel Kraft!!

August 2014