

Pressemitteilung

Münster, 31. Juli 2008

Gewichtsdoping auch bei Hobbysportlern

Gefahr der Sportanorexie wird unterschätzt, weil die Leistung oft lange sehr gut bleibt und sich anfänglich sogar verbessert

Weniger Gewicht gleich bessere sportliche Leistung – dieser Trugschluss macht nicht nur Profisportlern zu schaffen, sondern zunehmend auch denjenigen, die Sport als Hobby betreiben. Im Streben nach persönlicher Höchstleistung werden alle Register gezogen. Neben extremem Training zählt dazu auch die eingeschränkte Nahrungszufuhr. Einer Studie der Universitätsklinik Graz zufolge birgt die Sportanorexie vor allem bei Frauen, Kindern und Jugendlichen die Gefahr, sich zu einer chronischen Magersucht auszuwachsen. Doch auch Männer trainieren sich krank.

„Sportanorektiker hungern, um ihre Leistung zu steigern. Die Gewichtsabnahme ist also zielgerichtet, zum Beispiel um bei einem Marathon eine persönliche Bestzeit zu laufen. Weil keine Körperschemastörung vorliegt, wird die Anorexia athletica klinisch nicht zu den Essstörungen gezählt. Dennoch ist das Essverhalten gestört und die Grenze zur Magersucht oft fließend“, erklärt Birgit Mauler, Leitende Psychologin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster.

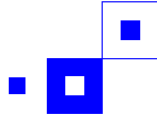
Die Gefahr besteht darin, dass sich die Leistung anfänglich tatsächlich steigern und über einen längeren Zeitraum sehr gut bleiben kann. Wird das Körpergewicht für den sportlichen Erfolg oder Misserfolg verantwortlich gemacht, wird das Hungern schnell zur Gewohnheit. Da der Organismus mehr Energie verbraucht als ihm zugeführt wird, mobilisiert er über ein biologisches Notfallprogramm seine letzten Reserven. Dies geht jedoch mit einem veränderten

Kontakt:
Christoph-Dornier-Klinik GmbH
für Psychotherapie
Dr. phil. Birgit Mauler
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Mauler@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:
Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Zülpicher Straße 239
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Fax: 0221/ 261 57 69
Mobil: 0163/361 70 55
E-Mail: info@schepers-pr.de



CHRISTOPH-DORNIER-KLINIK FÜR PSYCHOTHERAPIE

Pressemitteilung

Hormonstoffwechsel einher. Vor allem für Kinder und Jugendliche mit gravierenden Folgen, da sich Wachstum, Geschlechtsentwicklung und Knochenbildung verzögern oder verringern können. Bei Jungen kann es sogar zu einem Wachstumsstopp kommen. Zudem steigt die Infekt- und Verletzungsanfälligkeit, auch bei Erwachsenen. Frauen riskieren Einbußen ihrer Fertilität.

Der Leistungsabfall tritt meist plötzlich und unerwartet ein und lässt sich dann nur schwer revidieren. Aufklärung und ein gesundes Augenmaß sind daher auch für Hobbysportler oberstes Gebot. Eine gute sportliche Leistung ist auf Dauer nur zu erbringen, wenn der Körper ausreichend mit Energie versorgt wird.

„Der moderne Leistungs- und Körperkult ist für die Sportanorexie ein idealer Nährboden. Auch der Freizeitsport dient dann nicht mehr nur der Entspannung und Gesundheit, sondern verstärkt dazu, sich selbst und anderen etwas zu beweisen, nach dem Motto „höher, schneller, weiter“ oder „fitter, jünger, schöner“. Letzteres gilt insbesondere für Frauen“, ergänzt die Essstörungsexpertin Birgit Mauler.

Sportanorektiker kompensieren über sportliche Erfolge oft Defizite in anderen Lebensbereichen, um Zweifel oder Sinnfragen zu verdrängen. Wenn sich ihr Leistungsgedanke aber aus einem schwachen Selbstwertgefühl speist, laufen sie Gefahr zu entgleisen. Aufmerksamkeit ist geboten, wenn das Training immer mehr Raum einnimmt und die Gedanken zunehmend um Gewichtsreduktion und Ernährung kreisen.

Kontakt:
Christoph-Dornier-Klinik GmbH
für Psychotherapie
Dr. phil. Birgit Mauler
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Mauler@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:
Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Zülpicher Straße 239
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Fax: 0221/ 261 57 69
Mobil: 0163/361 70 55
E-Mail: info@schepers-pr.de