



GESUNDHEIT

Heilsame Wärme

Ex-Spice-Girl Geri Halliwell litt ebenso darunter wie Prinzessin Victoria von Schweden: Weil die Ursachen für Essstörungen hauptsächlich in der Gesellschaft (Schönheitsideal) oder der Familie (Selbstwertgefühl) gesehen werden, behandelt man Patienten vor allem mit Familien- oder Gesprächstherapien. Schwedische Wissenschaftler haben jetzt entdeckt, dass den Betroffenen zusätzlich mit einer Wärmetherapie geholfen werden kann. Professor Per Södersten vom Anorexia Centre in Stockholm ließ 168 unter Magersucht oder Bulimie leidende Frauen nach dem Essen in einem 40 Grad warmen Raum ruhen. Innerhalb von 14 Monaten hatten 75 Prozent Normalgewicht



Halliwell

erreicht. „Wir konnten diese Patientinnen gesund entlassen, die Rückfallquote betrug nur sieben Prozent“, sagt Södersten. Er erklärt sich den Erfolg damit, dass nahezu alle essgestörten Menschen zu Hyperaktivität neigen. Durch die Hitze wurden sie zu Ruhephasen gezwungen, die ihren Energieverbrauch senkten. Die Wärmetherapie ist Teil einer umfangreichen Behand-

lung, in der die Patienten auch die richtige Essgeschwindigkeit per Computer lernen und psychologisch betreut werden. Södersten entdeckte bei Forschungsarbeiten eine 200 Jahre alte Aufzeichnung eines Londoner Mediziners, der über die positive Wirkung von Hitze auf Magersüchtige berichtete. Södersten: „Diese Therapiemethode ist nicht nur äußerst wirkungsvoll, sondern auch um die Hälfte preiswerter als übliche Therapien.“