



REGENSBURG
www.donau-post.de

Die Polizei meldet

Schüsse in der Nachbarschaft

Am Sonntag gegen 17 Uhr schoss ein angetrunkenen 58-Jähriger mehrmals mit einem Schreckschuss-Revolver aus seinem Wohnungsfenster. Anwohner in der Hermann-Geib-Straße riefen die Polizei. Beamte der Regensburger Polizei konnten die Wohnung ermitteln. Als der Schütze diese kurz darauf verließ, konnte er gefahrlos festgenommen werden. Die Waffe wurde sichergestellt. In ernster Gefahr war durch die Tat offenbar niemand. Der 58-Jährige war deutlich alkoholisiert und musste bei der Polizeiinspektion Süd ausenüchert werden. Gegen ihn wurde Anzeige nach dem Waffengesetz erstattet.

Drogen: BMW rammt Polizeiauto

Am Sonntag gegen 16 Uhr floh der 32-jährige Fahrer eines BMW in der Guerickestraße vor einer Kontrolle durch eine zivile Streife der Polizeiinspektion Süd. Mit hohem Tempo und trotz Rotlicht in der Landshuter Straße fuhr er zuerst stadteinwärts. Dann wendete er, um als Geisterfahrer in östliche Richtung zu fahren. Als er wieder durch die Guerickestraße kam, versperrten ihm die Polizisten die Straße mit einem quergestellten Streifenwagen. Diesen ramnte der Deutsche mit Wohnsitz im Landkreis Eichstätt, wobei beide Fahrzeuge erheblich beschädigt wurden. Ein Polizeibeamter wurde leicht verletzt. Im Anschluss konnte der Mann festgenommen werden. Offenbar stand der 32-Jährige unter Drogen, hatte keinen Führerschein und das Auto war nicht angemeldet. Der Sachschaden wird auf etwa 17000 Euro geschätzt. Zeugen, die durch die Flucht des Mannes gefährdet wurden oder Angaben hierzu machen können, werden gebeten, sich unter Telefon 0941/5062921 bei der Verkehrspolizeiinspektion zu melden.

Straßen im Stadtwesten gesperrt

Regensburg. (red) Aufgrund von Straßenbauarbeiten sowie des Umbaus der Ampelanlage muss die Friedrich-Ebert-Straße voraussichtlich bis 26. März in Höhe des Kindergartens für den Durchgangsverkehr gesperrt werden. Wegen derselben Baumaßnahme ist die Dr.-Gessler-Straße voraussichtlich von Montag, 29. März, bis Freitag, 9. April, von der Friedrich-Ebert-Straße aus kommend für den Durchgangsverkehr gesperrt. Die Umfahrung der Dr.-Gessler-Straße erfolgt über die Klenzestraße. Es kommt außerdem zu einer Umleitung der Buslinien 4 und 10. Informationen zu den Umleitungen gibt es unter www.rvv.de/Umleitungen-Netzinfos im Internet.

Die Domspatzen informieren online

Regensburg. (red) Für Schüler und deren Familien bieten die Domspatzen am Samstag, 27. März, um 14 Uhr eine digitale Info-Veranstaltung an. Spatzen-Zoom informiert aus erster Hand über Chor, Gymnasium, Tagesbetreuung und Internat. Domkapellmeister, Schulleiterin und Internatsdirektor sind live zugeschaltet. Teilnehmer schreiben vorab einfach eine E-Mail an zoom@domspatzen.de und bekommen dann den Zuganglink.



Eine Regensburg-Skyline ohne die markanten Domtürme kann man sich heutzutage nicht mehr vorstellen. Dabei wurden diese erst vor etwas mehr als 150 Jahren fertiggestellt. Davor flankierten unfertige Turmstümpfe jahrhundertlang das mittelalterliche Gotteshaus. Foto: Vanessa Gewehr

Corona verschärft Not von Essgestörten

Die Beratungen von Betroffenen seit dem ersten Lockdown haben zugenommen. Im Gespräch erklärt Claudia Burmeister von der Beratungsstelle Waagnis, woran das liegt.

Interview: Hanna Gibbs

Fachleute schlagen Alarm: Der lange Lockdown hat die Symptomatik vieler essgestörter Menschen verstärkt. Claudia Burmeister, Leiterin der auf Essstörungen spezialisierten Beratungsstelle „Waagnis“ in Regensburg, erklärt, warum.

Donau-Post: Wie wirkt sich die Pandemie auf Menschen mit Essstörungen aus?

Claudia Burmeister: Betroffenen sind Leistung und Perfektionismus oft sehr wichtig. Eine geregelte Tagesstruktur und bestimmte Aufgaben geben ihnen Sicherheit – doch durch Schul- und Unischießungen, Kurzarbeit und Homeoffice fällt vieles davon weg. Für manche Betroffene scheint es, als ob alles außer Kontrolle gerät. Sie legen den Fokus darauf, wenigstens ihr Essverhalten zu kontrollieren. Manche wissen zum Beispiel genau, wie lange sie joggen müssen, damit sie sich ein Frühstück „gönnen“ dürfen. Andere kompensieren ihre Einsamkeit im Lockdown mit Esssucht oder Bulimie.

Kann der Lockdown auch dazu führen, dass sich eine Essstörung erst entwickelt?

Burmeister: Viele erzählen uns, dass die Störungen im Lockdown erst richtig angefangen haben. Teils hatten sie vorher versteckte Essproblematiken, teils gar keine. Bei 90 Prozent unserer Beratungen ist der Lockdown ein großes Thema. Eine kleine Gruppe von Betroffenen bewertet die aktuelle Situation aber auch positiv: Sie haben mehr Zeit für sich und spüren weniger Druck von außen.

Wenden sich mehr Menschen an Ihre Beratungsstelle?

Burmeister: Im vergangenen Frühjahr gab es mit dem ersten Lockdown einen Einbruch bei den Beratungen, doch drei Monate später stiegen die Anfragen stark an. Insgesamt haben wir im vergangenen Jahr 259 Betroffene beraten, 30 mehr als im Vorjahr.

Mit welchen Essstörungen kommen die Betroffenen zur Beratung?

Burmeister: Gut 40 Prozent sind von Magersucht betroffen, der Rest leidet je zur Hälfte an Essbrechsucht (Bulimie) und sonstigen Essstörungen, hierzu gehört vor allem die Esssucht (Binge Eating). Gemeinsam ist den drei Gruppen, dass die Betroffenen sich ständig über Essen Gedanken machen.

Welche Gründe gibt es für Essstörungen?

Burmeister: Grundsätzlich geht es um ein schlechtes Selbstwertgefühl. Verschiedene Faktoren spielen eine Rolle. Zum einen die



Claudia Burmeister, Leiterin der Beratungsstelle „Waagnis“.

Foto: Beratungsstelle Waagnis

Veranlagung: Manche Menschen kommen robuster, manche empfindlicher auf die Welt. Dann kommt es auf das Grundgefühl an, mit dem jemand aufgewachsen ist und das vielleicht nicht ist: Ich bin in Ordnung, so wie ich bin. Und dann spielen auch spätere Beziehungserfahrungen eine Rolle, zum Beispiel Mobbing oder gravierende Erlebnisse wie Trennung und Tod.

Sind Frauen häufiger betroffen?

Burmeister: Zu unseren Beratungen kommen zu 90 Prozent Frauen. Das könnte auch damit zu tun haben, dass Männer sich nicht trauen, sich wegen einer vermeintlichen „Frauen-Krankheit“ Hilfe zu suchen. Der Anteil der Männer wächst allerdings. Eine Randform ist die Muskeldysmorphie. Hier sind Männer extrem auf ihre Ernährung, Sport und ihren Körperbau fixiert, sie eifern oft fitten Muskelpaketen auf Instagram nach, um ihr Selbstbewusstsein zu stärken.

Wie alt sind die Betroffenen?

Burmeister: Die Betroffenen kommen fast aus allen Altersgruppen, relativ viele sind zwischen 20 und 30. Eine typische schwierige Phase ist die Zeit nach dem Schulabschluss, in der die Betroffenen beginnen, einen eigenen Lebensstil

zu entwickeln, was aber doch mit Ängsten verbunden ist. Sie wollen dann wenigstens ihre Figur voll im Griff haben.

Wie helfen Sie Betroffenen?

Burmeister: Für viele ist unsere Beratungsstelle die erste Anlaufstelle. Wir können in Ruhe und ohne Druck klären, ob eine Essstörung vorliegt beziehungsweise wie schwerwiegend sie ist. Wir vermitteln oft Therapien, entweder ambulant bei einem Psychotherapeuten oder in schwerwiegenderen Fällen in einer passenden Klinik. Die Entscheidung liegt natürlich immer beim Patienten. Darüber hinaus bieten wir Gruppentreffen, Ernährungsberatungen, Kurse, Vorträge und in Zusammenarbeit mit dem Therapienetz Essstörung auch ein langfristiges Case-Management an. Derzeit laufen die meisten Angebote übers Telefon oder Videokonferenzen, aber auch persönliche Termine sind möglich.

Wie stehen die Chancen auf Besserung?

Burmeister: Bei Magersucht gilt die grobe Formel: Ein Drittel der Betroffenen wird geheilt, bei einem Drittel gibt es eine deutliche Besserung, bei dem letzten Drittel chronifiziert sich die Krankheit.

Zehn bis 15 Prozent der Betroffenen sterben letztlich daran. Bei Bulimie werden etwa 50 Prozent geheilt, 30 Prozent erleben eine Besserung, 20 Prozent behalten die Krankheit. Beim Binge Eating ist die Prognose etwas besser.

Sind Essstörungen ein Tabuthema?

Burmeister: Viele erzählen uns, dass sie niemals in ihrem Freundeskreis von ihren Problemen berichten würden. Auch vor Eltern oder dem Partner verheimlichen es etliche. Beim Binge Eating schämen sich Betroffene oft. Bulimiker wollen geheim halten, dass sie sich nach Mahlzeiten absichtlich erbrechen. Magersüchtige wiederum wehren sich oft dagegen zu akzeptieren, dass sie krank sind.

Wie können Freunde und Angehörige helfen?

Burmeister: Wichtig ist es, Betroffene anzusprechen – in einem ruhigen Moment und nicht vor anderen. Man könnte sagen: Mir ist aufgefallen, dass du dich verändert hast und ich mach mir Sorgen, magst du mit mir reden? Viele weisen die Hilfe vielleicht zunächst ab, wissen dann aber, dass sie sich an einen wenden können, wenn sie soweit sind. Wir haben auch Gruppen, in denen sich Angehörige austauschen können. Sie sind in der Regel durch das Auftreten der Essstörung völlig verunsichert. Die Reaktionen reichen von Angst über Hilflosigkeit bis zu Schuldgefühlen und Vorwürfen den Betroffenen gegenüber.

HILFE FÜR BETROFFENE

Die Regensburger Beratungsstelle „Waagnis“ bietet Betroffenen von Essstörungen und deren Angehörigen seit 2009 unbürokratisch Hilfe an.

› Betroffene werden in Einzelberatungen und Gruppentreffen auf ihrem Heilungsweg begleitet. Neben Fachleuten beraten auch ehemals selbst Erkrankte.

› Die Beratungsstelle steht für Menschen in der gesamten Oberpfalz zur Verfügung. Finanziert wird sie zum größten Teil vom Bezirk Oberpfalz.

› Träger ist der Verein „Waagnis“, der Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband ist.

› Ab Mai gibt es mit dem „Ambulant unterstützte Wohnen“ ein neues Angebot: Eine Sozialpädagogin besucht Betroffene dabei zwei Mal pro Woche zu Hause.