

Ess-Störungen und Arzneimittelbild von *China officinalis*

Inhalt

Thema	Seite
Einleitung – Was sind Ess-Störungen?	1
Überblick über die homöopathischen	3
Arzneien bei Ess-Störungen	
<i>China officinalis</i> – zur Pflanze	4
Exkurs: Malaria	4
Thema und Leitsymptome	5

Einleitung

Eine Ess-Störung ist eine psychosomatische Erkrankung mit Suchtcharakter. Unterschieden werden drei Formen:

1. Anorexie (Hunger-Sucht oder Mager-Sucht)
2. Bulimie (Ess-Brech-Sucht)
3. Binge-Eating (Ess-Sucht ohne selbst herbeigeführtes Erbrechen oder Abführen)

Die Störung zeigt sich durch das permanente Beschäftigen mit dem Essen:

- Du kennst die Kalorien der meisten Lebensmittel auswendig.
- Du folgst über einen längeren Zeitraum strikten Ernährungsplänen (... morgens ½ Brot mit ½ Teelöffel Butter, um 11.00 Uhr einen Apfel, mittags max. 350 Kalorien, davon mindestens 40 % Eiweiß, ...)
- Du willst dir das Essen durch übermäßigen Sport verdienen.
- Wenn du dein Sportprogramm nicht absolvierst, bekommst du sofort ein schlechtes Gewissen und isst weniger.
- Du nimmst regelmäßig Abführmittel oder Entwässerungsmittel und erbrichst.
- Du trinkst viel, um deinen Hunger nicht zu fühlen.

- Es gibt Tage, an denen du gar nichts isst.
- Dein Körpergewicht befindet sich deutlich außerhalb der „BMI-Norm“.
- Du hörst von verschiedenen Menschen immer wieder den Satz: „Du bist viel zu dünn!“ ... und denkst dennoch, dass du zu viel Gewicht hast.
- Dein Gewicht liegt sehr deutlich oberhalb der BMI-Grenze für Übergewichtigkeit (Bsp: Du wiegst bei einer Körpergröße von 170 cm 100 kg) und fühlst dich dennoch „relativ schlank“.
- Du wiegst dich täglich und bist über eine Zunahme von 230 Gramm trotz Diät äußerst frustriert.
- Essen bedeutet für dich: Speck auf den Hüften.
- Essen bedeutet für dich: Körper formen.
- Du isst schon lange nicht mehr das, was du magst, sondern nur noch das, was in deinen Ernährungsplan passt.
- Du hast Heißhungerattacken und fühlst dich hinterher schuldig.
- Du hast Süßigkeiten-Attacken und „bestrafst“ dich durch gar-nichts-mehr-essen.
- Du vertuschst deine Figur durch weite Kleidung.
- In Gesellschaft bemühst du dich, „normal“ zu essen, und greifst am liebsten zu Salaten und Gemüse und Obst (ein Kennzeichen von Bulimie und Binge Eating), weil du Angst hast, bei kalorienreichem Essen die Kontrolle zu verlieren;
- In Gesellschaft suchst du Ausreden dafür, dass du nichts essen magst („Ich habe schon gegessen“; „Mir tut gerade der Bauch weh“, „Ich habe beim Kochen schon so viel probiert“.) (Kennzeichen von Anorexie)

Zur Ursache von Ess-Störungen gibt es viele Theorien:

Hungern gibt Macht. Magersüchtige Menschen erleben sich selbst oft als ohnmächtig. Das, worüber sie Kontrolle haben, ist ihr eigener Körper. Den können sie so formen, wie sie ihn haben möchten.

Essen = Liebe – diese Gleichung wird oft bei Menschen mit Ess-Störungen oft gefunden. Die Nahrungsaufnahme ist für Säuglinge gleichbedeutend mit der Verschmelzung mit der geliebten Person, der Mutter. Ist die Mutter nicht da, kann der Säugling auch nicht genährt werden.

Ich will nicht groß werden. Magersucht entsteht meist zu Beginn oder im Laufe der Pubertät. Magersüchtige Menschen lehnen das Erwachsen-Werden ab, weil sie das Gefühl haben, noch nicht genug Kind gewesen zu sein. Sie fühlen sich (meist von ihrer Mutter) vernachlässigt. So lange sie aber noch „klein“ sind, haben sie die Chance, bemuttert zu werden.

Ablehnen der Weiblichkeit. Eine Folge von Anorexie ist das Ausbleiben der Menses. Der weibliche Körper entwickelt sich nicht, die Figur bleibt kindlich.

Ringeln um Anerkennung. Wer schlank ist, wird bewundert. Hungern ist also ein „leichtes“ Mittel, Anerkennung zu finden.

Die großen Themen, die wir bei Menschen mit Ess-Störungen immer wieder finden, sind:

- Macht und Ohnmacht
- Kontrolle und Kontrollverlust
- Liebesverlust und Vernachlässigung
- Identitätssuche

Magersüchtige Menschen fühlen sich nicht krank; die „Krankheitseinsicht“ fehlt. Sie sind MeisterInnen darin, ihr Essverhalten zu vertuschen, so dass selbst nahe Angehörige viele Jahre nichts bemerken.

Magersüchtige Menschen gelten als Perfektionisten. Anorexie ist eine sehr gefährliche Erkrankung; bis zu 10 % der Menschen sterben daran (durch Verhungern oder Suizid). Eine starke Zunahme der Anorexie wird seit Beginn der 70er Jahre des letzten Jahr-hunderts gesehen. Hauptsächlich erkranken junge Mädchen; aber auch immer mehr Jungs leiden an Anorexie.

Menschen mit Bulimie leiden unter ihrer Krank-heit. Sie beschäftigen sich den ganzen Tag lang zwanghaft mit Nahrung. Ihr ganzes Denken dreht sich nur noch um das Essen: Was kaufe ich ein? Wann esse ich was? Wieviele Kalorien nehme ich zu mir? Wie schaffe ich es, beim Geburtstagsessen keine Torte zu nehmen?

In beiden Fällen findet man eine gestörte Selbst-wahrnehmung. Die Einen fühlen das Sättigungs-gefühl nicht mehr, die Anderen spüren ihren Hunger zwar, haben von sich aber das Bild, viel zu dick zu

sein – obwohl sie unter Umständen bereits deutlich unter dem Mindest-BMI liegen. Daher gehen Ess-Störungen auch grundsätzlich mit Identitätskrisen einher. Zu essen – das heißt auch: sich selbst zu nähren, die Bedürfnisse des eigenen Körpers wahrzunehmen und in der Lage zu sein, darauf adäquat zu reagieren. Wer mit der eigenen Ernährung nicht umgehen kann, ist sich selbst eine schlechte Mutter. Und zumindest bei der Anorexie besteht oft ein Zusammenhang mit einer problematischen Mutter-Kind-Beziehung.

„Die anorektische Frau lehnt das Essen ab und beschäftigt sich doch mehr damit als die meisten Gourmets. [...] Sie lehnt ihren Körper ab, konzentriert sich jedoch in all ihrem Denken und Handeln auf ihn. [...] Sie will selbstständig und unabhängig sein, verhält sich jedoch so, dass ihre Interaktionspartner sie nahezu zwangsläufig kontrollieren.“
(aus: Alexa Franke, „Wege aus dem goldenen Käfig – Anorexie verstehen und behandeln.“)

Ca. 0,7 % der Teenager leiden an Anorexie; jedes 12. Kind ist ein Junge. Die Begleiterscheinungen der Anorexie sind u.a. Hypotonie, Hypokaliämie, Hypoglykämie, Einstellung des Größenwachstums, Osteoporose, Herzrhythmusstörungen, Amenorrhoe, Unfruchtbarkeit und eine Verringerung der Thrombozyten und Leukozyten. Die Bulimie beginnt meist im Alter von ca. 18 – 19 Jahren; ca. 90 – 95 % der Betroffenen sind Frauen. Die Prävalenz beträgt 1 – 3 %. Bulimikerinnen leiden ebenfalls an Herzrhythmusstörungen; durch die Magensäure haben sie starke Karies, und langfristig kann ebenfalls eine Nierenschädigung auftreten.

Überblick über die homöopathischen Arzneien bei Ess-Störungen

Ess-Störungen

	ars	Calc	carc	china	hyos	lyc	merc	phos	ph-ac	plat	puls	sep	Staph	sulph	tarent	verat
Bulimie (40)	1	3		3		3	3	1		1		3	1	2		3
Geisteskrankheit mit Bulimie (2)				1												3
Anorexie (19)	3		1	3					1		1	1		1	1	1
Essen - weigert sich zu (30)	1				3				3	1	1	1			3	3
nach Essen amel. Gemütssymptome (9)								1							1	
(Anmerkung: die Rubrik "Allgemeines - Essen amel." enthält über 100 Mittel)																
Fettleibigkeit bei Kindern (10)		3														
<i>(weitere Mittel: ant-c (1), bar-c (1), Caps (2), Ferr (2),</i>																
Anorexie bei Mädchen mit Kummer (Pennekamp) (23)	3	1	2	1	2			3	1	2	1	2	1	3	2	2
<i>(weitere Mittel: ign (3), nat-mur (3))</i>																
Anorexie aus Frustration (Pennekamp) (30)	2	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	2	2
<i>(weitere Mittel auch hier Ign. + Nat-mur 3wertig)</i>																
Bulimie (Pennekamp) (10)		2	1								1		1			
<i>(weitere Mittel: Ign (2), Med (2), nat-mur (1))</i>																
Kleptomanie (28)	1	1	1		1	1				1	2	1	1	2	1	

Mittel, bei denen Essstörungen ein wichtiger Teil des

Arzneimittelbildes sind:

- a) bei Kindern und Erwachsenen: Ars, Calc, China, Hyos, Sep, Sulph, Verat
- b) bei Erwachsenen: Ars, China, Sep, Verat
- c) bei Kindern: Ars, Calc, Carc, Ign, Nat-mur, Phos, Plat, Sep, Staph, Sulph, Tarent, Verat

China officinalis – Zur Pflanze

China officinalis wird aus der Rinde des gelben Chinarindenbaumes, *Cinchona officinalis*, hergestellt. Der Baum stammt ursprünglich aus dem nördlichen Südamerika, ist immergrün und wird ca. 20 Meter hoch. Die Blätter des Baumes sind lorbeerartig, die Blüten duften intensiv und sind fliederartig. Die Rinde wird vom Baum geschält und enthält Chinin, ein Stoff, der gegen Malaria eingesetzt wird. Der Baum wird daher auch „Fieberbaum“ genannt.

Chinin eroberte, nachdem es im Jahre 1820 extrahiert werden konnte, sehr schnell die Welt. Gebiete, die früher aufgrund der hohen Malaria-Raten von Siedlern gemieden wurden, konnten nun auch besiedelt werden. Zwischen 1830 und 1840 wurden in den USA über 1 Million Chinin-tabletten an Siedler verkauft. Und während des Amerikanischen Bürgerkrieges von 1861 – 1865 wurden rund 25.000 Kilo Chinin verarbeitet.



China officinalis ist die „Wurzel der Homöopathie“: Hahnemann experimentierte mit der Chinarinde und entdeckte, dass diese in der Lage ist, Malaria-

ähnliche Symptome zu erzeugen. Er formulierte bekanntermaßen danach das Ähnlichkeitsgesetz der Homöopathie: Similia similibus curentur – Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt.

Der Chinarindenbaum gehört zur Familie der Kaffee-Verwandten, der „Rubiaceae“. Weitere bekannte homöopathische Vertreter aus dieser Gruppe sind Coffea und Ipecacuanha. Von Coffea ist die Rubrik „Beschwerden durch Freude“ bekannt, von Ipecacuanha das unstillbare Erbrechen.

Exkurs: Malaria

Malaria ist eine bedeutende und schwere Infektionskrankheit; jährlich sind weltweit ca. 300 Millionen – 500 Millionen Neuerkrankungen zu verzeichnen; 1,5 – 2,7 Millionen sterben jährlich an Malaria, die Hälfte davon sind Kinder unter 5 Jahren.

Malaria wird durch die Anopheles-Mücke übertragen, wenn diese einen infizierten Menschen sticht, das Blut aussaugt und die im Blut enthaltenen Plasmodien sich in der Mücke weiterentwickeln. Sticht die Mücke nun einen gesunden Menschen, geraten die Plasmodien in seine Leber und seine Milz, beide Organe schwellen an, die Plasmodien verlassen die nun zerstörten Zellen und befallen dann die Erythrozyten, die ebenfalls zerfallen. Der Massenerfall verursacht eine hämolytische Anämie und die für Malaria charakteristischen Fieberschübe: hohes Fieber mit Schüttelfrost, dann Abklang des Fiebers unter Schweißbildung nach einigen Stunden.

An Malaria tropica erkrankte Menschen haben Kopf- und Gliederschmerzen und fühlen sich erschöpft und schwer krank. Häufig wird eine Grippe fehldiagnostiziert.

Thema und Leitsymptome von China

China trägt den Hunger nach Achtung in sich.
Natrium muriaticum hat Hunger nach Beachtung.
Sepia hat Hunger nach Würdigung.
Arsen hat Hunger nach Respekt.
Lycopodium hat Hunger nach Bedeutung.
Veratrum hat Hunger nach Großartigkeit.

Wer Hunger nach Achtung hat, hat Missachtung erfahren. China wird oft auch als Arznei für Menschen beschrieben, die nicht gewollt waren. (Chininsulfat wurde für Abtreibungen genutzt.) Missachtung ist der Boden, auf dem sich die psychische China-Pathologie entwickelt.

China hat die Welt als einen Ort erfahren, der sie nicht wahrnimmt und die Äußerung ihrer Bedürfnisse mit Missachtung oder Nichtachtung quittiert. Man stelle sich ein kleines Kind vor, das zu seinen Eltern zehnmal sagt: „Ich möchte den roten Schulranzen mit den rosa Teddies drauf.“ Dieser rote Schulranzen ist ein großer Herzenswunsch, und das kleine Kind tut alles, um sich seinen Herzenswunsch zu erfüllen, nämlich, ihn immer wieder zu äußern. Dann ist der große Tag da, die Eltern gehen den Schulranzen kaufen, und kommen mit einem grünen Ranzen zurück. Man stelle sich die Enttäuschung des kleinen Kindes vor! Die Eltern haben es schlicht nicht verstanden, sie haben nicht zugehört und können nun auch nicht verstehen, warum ihr Kind bitter enttäuscht im Zimmer verschwindet.

Und so geht es tagein, tagaus über viele Jahre. Das Kind mag keine Erdbeermarmelade, bekommt aber immer wieder ein Schulbrot mit Erdbeermarmelade. Das Kind wünscht sich ein Meerschweinchen, anstatt dessen bekommt es einen Hamster. Das Kind freut sich auf die Geburtstagsfeier der besten Freundin, und ihre Eltern nehmen sie an diesem Tag mit zum Grillfest eines wichtigen Kunden des Vaters. China lernt, dass sie offensichtlich nicht wichtig ist, und spürt in sich aber doch die ganze Zeit über ihre Fähigkeiten. Carcinosa gibt sich auf und passt sich in einer ähnlichen Situation völlig an. China beginnt, den Wunsch nach dem Ausdruck und dem Ausleben der eigenen Persönlichkeit in Träumen nachzuhängen. Denn China weiß: Das

echte Leben hat für sie keine Wunscherfüllung vorgesehen. Also versucht sie es irgendwann auch gar nicht mehr.

Die Träume bestimmen von nun an das Leben von China. Und die Träume werden immer plastischer und großartiger. Erst träumte das Kind nur von dem Schulranzen mit den Teddies, zwei Jahre später ist es der Urlaub in Disneyland Paris, und zehn Jahre später ist es der Gedanke, ein neues, besseres Disneyland Paris zu bauen.

Und so ist die Welt von China zweigeteilt: Das tägliche Erleben und die Phantasiewelt driften immer mehr auseinander, was China immer frustrierter macht. Je größer die Gedanken werden, desto weniger Aussicht auf Erfüllung besteht. Wobei China auch nichts dazu beiträgt, die Erfüllung wahr werden zu lassen. China ist in seinen Gedanken ehrgeizig – im echten Leben jedoch missgelaunt, verdrießlich und ständig mit einer Erklärung parat, warum seine großartigen Pläne durch das Zutun Dritter verhindert werden.

Dabei muss die Behinderung, die China empfindet, nicht unbedingt menschengemacht sein. China beschreibt ihre Erkrankungen auch als Behinderung. Eine Patientin erzählte mir, ihr nächtliches Schwitzen behindere sie. Eine andere Frau, die mit einer schweren Grippe im Bett lag, erzählte, die Grippe behindere sie. Solche Formulierungen sind interessant und daher oft Schlüssel zum passenden Mittel.

China ist ebenfalls bekannt für ihre „Walter-Mitty-Gedanken“ (DD: Staphysagria): Sie wird gekränkt oder beleidigt, steht sprachlos da – und fünf Stunden später fällt ihr ein, was sie hätte sagen können. Hätte, könnte, würde, sollte Das sind die Wörter für China.

China ist die Heilpraktikerin, die sich in ihren Phantasien in einer Praxis mit 6 Räumen sieht, aber seit einem Jahr noch nicht einmal Visitenkarten hat drucken lassen. Schuld daran sind widrige Umstände, die sie daran hindern, ihr Vorhaben auszuführen.

China ist der Student, der seit drei Jahren davon träumt, mit einem Stipendium in Boston zu studieren, aber seit zwei Jahren kaum noch Vorlesungen besucht. Schuld daran sind die Professoren, die seine Genialität nicht sehen können.

China ist die Krankenschwester, die davon träumt, Chirurgin zu sein und eine neue Herz-OP-Methode zu entwickeln, aber wegen ihrer Kinder nicht studieren kann.

Nicht jeder, der große Träume hat, braucht China. China zeigt sich durch große Träume, für deren Umsetzung nichts getan wird, was dann zu Frustration und Unzufriedenheit führt.

Die wichtigsten China-Rubriken sind:

- *Wahnidee, behindert zu werden*
- *Wahnidee, von allen behindert zu werden*
- *Wahnidee, sie sei behindert und zur Arbeit unfähig*

Die Vorstellung, von Umständen oder von Menschen permanent daran gehindert zu werden, die eigenen Ideen umzusetzen, zieht sich wie ein roter Faden durch das Leben von China.

China reagiert sehr empfindlich auf Äußerungen anderer über sie und ähnelt darin Staphysagria. Aber anders als Staphysagria hat China durchaus auch mal Spaß daran, andere Menschen zu ärgern, und China macht sich keine großen Gedanken darum, ob Äußerungen von ihr verletzend sein könnten.

Auch in ihrem Hunger nach Achtung hat China große Ähnlichkeit mit Staphysagria. Aber während Staphysagria innerlich und äußerlich der Ritter oder die Dame ist, hat China eine Tendenz zur Feigheit, worin sie Lycopodium gleicht. In der verdrießlichen, pessimistischen Grundstimmung von China ist man auch geneigt, an Arsen zu denken, denn die Verdauungsschwierigkeiten von China erinnern auch an Arsen.

China erarbeitet sich die Achtung seiner Person in seinen Gedanken. Tagsüber ist er der erfolglose Student, und abends beim Träumen der

umschwärmte Harvard-Stipendiat. Da er aber nichts dafür tut, wächst seine Frustration. Der Hunger nach Achtung schlägt sich in seinem Essverhalten nieder. China ist bekannt für eine ganze Reihe von Ess-Störungen: Er hat keinen Appetit, aber beim Essen kommt der Hunger (DD u.a.: Lac caninum). Oder: Er hat Heißhunger, aber nach dem ersten Bissen hat er ein Völlegefühl. Oder: Heißhunger nachts, aber er will nichts essen. China ist das einzige Mittel, das sowohl bei Bulimie als auch bei Anorexie 3wertig genannt ist.

Wer sich gut ernährt, kümmert sich um sich selbst. Das kann China nicht. China ist nicht der Lage, seine Grundbedürfnisse selbst zu erfüllen.

Der China-Kranke zeigte sich früher meist ausgezehrt, geschwächt und extrem erschöpft. „Folge von Säfteverlust“ war die Hauptätiologie, wobei mit „Säften“ alle Körpersäfte gemeint waren: Blut, Samen, Schweiß, Magen- und Darminhalt. Unstillbarer Durst ist folgerichtig auch ein China-Symptom. Heute sehen wir diese Ätiologie nur noch selten, denn die moderne Medizin greift ein, bevor es zu derartigem Säfteverlust kommt. Dennoch zeigt sich die China-Krankheit mit Erschöpfung. Dunkle Augenringe, Auszehrung, Mattigkeit und Langsamkeit prägen das China-Bild. Zudem finden wir noch eine gereizte Stimmung; Schlaf oder Essen bessern den Chinakranken nicht.

Die Gestalttherapeutin Bärbel Wardetzki, die mit essgestörten Menschen arbeitet, hat festgestellt, dass Bulimikerinnen oft an einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung leiden. Narzissmus ist dadurch gekennzeichnet, dass Phasen von „Ich bin groß, grandios, toll“ abwechseln mit Phasen von „Ich bin nichts wert, ich kann nichts, ich bin Abschaum und Dreck.“ Sie beschreibt die Bulimie als Hunger nach Anerkennung. Die Veranlagung von China können wir in der obigen Beschreibung unschwer erkennen.

Übrigens: Die Chininvergiftung behandelt man homöopathisch mit Calcium carbonicum, dem Mittel für Sicherheit und Beständigkeit.

Rubriken / Leitsymptome

Geist und Gemüt

Wahnidee, behindert zu werden
Wahnidee, von allen behindert zu werden
Wahnidee, sie sei behindert und zur Arbeit unfähig
Wahnidee, wird gefoltert
Wahnidee, ihr kann niemand helfen
Wahnidee, ist hilflos
Wahnidee, ist hoffnungslos
Wahnidee, ist unglücklich
Wahnidee, ist verlassen (alleingelassen)
Träge
Faul
Eigensinnig
Schüchtern
Feige
verdrießlich
Schmiedet viele Pläne
Gedankenfülle nachts
Fixierung im Gefühl von Hoffnungslosigkeit
abwechselnd mit Fröhlichkeit, ausgelöst durch
Pläneschmieden
Furcht vor Tieren, sogar vor Haustieren
Neigung, andere Menschen zu verletzen und zu
ärgern

Körper

*Hauptwirkungsorte: Verdauungstrakt, Leber,
Extremitäten, Kopf*
Anämie
Asthma
Arthritis
Periodisches, hohes Fieber mit Schüttelfrost
Lebererkrankungen
Menorrhagie
Metrorrhagie
Periodizität von Erkrankungen
Meteorismus (aber Abgang von „Winden“
erleichtert nicht)
Entzündungen des Mittel- und Innenohrs mit
nachfolgender Taubheit
Neuralgien
Kopfschmerzen, besser durch Wärme und starken
Druck
Schwarze Zähne
Eine Hand kalt, die Andere warm
Gallenkolik

Starke Überempfindlichkeit bei der Berührung der
Haut
Überempfindliche Kopfhaut, die Berührung der
Haare schmerzt
Reichliche, übelriechende Blähungen
Aufreibung des Abdomens mit Blähkolik
Unverdaute Stühle

Fieber von China: heißes Gesicht, fleckige Röte,
kalte Hände und Füße, reichlich Schweiß, dabei
schwach, zitterig, überreizt. Viel frieren. Fast nie
durstig während Schüttelfrost, Durst wird nur
gefühlte vor und nach Schüttelfrost. China ist nicht
indiziert bei lang anhaltendem Fieber.

Verlangen: Süßigkeiten, stark Gewürztes

Besser: Weinen, fester Druck

Schlechter: Herbst, leichte Berührung, kühle Luft,
Kälte, nasses Wetter, Luftzug