



indirizzo | Consultorio DELTA
via Cattori 5
6600 Locarno
tel e fax | 091 - 751 07 17
e-mail | info@consultoriodelta.ch
web | www.consultoriodelta.ch
ccp. | 65-234345-1



Gazette

Infos

Editorial

Die Worte des Buchhalters

Man wusste schon, dass das Jahr 2008 schwierig wird, da abzusehen war, dass einige Stiftungen, die die Startfase unterstützt hatten, ihre jährliche Spende einstellten. Wir profitieren hier und bedanken uns bei den Stiftungen, die den start up der Beratungsstelle DELTA ermöglichten. Aber jetzt hat schon ein neues Jahr angefangen, das noch schwieriger ist, wissend, dass alles in den Händen Gottes liegt. Jede Eurer Spende ist für uns ein Geschenk Gottes, da viele Klienten den vollen Tarif der Beratung nicht zahlen können, wird dies durch Spenden gedeckt. Herzlichen Dank für eure Unterstützung und wisst ihr, dass wir mehr den je eure Hilfe in Form von Gebeten und auch finanziell nötig haben. Ich möchte euch auch erinnern, dass eine Mitgliedschaft des Vereins DELTA, mit dem Mitgliederbeitrag von Fr. 100.-, eine Art ist die Beratungsstelle finanziell zu unterstützen. Falls ihr mehr wissen wollt, gibt der Vorstand gerne Auskunft.

Daniele Ventura

Daten 2009

Samstag 9. Mai 2009

um 20.00 Uhr, in Muralto
Seminar mit Claire-Lise Ollier,
Beraterin FORRAC (in F.) und
Verantwortliche des Caffè Vita
Növa in Locarno

Thema: Essstörungen

Details siehe beigelegtes Flyer

Freitagabend 16. und Samstag 17. Oktober 2009

in Zusammenarbeit mit dem Centro
Evangelico Patmos in Caslano
Seminar mit Licia und Gianni
Saillen (*Verein Insieme - Italien*)

Thema: Familie, Ehe, Erziehung

Dettagli seguiranno

Dienstag 21. April 2009

um 20.00 Uhr, in Locarno via
Vallemaggia 23

*Einladung zur **Generalversammlung des Vereins DELTA***

*Alle sind herzlich eingeladen, auch
nicht Mitglieder!*

Gazette

APRIL 2009 N°13

Liebe FreundInnen,

in dieser Zeit in der wir aus verschiedenen Quellen genötigt werden, uns mit dem Konzept Krise auseinanderzusetzen, ist es ein grosses Privileg, sich mit dem bekanntesten Psalmist aus der Bibel, David, der trotz der erlebten Tragödien sagen konnte „ich werde nicht wanken!“ übereinzustimmen. Er kam zu dieser Überzeugung, weil er Gott mehr vertraute als den Umständen. Einige Leute haben mehr Mühe als andere, diese innere Überzeugung zu finden, die erlaubt, trotz den schwierigen Umständen gut zu leben. Viele beschwerten sich „wo ist Gott in meinem Leiden?“ und es ist besser, keinen banalen Rat zu geben in diesen Momenten! Weil wir gerade in diesen Momenten des Leidens einen hilfsbereiten, ermutigenden Gott erleben können, der uns hilft einen Weg des Wachstums

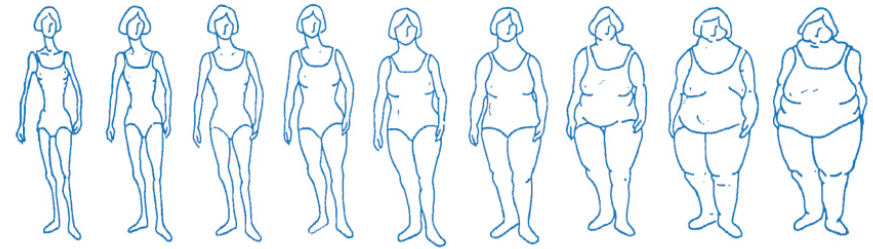
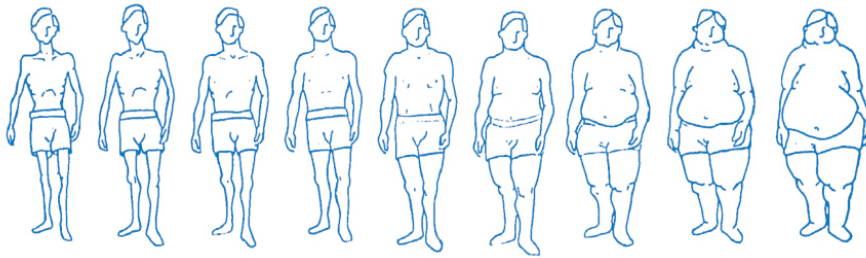


einzuschlagen. Vielleicht ist er länger als wir es uns träumen konnten, in ihm finden wir Perlen der Weisheit, die wir sonst nicht gelernt hätten. Dies war bei Claire-Lise so, die durch ihr Leiden jetzt bereit ist, anderen zu helfen. Ich bin der Überzeugung, dass bei einer Thematik wie der schwierige Umgang mit dem Essen, es nicht einfach ist, dies wirklich zu verstehen, vor allem für diejenigen, die die wunderbaren Momente eines feinen Essens ganz geniessen können. Die Theorie kann uns helfen die Dynamik zu verstehen, aber was die Theorie nicht kann, ist das grosse innere Leiden der Betroffenen zu verstehen. Claire-Lise, mit ihrer Geschichte, weiss wie die Theorie mit der Erfahrung zu verknüpfen, um optimale Informationen an alle Interessierten am Thema und an die, die in diesem Leiden gefangen sind, zu geben. Hiermit bleibt mir nur, Euch eine gute Lektüre zu wünschen und Euch an unser nächstes Seminareinzuladen!

Claudio

Claudio Agosta





essstörungen

essstörungen

Esstörungen

Oder; wenn der Umgang mit dem Essen zum Zwang wird.

Viele Leute, Frauen wie Männer, leiden heimlich und einsam an diesem Zwang. Manchmal wird dieser sichtbar in Über- oder Untergewicht, wobei das Untergewicht in der heutigen Gesellschaft als gut und schön anerkannt wird. Häufig sieht man den Betroffenen aber überhaupt nichts an. Sie leiden still und heimlich, denken nur ans Essen, ans nicht zu viel Essen oder daran, wie man die gegessenen Kalorien wieder runter trainieren kann. Dies beansprucht die Gedanken viele Stunden am Tag und limitiert!

Es gibt drei Krankheitsbilder bei den Essstörungen, wobei die Übergänge fließend sind:

Magersucht (Anorexia nervosa): Anja S. ist viel zu dünn, nur noch Haut und Knochen. Und doch fühlt sie sich zu dick. Während andere das Mittagessen genießen, schiebt sie es hin und her und zählt still Kalorien. Noch häufiger erfindet sie Ausreden, um nicht mit ihren Freundinnen essen zu müssen - sie ist

stolz, sich so im Griff zu haben. Das Abnehmen ist inzwischen zum tagesbestimmenden Inhalt geworden. Anja hat eine gestörte Selbstwahrnehmung, sowie panische Angst vor dem Zunehmen.

Ess-Brechsucht (Bulimia nervosa): Vanessa F. hingegen stopft alle zwei bis drei Tage grosse Mengen von fett- und kohlehydratreichem Essen in sich hinein. Sie isst auch dann weiter, wenn sie schon längst satt ist. Um eine Gewichtszunahme zu verhindern, schluckt sie Abführmittel, erbricht gewollt oder fastet drei Tage lang. Bis sie die nächste Essattacke befällt. Dass sie an Ess-Brech-Sucht (Bulimie) leidet, sieht man ihr nicht an, da sie normalgewichtig ist.

Nicht näher bezeichnete Essstörungen: Zum Beispiel die **Ess-Sucht** (Binge-eating Disorder), hier geht es auch um Essattacken, wobei nachher nicht erbrochen wird, sondern vielleicht „nur“ wieder strikte Diät gehalten wird. Dies führt oft zu Übergewicht! Dabei entsteht schon ein weiteres Problem, das **Übergewicht** (Adipositas).

Diese Störungen werden als Krank-

heiten bezeichnet, da sie extreme gesundheitliche Schäden mit sich bringen. Unbehandelt kann es zu schweren Folgeerkrankungen führen: Kreislaufproblemen, Nierenschäden, Osteoporose, Herzrhythmusstörungen, Schlafproblemen, Diabetes ecc. Zusätzlich können psychische Störungen wie Depressionen, Zwangs- und Angststörungen auftreten. Das Hungerregime der Magersucht kann sogar zum Tod führen: Die Sterblichkeitsrate liegt bei hohen zehn Prozent. Durch die ständige Beschäftigung mit den Themen Essen und Gewicht leiden zudem die sozialen Beziehungen. Ausbildung, Beruf und Freizeitaktivitäten treten in den Hintergrund. Dies führt zu Einsamkeit und somit zu einem zusätzlichen Leidensdruck.

Einige von euch Männer werden jetzt wohl denken, ach wieder so eine Frauenkrankheit! Aber Achtung, Studien haben belegt, dass etwa ein Drittel der Esssucht (BED)-Patienten Männer sind. Wie kann es aber dazu kommen, dass jemand an einer Essstörung leidet? So verschieden die Ausprägungen solch krankhaften Verhaltens sind, allen ist eines gemein-

sam: ein zwanghafter Umgang mit dem Essen und die ständige Kontrolle des Gewichts. Dahinter können verschiedene Gründe stecken: Abgrenzung von der Familie, Flucht vor der realen Welt, ein übertriebenes Schönheitsideal, Verdrängung des Erwachsenwerdens und der Weiblich/Männlichkeit, familiärer Leistungs- und Erfolgsdruck. Oder auch die Suche nach einem Weg, die innere Leere auszufüllen.

Es gibt heute eine Vielfalt von Therapieformen und Hilfsmöglichkeiten. Ziel ist es, sowohl das Essverhalten zu beeinflussen als auch das zugrundeliegende Problem anzugehen. Der Prozess der Heilung dauert meist Jahre. Wichtig zu wissen ist: Je früher mit einer Behandlung begonnen wird, desto grösser sind die Heilungschancen! Im Heilungsprozess kann das Eingreifen und das Vertrauen auf Gott den langen Prozess erleichtern und der/dem Betroffenen immer wieder neuen Mut geben, trotz Rückschlägen nicht aufzugeben!

Jasmine



Jasmine Stauffer