

# »Ana« ist ein falsches Luder

Im Internet werden auf mehreren hundert Seiten Magersucht und Bulimie verherrlicht. Das trägt mitunter sektenähnliche Züge.

von Thomas Klaus

Manche Freundinnen sind ein völlig falscher Umgang: Sie tun gar nicht gut – ja, manchmal töten sie sogar. »Ana« ist eine von ihnen. Auf vielen Seiten im Internet taucht sie auf – und das so häufig und so penetrant, dass das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gegen sie mobil macht.

Denn der Frauename ist eine hübsche Abkürzung für eine hässliche Krankheit, und die wird auf mehreren hundert »Pro-Ana«-Seiten im deutschsprachigen Raum verherrlicht. Hinter »Pro Ana« verbirgt sich die Kurzform von »Pro Anorexia«; »Anorexia Nervosa« ist die medizinische Bezeichnung für »Magersucht«. Klicksafe.de, eine europaweite Kampagne für mehr Medienkompetenz, geht sogar noch weiter als das BMFSFJ und spricht von fast 1.000 Seiten in Deutschland, Österreich und der Schweiz, die regelmäßig von mehreren hunderttausend Menschen besucht werden. Artverwandt mit den »Pro-Ana«-Seiten sind die Auftritte von »Pro Mia«, wobei das Wörtchen »Mia« für »Bulimia nervosa« steht – also die Ess-Brech-Sucht. Das Tückische an diesen Internet-Präsenzen aus Sicht des Bundes: Magersucht und Bulimie werden als Lifestyle propagiert. Angestrebt wird die Perfekti-

on des eigenen Körpers. Die Essstörungen sollen nicht besiegt, sondern ausgelebt werden. Dabei besagt die dauerhafte Kernbotschaft: „Du bist immer noch nicht dünn genug!“

## Gebote, Glaubensgrundsätze, Gesetze

»Ana« ist es, die solche Botschaften ins Land trägt. Von vielen der jungen Menschen, die sich der aus den USA herüber geschwappten »Pro-Ana«-Bewegung verschrieben haben, wird diese »Ana« wie eine Freundin wahrgenommen – nicht selten die einzige, der man vertrauen kann und die für einen da ist. Doch die Vertraute verlangt bedingungslosen Gehorsam. Das wird zum Beispiel an den »Zehn Geboten« klar, die nach BMFSFJ-Angaben typisch für »Pro-Ana«-Seiten sind und auf die auch **basta!** bei seinen Internet-Recherchen wiederholt stieß. Eines der Gebote lautet: „Dünn sein ist wichtiger als gesund zu sein!“, ein anderes: „Du bist NIE zu dünn!“ Zu den Geboten gehören ebenfalls: „Die

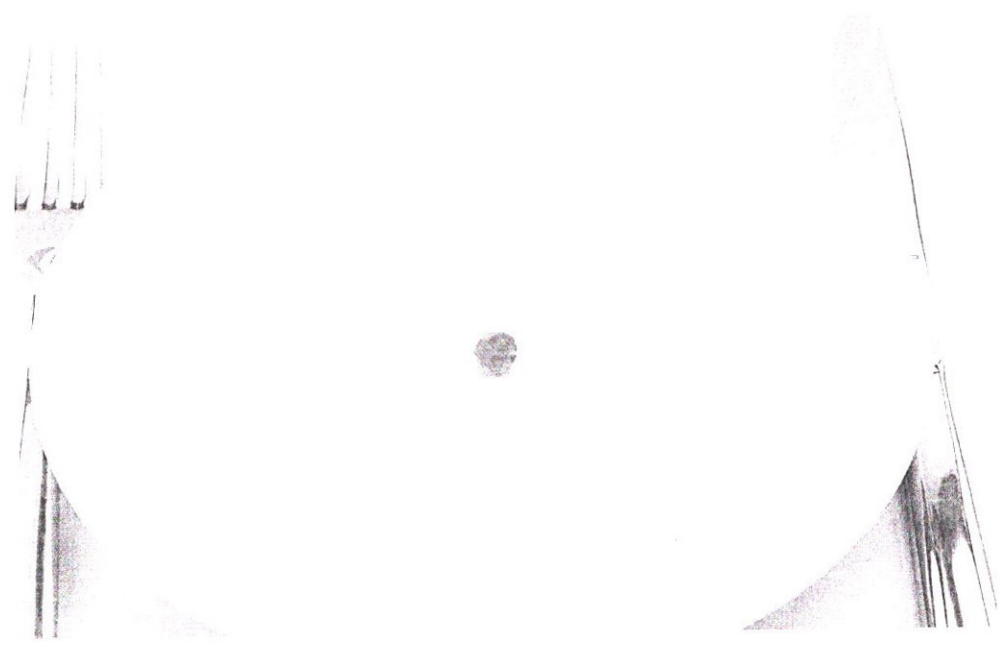
Anzeige der Waage ist wichtiger als alles andere!“ und: „Nahrungsverweigerung und dünn sein sind die Zeichen wahren Erfolgs und Stärke!“

Wo Gebote sind, sind Glaubensbekenntnisse meistens nicht weit. Innerhalb der »Pro-Ana«-Bewegung klingen die so: „Dünn sein bedeutet Schönheit, und deshalb muss ich dünn sein und dünn bleiben, wenn ich geliebt werden will. (...) Ich werde um jeden Preis dünn sein. Das ist das Wichtigste; nichts anderes zählt. Ich werde mich Ana widmen. Sie wird da sein, wo auch immer ich hingehge, und mich auf dem rechten Weg halten. (...)“. Bei diesen Geboten und Glaubensbekenntnissen fügen sich die »Pro-Ana-Gesetze« nahtlos ein. Eines davon heißt: „Das Essen darf nicht genossen werden, sondern es muss langsam gegessen und gehasst werden.“ Das klingt nach einem destruktiven Kult. Hinzu kommt: Die meisten Homepages sind nicht-öffentlich und mehr als das; sie sind elitär: Vor der möglichen Öffnung der Seiten müssen häufig umfangreiche Aufnahmeprüfungen bestanden werden. Mitglieder dieser Bewegung, die auch nur für kurze Zeit nicht im Forum aktiv waren, werden gesperrt.

## Magersucht kann tödlich enden

Wer mitmischen möchte, muss übrigens nicht spindeldürr oder magersüchtig sein. Entscheidend ist vielmehr die »richtige« Einstellung zu Essstörungen – Essstörungen, die gravierende Konsequenzen haben können: Magersucht führt in bis zu 15 Prozent der Fälle zum Tod, beklagt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Von allen psychischen Erkrankungen habe Magersucht die höchste Sterblichkeitsrate. Selbst wenn die Magersucht nicht tödlich ende, könnten bei längerem Verlauf nicht nur ihre körperlichen Folgen, sondern auch die seelischen dramatisch sein. Die BZgA-Experten nennen auf **basta!**-Nachfrage exemplarisch massive Belastungen von Herz und

Foto: Alexsei Potov / Shutterstock.com (Fork); Foto: Lisa A. Brulken/abz.com (Bewegungs-H)





„Viele der Seiten haben sektenähnliche Strukturen“, meint Sigrid Borse, die Geschäftsführerin der Frankfurter Zentrale für Essstörungen, unter diesem Gesamteindruck. Die Expertin begründet ihre Einschätzung auch damit, dass sich die »Pro-Ana«-Anhängerrinnen von der Außenwelt abgrenzen und ein strenges Regelwerk beachten müssen. „Vor allem für noch nicht gefestigte Jugendliche in der Pubertät kann das fatal sein“, warnt Sigrid Borse gegenüber **basta!**. Durch die gefährlichen Seiten werde ein Teufelskreis in Gang gesetzt, „in dem die Krankheit verfestigt wird“.

Den Sekten-Vergleich hält der Diplom-Psychologe Andreas Schnebel, Vorsitzender des Bundesfachverbandes Essstörungen, für angebracht. Der Chef des Fachverbandes ambulanter und stationärer Einrichtungen zur Beratung und Behandlung von Patienten mit Essstörungen argumentiert: „Vermittelt wird, dass die Dünnen eine besondere Gemeinde bilden und etwas schaffen, was sonst niemand hinbekommt.“ Letztendlich hätten die »Pro-Ana«-Seiten dazu beigetragen, „dass junge Frauen möglicherweise an der Magersucht gestorben sind“.

## Vorschlaghammer gegen »Pro-Ana«-Seiten

Gegen die Verherrlichung von Essstörungen im Internet, hinter der oft essgestörte Jugendliche ohne den Willen zur Heilung oder Therapie stecken, wird gerne der Vorschlaghammer hervorgeholt. Im Januar 2008 wurde zum ersten Mal ein »Pro-Ana«-Blog von der Bundesprüfstelle für jugendgefährdende Medien auf den Index gesetzt. Seitdem

wurden diverse Homepages abgeschaltet. Schrittmacher ist hier Jugendschutz.net, die Zentralstelle der Länder für Jugendschutz im Internet. Ihrer Bewertung zufolge verstoßen rund 80 Prozent der »Pro-Ana«-Angebote gegen den Jugendschutz. Jugendschutz.net tritt offensiv an die Internetanbieter heran. Außerdem fordert sie die Öffentlichkeit dazu auf, sie solle verdächtige Seiten entweder bei Jugendschutz.net oder bei der Internet-Beschwerdestelle des Verbandes der deutschen Internetwirtschaft und der Freiwilligen Selbstkontrolle Multimedia-Diensteanbieter melden und auf ihr Gefährdungspotenzial prüfen lassen.

Allerdings erinnert die Verbots-Strategie an den Kampf gegen Windmühlenflügel. Schließlich werden geschlossene Seiten in vielen Fällen blitzschnell unter anderen Namen wieder aufgemacht. Außerdem haben die Repressionsmaßnahmen nicht selten den Effekt, dass die Freundinnen von »Ana« enger zusammenrücken und sich noch elitärer fühlen.

Nachhaltiger ist es da womöglich, Schönheitsideale kritisch zu hinterfragen, wie sie beispielsweise von der Schauspielerin Keira Knightley, der Sängerin Victoria Beckham, dem Model Kate Moss und neuerdings von Kate Middleton, Herzogin von Cambridge, verkörpert werden. Auf die Freundinnen von »Ana« wirken naturgemäß solche prominenten Frauen, die Kinderkleidergrößen tragen, motivierend und nicht abschreckend. Da könnte es das richtige Signal sein, wenn die Vereinigung der spanischen Modedesigner seit 2006 Models mit einem BMI von unter 18 nicht mehr auf die Laufstege lässt oder in Israel seit dem Frühjahr 2012 allzu dünne Models in der Werbung per Gesetz verboten werden.

### Weiterführende Internet-Links

**www.awo-bremerhaven.de**  
AWO-Suchtberatungszentrum  
Wurster Straße 55, Bremerhaven  
Tel.: 0471-340-21 / 0471-340-22  
Mo. bis Mi. 9 bis 16, Do. 9 bis 18,  
Fr. 9 bis 12 Uhr

**www.anad.de**  
Beratungsstelle bei Essstörungen,  
ambulante Gesprächsgruppen, Vermittlung  
an therapeutische Einrichtungen

**www.hungrig-online.de**  
Chat zum anonymen Austausch unter  
Betroffenen und Angehörigen

**www.leben-hat-gewicht.de**  
Die Initiative für ein positives Körperbild

**www.bundesfachverband  
essstoerungen.de**  
Zusammenschluss ambulanter und  
stationärer Beratungs- und Therapieeinrichtungen,  
psychosomatischer Kliniken,  
therapeutischer Wohngruppen und  
psychotherapeutischer Praxen

**www.bzga-essstoerungen.de**  
Zentrale Informationsplattform der  
Bundeszentrale für gesundheitliche  
Aufklärung mit Informationen zu Essstörungen,  
Hinweisen auf Hilfen und  
weiterführenden Links

Kreislauf, Störungen im Magen- und Darm-Bereich, Ohnmachtsanfälle und Unfruchtbarkeit. Bei Bulimie sieht es kaum besser aus. Experten warnen unter anderem vor Nierenschädigungen und Wassereinlagerungen, Muskelkrämpfen und Herzstörungen.

Das Reservoir für die »Pro-Ana«- und die »Pro-Mia«-Seiten ist groß: Bis zu 600.000 Mädchen zwischen 14 und 18 Jahren leiden in Deutschland an Magersucht und Bulimie, informiert das BMFSFJ. Jedes fünfte Kind in dieser Altersgruppe zeige Anzeichen einer Essstörung, wird aus Berlin ergänzt. Und die Tendenz sei steigend. Zwar sind die meisten Betroffenen Mädchen und Frauen, aber die Jungen und Männer holen auf. Eine Anfang 2010 veröffentlichte Untersuchung der Kassenärztlichen Vereinigung Bremen ergab, dass jeder dritte Teenager, der in Bremen oder Bremerhaven wegen Magersucht oder Bulimie behandelt wurde, männlich ist.

---

## »Seiten haben sektenähnliche Strukturen«

---

Gegen den Gang zur Heilung oder Therapie werden auf den »Pro-Ana«-Seiten neben Geboten, Glaubensbekenntnissen und Gesetzen noch andere Register gezogen. In einigen Foren laufen sogar Wettbewerbe, bei denen das Mitglied mit der größten Gewichtsabnahme oder dem niedrigsten Body-Mass-Index (BMI) gewinnt. Auf diese Weise sollen die jungen Menschen bei der Stange gehalten werden. Andere Mittel zu diesem Zweck sind zum Beispiel Thinspirations – Fotos und Videos dünner, zum Teil ausgemergelter Frauen, die zur Inspiration dienen –, Tipps zum Abnehmen und für die Geheimhaltung der Essstörungen, Online-Gewichtsprotokolle sowie vor allem die Foren zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch. Ein weiterer Erfolgsgarant sollen »Twins« sein – Personen mit identischen Maßen, die sich gegenseitig zum Durchhalten anstacheln. Zusätzlich werden die angestrebte Leichtigkeit und Anmut durch Feen, Elfen und Engelsflügel versinnbildlicht.

