

## Wenn nichts mehr hilft

*Zwei Schwestern erkrankten an Anorexie. Die ältere wird wieder gesund, die jüngere stirbt. Wie lebt die Familie damit?*

Von Lea Stuber, Süddeutsche Zeitung Magazin, 19.05.2023

Bald ist es zehn Jahre her, dass Laura gestorben ist. Nora, ihre ältere Schwester, hat seither studiert, ihren ersten Job angefangen, ist aus ihrer WG in eine Wohnung mit ihrem Freund gezogen. Sie war in Psychotherapie, mit den Eltern und Geschwistern auch in einer Familientherapie. Laura erkrankte mit elf Jahren an Anorexie. Drei Jahre vorher, ebenfalls mit elf, hatte Nora Anorexie. Ein halbes Jahr lang war sie krank, bevor sie Schritt für Schritt gesund wurde. Sie war 14, als Laura krank wurde, ihre jüngere Schwester Rahel zehn und ihr Bruder Samuel zwei Jahre alt.

Wie erinnern sich Nora und ihre Familie (alle Namen von der Redaktion geändert) an diese Zeit? Nora, heute 30, erzählt in manchmal nüchternen, manchmal emotionalen Gesprächen, auf Spaziergängen, im Wohnzimmer mit einer Tasse Grüntee auf dem Kirschbaumholztisch, im schattigen Gras in einem Park. Mit den anderen findet, es ist August 2022, je ein Gespräch statt. Rahel, heute 26, erzählt auf einer Bank im Wald, Samuel, heute 18, vor einem belebten Café in dem Viertel der großen Schweizer Stadt, in der die Geschwister aufgewachsen sind. Die Mutter Manuela im Café des botanischen Gartens. Und der Vater Thomas lädt zu sich in den Garten ein.

**NORA** Es war unvorstellbar, dass Laura sterben könnte. Doch einen Sommer vor ihrem Tod begann ich zu spüren, dass alles darauf zuläuft.

**SAMUEL** In meiner Erinnerung ist Laura nicht gealtert. Laura und zerbrechlich sein – das gehörte zusammen.

MUTTER Ich habe hier kaum über Noras Krankheit gesprochen, fällt mir auf. Dass eine schlimme Zeit hinter einer noch schlimmeren verschwindet, schockiert mich ein bisschen.

### **Kindheit**

Alle sagen: Zu erzählen, dass ihr Familienmitglied an Anorexie gestorben ist, falle manchmal schwer. Allzu schnell werde die Frage der Schuld aufgeworfen – etwas, was bei einer körperlichen Krankheit kaum passiere. In den Gesprächen ist von dieser Zurückhaltung kaum etwas zu merken. Sie erzählen offen, teils schonungslos und immer mit den leichten Momenten im Blick. Am ehesten scheint Nora immer ein paar Zentimeter zwischen sich und die Welt bringen zu wollen.

MUTTER Nora hat die Rolle der Ältesten bald wahrgenommen. Wenn Laura sich wegen des bellenden Hundes nicht in die Wohnung der

Tante traute, begleitete Nora sie. Wenn sie sich nicht entscheiden konnte, spornte Nora sie an. Nora war für Laura einer der wichtigsten Menschen und ihr großes Vorbild.

NORA Wenn ich Shakira hörte, hörte auch Laura Shakira. Ich las Harry Potter, auch Laura las Harry Potter. Ich spielte Fußball, auch Laura spielte Fußball.

SAMUEL Die Schule fiel Nora und Laura – und auch mir – sehr leicht. Rahel hatte mehr Mühe. Eine Zeit lang fragte sie sich, ob sie überhaupt zu dieser Familie gehöre.

RAHEL Nora und Laura glichen sich mehr, sie hatten dunklere Haare und dunklere Haut als ich. In der Schule hatten sie gute Noten, waren perfektionistisch – ich nicht.

NORA Laura und ich wollten einander übertrumpfen. Die Sonne dreht sich um die Erde, behauptete Laura, als sie neun Jahre alt war. Wir diskutierten und diskutierten, nach einer halben Stunde schrie ich sie an. Und Laura sagte in aller Ruhe: Wie willst du denn wissen, dass die Erde sich um die Sonne dreht? Mit ihrer Sturheit konnte sie mich wahnsinnig machen! Wir konnten uns gegenseitig so nerven – und hatten auch großen

Spaß daran. Es änderte nichts daran, wie verbunden und vertraut wir uns waren. Ich war ein zurückhaltendes Kind. Laura war eine der wenigen, denen ich erzählte, wer mich nervte, wen ich cool fand oder in wen ich ein bisschen verliebt war.

VATER Einmal, als wir übers Wochenende wegfuhr, trug Laura, damals acht oder neun, ihren Rucksack nachlässig, ich wies sie zurecht. Von da an wollte sie nicht mehr mitkommen. Im Zug musste ich mich bei jeder Haltestelle vor die Tür stellen und sie festhalten, damit sie nicht aussteigt. Wer ist stärker? Diese Machtspiele zogen sich bis zum Schluss durch. Wenn Laura sich etwas in den Kopf gesetzt hatte, kam sie nicht mehr daraus heraus.

Im Herbst 2003 war die Mutter zum vierten Mal schwanger.

RAHEL Als unsere Eltern uns das beim Abendessen erzählen, sah ich das belegte Brot auf dem Tisch und dachte, bald werden wir es nicht mehr dritteln, sondern vierteln. Ich habe mich so gefreut!

VATER Nora reagierte bestürzt, sie weinte los. Mit elf stand sie an einem anderen Punkt im Leben, sah ihre manchmal überforderten Eltern und hatte wohl Angst, dass sich die Überforderung verschärfen könnte.

MUTTER Manche in unserem Umfeld waren der Ansicht, dass Nora vielleicht als Reaktion auf meine Schwangerschaft krank geworden war. Wie eine Schwangerschaft ein Kind beeinflussen kann, darüber machte ich mir viele Gedanken.

Nicht erst in den Nullerjahren wurde Anorexie zu einem verbreiteten Phänomen. Die Essstörung tritt seit den Siebzigerjahren häufig zutage. In industrialisierten Ländern erkranken 0,9 bis vier Prozent der Frauen und 0,3 Prozent der Männer an Anorexie. Andere Länder verzeichnen inzwischen ähnliche Zahlen. In industrialisierten Staaten wird etwa die Hälfte wieder vollständig gesund. Fünf bis zehn Prozent aber sterben – damit ist Anorexie die psychische Krankheit mit der höchsten Mortalitätsrate.

Warum erkrankt jemand an Anorexie? In den Achtzigerjahren sahen Fachleute den Auslöser häufig in der Dynamik der Familie. Inzwischen geht die Forschung davon aus, dass die Krankheit dann entstehen kann, wenn erbliche Veranlagung und Umweltfaktoren zusammenspielen. Gabriella Milos ist Psychiaterin und Präsidentin der Schweizerischen Gesellschaft für Essstörungen. Sie beschreibt Menschen, die an

Anorexie erkranken, als »in der Regel intelligent, ehrgeizig und perfektionistisch«, und als »sehr gute Schülerinnen«.

Auch soziokulturelle Faktoren spielen eine Rolle. Die Geschlechterforscherin und Soziologin Franziska Schutzbach nimmt die Erwartungen der Gesellschaft an Weiblichkeit in den Blick. In Die Erschöpfung der Frauen von 2021 schreibt sie: »Viele Mädchen und Frauen befassen sich fast ununterbrochen mit dem persönlichen Aussehen und mit der Frage, was andere von ihnen denken und wie andere sie »bewerten«. Sie unterbrechen positive und wohltuende Aktivitäten, weil sie sich Sorgen machen, ob sie genügen, ob sie attraktiv genug sind. In der Summe ist es eine zutiefst erschöpfende und selbstzerstörerische Praxis.« Gemäß klinischen Studien der Psychologin Benigna Gerisch führen Frauen Kränkungen und Zurückweisungen überdurchschnittlich häufig auf ihren als mangelhaft erlebten Körper zurück. Männer neigten eher zu aggressivdestruktiven Impulsen, die sich nach außen richteten. Frauen hingegen verorteten das Gefühl, nicht zu genügen, im eigenen Körper und reagieren mit autodestruktiven, auf den eigenen Körper gerichteten Strategien.

### **Nora**

Die Pubertät setzte bei Nora früh ein, sie war größer und weiter entwickelt als ihre Mitschülerinnen. Sie fühlte sich nicht wohl. So erklärt Nora, weshalb sie begann, weniger zu essen und sich viel zu bewegen. Sie ging laufen, schwimmen und Rad fahren. Im Januar 2004 wog sie, 1,63 Meter groß, 44 Kilo, so notierte es die Hausärztin. Sie hatte keine Energie und fühlte sich lustlos, traurig und depressiv. Nora war an Anorexie erkrankt. Sie ging zu einem Psychiater und durfte, solange sie nicht zunahm, keinen Sport mehr treiben.

MUTTER Nora hatte einen unglaublichen Bewegungsdrang. Sie konnte fast nicht mehr und ging doch oft nach dem Essen in den Keller, Seil springen. Einmal, als Nora und ich uns beim Essen stritten, stand Laura vom Tisch auf und sagte: Ich halte das nicht mehr aus. Sie lief aus der Wohnung, ihr Lehrer traf sie auf dem Pausenplatz und brachte sie zurück.



NORA Ich wäre manchmal am liebsten ausgerissen. Wenn ich woanders wäre, dachte ich, wäre das Kranksein vielleicht vorbei. Ich kam kaum aus dem Bett. Nur weil ich so pflichtbewusst war, schaffte ich es im letzten Moment in den Unterricht.

VATER Wir versuchten Nora zu bremsen, wenn sie sich bewegen wollte. Und ihr ihre Angst vor dem Zunehmen zu nehmen.

MUTTER Die Krankheit belastete das Familiensystem und die Elternbeziehung, auch die Schwangerschaft bekam nicht viel Platz.

NORA Meine Eltern waren hilflos und verzweifelt, ich sah meinen Vater zum ersten Mal weinen. Ein Teil von mir nahm das wahr, dem tat das sehr leid. Und der zweite Teil war in einer anderen Welt, wo das keine Rolle spielte.

RAHEL Für eine Woche fuhr Nora zu unserer Großmutter. Als sie zurückkam, ging es ihr besser. Später war Laura auch bei ihr. Warum, fragte ich mich, hat es bei ihr nichts genützt?

Nach einem halben Jahr mit Anorexie, im Frühling 2004, drehte sich bei Nora etwas.

NORA Ich spielte mit Freundinnen Fußball und konnte nicht so schnell rennen wie sie, mir fehlte die Energie. Das wollte ich nicht.

VATER Den Hoffnungsschimmer sah ich, als wir vor einer Therapiesitzung in einem Park ein belegtes Brot aßen. Das ging vorher nicht. Noras Wunsch, Fußball zu spielen, motivierte sie, sich den Herausforderungen zu stellen.

MUTTER Sie sah, dass die Schlange sich in den Schwanz beißt. Sie war fähig zu so viel Distanz. Laura nicht. Doch bis Nora wieder gesund war, brauchte sie noch Monate und Jahre.

NORA Hätte es einen Weg gegeben, ohne zuzunehmen gesund zu werden – ich hätte diesen gewählt. Wenn ich vor einem Teller saß, wollte ein Teil von mir essen und ein Teil nicht. Wenn der kranke Teil gewann und ich dem nichts entgegenhalten konnte, ließ mich das verzweifeln. Ich konnte nur noch weinend vor dem Essen sitzen.

Im Herbst begann Nora, im Verein Fußball zu spielen. Zwei Mal in der Woche hatte sie Training, am Wochenende ein Spiel. Auch die



Schule half Nora, gesund zu werden. Sie kam in die Oberstufe. Der neue Lehrer forderte viel, manche überforderte er damit.

NORA Für meinen intellektuellen Hunger war er der beste Lehrer, den ich haben konnte. Zum ersten Mal konnte ich in der Schule meine Intelligenz ausleben.

### **Laura**

Essen war für Nora im Herbst 2006 manchmal noch schwierig, doch sie hatte die Anorexie hinter sich gelassen. Nun war es Laura, die darauf achtete, was sie aß.

NORA Auf einer Weihnachtsfeier im Wald wollten wir alle Werwolf spielen. Doch Laura überzeugte die anderen Kinder, Fangen zu spielen. Ich stritt mich mit ihr. Mir war sofort klar, worum es ihr ging: Sie wollte herumrennen statt im Kreis sitzen.

RAHEL Bei Tisch musste ich mit Nora den Platz tauschen. Es machte sie wahnsinnig, gegenüber von Laura zu sitzen.

NORA Ich war wütend auf Laura. Du hast doch gesehen, dass es mir nicht gut ging, du hast doch mitgelitten. Musst du mir schon wieder alles nachmachen? Laura war kleiner und leichter als ich mit elf. Es konnte kaum daran liegen, dachte ich, dass Laura sich wegen ihres Körpers fehl am Platz fühlt wie ich mich damals.

VATER Sah Laura bei Nora ein für sich attraktives Verhalten? Schon möglich. Wir versuchten Nora klarzumachen, dass Lauras Krankheit aber nichts mit ihr zu tun hat.

NORA Irgendetwas in Laura kam mit diesem Leben nicht klar. Ich glaube, Laura wäre auch krank geworden, wenn ich nicht krank geworden wäre. Vielleicht wäre es eine Depression, Zwangsstörung oder Drogensucht geworden. Anorexie war halt das, was sie kannte.

Aus evolutionspsychologischer Sicht versuchen Kinder, sich von ihren Geschwistern zu unterscheiden und sich als Individuum eine Nische zu schaffen. Das sagt der Psychologe Jürg Frick. Er arbeitet auch nach seiner Pensionierung 2021 an der Pädagogischen Hochschule Zürich und beschäftigt sich mit Geschwisterbeziehungen. Eine Nische, sagt Frick, könne aber auch sehr ähnlich aussehen. »Die jüngere Schwester verhält sich unter Umständen in ihrer Erkrankung intensiver, sie übertrumpft die ältere



damit gewissermaßen.« Die Anorexie der älteren Schwester hätte auf die jüngere aber ebenso gut abschreckend wirken können. Die Aufmerksamkeit, die die Eltern auf die ältere Schwester richten, hätte sie unbewusst als einengend wahrnehmen können. »Ältere Geschwister«, sagt Frick, »tragen keine Verantwortung dafür, was jüngere Geschwister tun.«

Im Januar 2007 gingen die Eltern mit Laura zum selben Therapeuten wie mit Nora.

VATER Wir probierten die gleichen Erfolgsrezepte.

NORA Ich sah, dass es Laura nicht gut ging, und backte ihr in der Schule einen Engel. Doch sie aß ihn nicht, er war aus Weißmehl. Das enttäuschte mich. Und es machte mir Angst. Denn du versuchst, den Schein so lange wie möglich zu wahren. Du nimmst erst keinen Käse mehr über den Nudeln, irgendwann wirst du Vegetarierin, dann isst du mehr Salat, in der Schulpause nur einen Apfel oder behauptest, gerade keinen Hunger zu haben. Du willst niemanden vor den Kopf stoßen.

MUTTER In der zweiten Sitzung meinte der Therapeut: Vor zwei Wochen sei Laura oben an der Klippe gestanden, jetzt sei sie unten. Das war Lauras Art, sie machte alles mit 200 Prozent. Das Besonnene, das Überlegte, das Nora hat, fehlte Laura.

Im Februar 2007 kam Laura ins Krankenhaus. Doch auch dort nahm sie nicht zu. So durfte sie keinen Besuch mehr empfangen. Zwei, drei Mal wurde sie über eine Magensonde ernährt.

MUTTER Die ersten Tage weinte ich nur. Laura war diejenige, die in Schullagern Heimweh hatte und die wir heimholen mussten. Und jetzt durften wir sie im Krankenhaus nicht besuchen.

NORA Ich saß in der Mathematikstunde, und mir kamen die Tränen. Im Flur sagte mein Lehrer, direkt und rational wie immer: Nora, du weißt, dass deine Schwester sterben kann. Er meinte es gut, doch ich fand ihn völlig daneben.

## **Verswinden**



Nach einem halben Jahr mit Anorexie wollte Nora wieder gesund werden. Nach einem halben Jahr mit Anorexie war Laura in einem kritischen Zustand im Krankenhaus. Nach zweieinhalb Monaten wurde sie in die Kinderpsychiatrie verlegt.

Mehr als 15 Jahre später, nach dem Gespräch im Garten, mailt der Vater eine Chronologie von Lauras Klinikaufhalten. Sie wurde auch als depressiv eingestuft.

Februar bis Mai 2007: Krankenhaus. Mai 2007 bis Juni 2008: Kinder- und Jugendpsychiatrie. Juni 2008 bis Juni 2009: Kinder- und Jugendpsychiatrie. Oktober 2010 bis Januar 2011: Kinder- und Jugendpsychiatrie. Juni 2011: Krankenhaus, Kinder- und Jugendpsychiatrie.

Juni 2011 bis Mai 2012: Kinder- und Jugendpsychiatrie. Mai bis Juni 2012: Therapeutischer Bauernhof. Juni bis Juli 2012: Privatklinik für Psychiatrie, zwischenzeitlich Kinderkrankenhaus. August 2012 bis Mai 2013: Kinder- und Jugendpsychiatrie. Mai bis August 2013: Krankenhaus, psychosomatische Abteilung. August bis September 2013: Erwachsenenpsychiatrie.

NORA In der Kinderpsychiatrie dachten alle: Und sie schafft es doch! Laura kletterte, arbeitete im Stall, schrieb Geschichten, auch den Schulstoff holte sie locker auf. Vor dem Wochenende fragte ich mich aber immer: Hält sie sich an die Regeln und darf nach Hause kommen? Vor Geburtstagen: Will ich, dass Laura dabei ist? Wenn sie kommt, wird das Essen ein Theater, vielleicht rastet sie aus. Sie verpasste Schul- und Ferienlager, weil sie nicht zunahm. Ich verstand Laura immer weniger. Sie sollte doch anders handeln können, ich hatte es auch gekonnt.

Im Sommer 2009, im dritten Jahr mit der Anorexie, konnte Laura von der Kinderpsychiatrie nach Hause. Ihren Teller durfte sie beim Essen nicht selbst füllen. Fünf Mal am Tag servierten ihr die Eltern das Essen, mehrmals in der Woche musste sie bei der Hausärztin ihr Gewicht kontrollieren lassen.

RAHEL Ich hatte zum ersten Mal Liebeskummer, und Laura brachte mir Schokolade und Tee. Meine verloren gegangene große Schwester war wieder da!

VATER Wenn ich am Mittag kochte, wusste ich im Voraus: Egal, wie viel Essen ich Laura reichen werde, wird sie sagen: Das ist viel zu viel! Ich werde eine Stunde am Tisch sitzen und ihr zuschauen, wie sie nicht isst.





SAMUEL Einmal aß Laura das Frühstück nicht fertig. Papa und Mama gingen mit ihr ins Wohnzimmer, wo er sie anschrie. Ich hatte Angst um Laura, er klang sehr aggressiv. Aber auch Angst um meine Eltern, dass es ihnen nicht gut geht wegen Laura.

VATER Wir luden seltener Freundinnen und Freunde zum Essen ein. Es ging ums Prinzip, dass Lauras Teller leer war. Wenn ich darauf bestand, dass sie auch die letzte Gabel Spaghetti aß, stießen wir bei manchen auf Unverständnis: Thomas, spinnst du? – Klar, was ist schon eine Gabel Spaghetti? Wir waren in permanenter Unsicherheit. Das Richtige wäre das, was hilft. Aber nichts half.

NORA Am Nachmittag saß ab und zu ich mit Laura am Tisch. Wenn ich sie fragte, ob sie den Joghurt fertig gegessen habe, sagte sie Ja. Als ich im Abfall nachsah, war der Becher nicht leer. Dass sie mein Vertrauen ausnutzte und mich manipulierte, verletzte mich. Wenn ich mit ihr ein Kleid für die Konfirmation kaufen ging, war ich nicht einfach mit meiner Schwester im Kleiderladen. Sondern mit einer anorektischen Person, die angestarrt wurde, bei der sich die Leute fragten, ob es überhaupt Kleider in ihrer Größe gab. Ich fühlte mich wie ihre Psychiatriepflegerin.

SAMUEL Früher konnte Nora keine Schwäche zeigen. Sie übernahm viel Verantwortung für Laura. Manuela machte sich später Vorwürfe, Nora zu viel zugemutet zu haben.

Laura entwickelte Zwänge. Wann immer sie konnte, stand sie. Wenn die Geschwister sich einen Film ansahen, marschierte sie manchmal auf der Stelle. Und wenn sie eine Situation nicht aushielt, riss sie aus.

MUTTER Einmal, mit 14, kaufte sie sich in einer Apotheke Aspirin, schluckte 50 Tabletten und nahm den Zug in eine andere Stadt. Dort meldete sie sich beim Polizeiposten und wurde ins Krankenhaus gebracht. In ruhigen Momenten realisierte Laura, wie fordernd und belastend die Situation für uns war. Das machte ihr zu schaffen.

VATER Mehrere Male rief die Jugendpsychiatrie an. Laura habe mit einer verbrannten Hand ins Krankenhaus gebracht werden müssen. Sie hatte sich wieder spüren wollen und kochendes Wasser über ihre Hand gegossen. Zuzusehen, wie sie sich

Schritt für Schritt zerstört, weil sie das eigene Leben nicht mehr aushält – das zerriss mich beinahe.

RAHEL Als Laura auf das Balkongeländer stieg und hinunterspringen wollte, schickten unsere Eltern Nora, Samuel und mich zu Müllers, einer befreundeten Familie. Wir spielten Brettspiele oder schauten einen Film. Bei ihnen war eine heile Welt. Die Zufriedenheit, die sie ausstrahlten, übertrug sich.

NORA Wenn ich wütend auf Laura war, konfrontierte ich sie nicht mehr damit. Aus Angst, dass sie das nicht ertragen würde, und aus Mitleid, weil sie nicht aus ihrer Krankheit herausfand. Aber wenn ich sie schone, nehme ich sie nicht mehr ernst. Und sie fehlte mir einfach, meine liebste und beste Streitpartnerin.

Damit die Eltern in den Herbstferien 2010, nach vier Jahren mit Anorexie, einmal wegfahren und sich erholen konnten, betreuten Nora und Rahel Laura.

MUTTER Das war wahnsinnig schön von Nora und Rahel! Wenn Nora das Essen servierte, diskutierte Laura immer mit ihr. Bei Rahel hingegen aß Laura ohne Diskussion. Wenn Laura sich in etwas hineinsteigerte, steigerte sich Nora auch hinein. Rahel ließ sich nicht mitreißen.

RAHEL Jetzt sagte nicht mehr Laura, wie es läuft, sondern ich. Es war, als hätten Laura und ich die Rollen getauscht. Nach ihrem Tod fühlte ich mich, als wäre ich an Lauras Stelle. Enge Freundinnen von ihr sind heute Freundinnen von mir. Früher waren sie und Nora sich nahe, heute sind Nora und ich uns nahe.

Am Ende des Urlaubs schrieb Laura Nora eine Karte.

»Liebe Nora! Ich habe die gut 1,5 Wochen so genossen mit dir! (...) Es waren 1,5 Wochen voller neuer, aufregender Erlebnisse, mit gemütlichen Abenden, und, Nora, ich glaube, ich habe schon so lange nicht mehr so häufig und so aus dem Herzen gelacht. Ich fühlte mich wohl und genoss es, einfach wie ein normaler Teenager, der sturmfrei hat, Urlaub zu machen. Nora, danke, dass du mir das ermöglicht hast! (...) Müntschi, Laura.«



NORA Ich hatte die Hoffnung aufgegeben, dass dieser Urlaub sie motivieren könnte zuzunehmen. Ab einem gewissen Punkt reicht ein Anreiz, wie bei mir der Fußball, nicht mehr.

VATER Nach einem intensiven Jahr, in dem Laura zu Hause lebte, ging es nicht mehr. Ihr Gewicht war ein Auf und Ab. Als die Hausärztin sie bei der Gewichtskontrolle warten ließ, bis sie auf die Toilette musste, stellte sich heraus: Sie hatte eineinhalb Liter Wasser getrunken. Sie schöpfte alle Möglichkeiten aus, um zu schummeln. Sie war schwer gezeichnet von der Krankheit und resignierte. So leben geht nicht, zunehmen geht auch nicht. Bereits vor dem Urlaub der Eltern hatte die Klinikleitung festgelegt, wann Laura aufgenommen wird. Weil die Eltern noch im Urlaub waren, brachte Nora Laura zusammen mit einer Freundin der Eltern in die Jugendpsychiatrie.

NORA Laura wurde kaum willkommen geheißen. In der tristen Kammer, die ihr Zimmer war, wirkte sie verloren. Ich überlegte, sie mit nach Hause zu nehmen, bis unsere Eltern die Aufnahme regeln könnten. Ich wagte aber nicht, mich einzumischen. Die Institution und meine Eltern wussten besser, was gut ist für Laura. Heute denke ich: Dass ich für uns und unsere Beziehung einstehe, wäre in diesem Moment vielleicht wichtiger gewesen.

SAMUEL Wenn mich andere Siebenjährige fragten, warum meine Schwester nicht bei uns wohnt, versuchte ich etwas zu erklären, was ich selbst nicht wirklich verstand. Mein Verständnis von Anorexie war: Laura will nicht essen. Was dahinter war, sah ich nicht.

NORA Laura hatte eine wahrscheinlich existenzielle Angst, die Kontrolle zu verlieren, nicht zu 100 Prozent perfekt zu sein, zu versagen, ungeliebt zu sein. Und sie hatte unglaublich hohe Ansprüche an sich selbst. Sie benutzte ihren Körper, um Kontrolle zu behalten. Und das Essen war ein Mittel dazu. Wenn sie sich vorgenommen hatte, am Mittag nur einen Apfel zu essen, und dann auch ein Stück Brot aß, bestrafte sie sich, indem sie am Abend nur einen halben Apfel aß. Therapien, die vor allem darauf ausgelegt sind, dass jemand wieder essen kann, behandeln die Krankheit nicht in ihrem ganzen Ausmaß.



Anorexie sei kein Hungerstreik, sagt die Psychiaterin Gabriella Milos von der Schweizerischen Gesellschaft für Essstörungen am Telefon. »Der Gedanke, dass die Patientinnen nicht essen wollen, ist falsch. Sie können nicht mehr essen. Zu essen löst ein Gefühl des Versagens aus, nicht zu essen hingegen einen Kick. Es ist eine Belohnung.« Je länger eine Person krank sei, sagt Milos, desto schlechter die Prognose. So können Begleiterkrankungen wie Depressionen, Angst- oder Zwangsstörungen und körperliche Komplikationen hinzukommen. Die Erfolgsquote der Behandlung sei in der Kinder- und Jugendpsychiatrie deutlich höher als in der Erwachsenenpsychiatrie.

Sechs Jahre nachdem Laura gestorben war, kam 2019 eine im Fachmagazin Nature Genetics publizierte Studie zu dem Schluss, dass Anorexie mit dem Stoffwechselzusammenhänge und dieser auch zur Entwicklung der Störung beitragen könnte. Traditionell werde ein niedriges Gewicht als Folge der psychologischen Merkmale einer Anorexie angeschaut, also des Schlankseinwollens und der Körperunzufriedenheit. Diese Perspektive, erläutern die Autorinnen, führe nicht immer zur richtigen Behandlung. Bisher ist diese vorwiegend psychotherapeutisch. Denn Störungen des Stoffwechsels machten es besonders schwierig, wieder auf ein gesundes Gewicht zu kommen. Mit dem neuen Verständnis von Anorexie als metabolisch-psychiatrische Störung verfolgt ein Team mit deutschen und Schweizer Psychiaterinnen, darunter Milos, einen Ansatz mit dem Hormon Leptin. Dieses reguliert, wie sich der Körper an einen Hungerzustand anpasst. Ist der Leptin-Spiegel tief, führt das zu erhöhter körperlicher Aktivität. In einem ersten experimentellen Behandlungsversuch verabreichte das Team drei Patientinnen das Medikament Metreleptin. Die Depression schwächte sich ab und der Bewegungsdrang verringerte sich.

### **Aufbruch und Ende**

Im Sommer 2011 schloss Nora das Gymnasium ab.

NORA Als ich mit meiner Klasse auf die Bühne gerufen wurde, sah ich im Publikum meine Eltern, Rahel, Samuel und meine Großeltern. Laura war nicht da. Ich war so enttäuscht. Und wütend, dass die Krankheit auch an diesem Tag präsent war und es nicht einfach um mich ging.



RAHEL Ich erzählte nicht vielen von Laura und der Krankheit, ich wollte dem nicht noch mehr Raum geben. Ein Mädchen, das auch Anorexie hatte, wollte einmal mit mir darüber reden. Ich dachte nur: Hey, ich bin keine Expertin. Im Herbst 2011, im sechsten Jahr mit Anorexie, sollte Laura wieder künstlich ernährt werden. Doch das wollte sie nicht. Die Eltern mussten entscheiden, ob Laura gegen ihren Willen zwangsernährt werden soll.

MUTTER An einem Abend im November, draußen waren es fünf Grad, hatten Thomas und ich ein Gespräch in der Psychiatrie. Im Flur kam uns Laura schlotternd entgegen. Sie hatte eine halbe Stunde lang mit nackten Füßen im Brunnen gestanden. Laura war getrieben und nicht mehr sie selbst. Und so entschieden wir uns für die Zwangsernährung. Wenn sie auf ein bestimmtes Gewicht kommt, könnte sie in die Einrichtung mit Bauernhof, die ihr so gefallen hatte.

RAHEL Wenn unsere Eltern in der Psychiatrie waren oder sich wieder stritten – ich hoffte, sie würden sich trennen –, kümmerte ich mich um Samuel. Nora hatte abends oft Training. Später machte sie sich Vorwürfe, zu selten da gewesen zu sein. Einmal habe ich mir gewünscht, dass Laura stirbt. Damit unsere Eltern wieder mehr Zeit für uns haben.

SAMUEL Oft war es Rahel, die auf mich aufpasste, für mich kochte oder mich ins Bett brachte. Eines Mittags, der Tag war grau, wollte Laura nur wenig Ratatouille essen, und wegen der Kohlenhydrate sicher keine Polenta. Mama und Papa schickten mich zum Spielen mit den Nachbarjungs in den Garten. Kurz darauf hielt ein Rettungswagen vor dem Haus. Zurück in der Wohnung sah ich Nora und Rahel die Küche aufräumen. Und ich merkte: Es ist immer Laura, die Probleme hat, die verletzlich ist. Bei uns anderen gab es dafür keinen Platz.

RAHEL Sie und Mama hatten Streit. Mama hatte sie geschlagen, und Laura war zu Boden gefallen. Ich weiß nicht mehr, was ich schlimmer fand: Dass meine Mutter so an ihre Grenzen gekommen war. Oder dass Laura inzwischen so leicht war, dass sie gleich zu Boden gefallen war.

VATER Unsere Freundinnen mussten zusehen, wie wir rotierten. Am meisten half uns, wenn die anderen Kinder bei ihren Freunden gut aufgehoben waren.



MUTTER Wir probierten, den anderen Kindern gerecht zu werden. Ab und zu nahm ich passiv wahr, dass Nora weniger aß. Doch schon kam der nächste Notfall mit Laura. Erst nach ihrem Tod hatte ich Platz für diese Gedanken, da hatte ich öfter Angst, dass Nora in alte Muster fallen könnte. Zum Beispiel als sie sich von ihrem Freund trennte oder Stress an der Uni hatte.

Phasen, in denen sie sich verbot, bestimmte Dinge zu essen, hatte Nora immer wieder. Oder als sie nach dem Essen Sport trieb, um die Kontrolle wieder zu haben. Sie realisierte es rechtzeitig und machte dann früher Feierabend, um laufen zu gehen und den Kopf freizukriegen.

NORA Ich habe eine dunkle, depressive Seite. Gut möglich, dass sie mehr Platz bekommen hätte, wenn Laura nicht krank geworden wäre. Die Erfahrungen mit Laura haben mich in diesem Sinne beschützt. Ich musste mich mit meinen Ängsten und Abgründen auseinandersetzen.

Ab und zu luden die Eltern Christophe Girardin zum Essen ein. Er war in der Kinderpsychiatrie Lauras Lehrer, sang, jonglierte und malte mit den Kindern und wurde für Laura ein wichtiger Mensch. Der Kontakt zu ihm ist geblieben. Bei sich im Bauernhaus außerhalb der Stadt, in dem die Dielen knarzen, erzählt er. »Laura hatte einen feinen Humor, war sehr sozial, vielseitig begabt, blitzgescheit und wollte die Beste sein.« Er habe sich überlegt, woher ihr Perfektionismus kommt. »Genügt sie in der Familie nicht? Neben ihren Schwestern? Nein. Ich fand nichts, das von der Familie hätte ausgelöst worden sein können. Es musste von ihr selbst kommen. Die Familie hatte einen wohltuend normalen Umgang.« Er erinnert sich an ein Klinikgespräch, dem er als Lehrer beiwohnte. »Im Raum lag diese bohrende Schuldfrage. Ich spürte die Trauer der Eltern. Sie verlieren – schon zu Lebzeiten – nach und nach ihr Kind und müssen gleichzeitig die Frage aushalten, ob sie etwas falsch gemacht haben.«

2012 zog Nora in eine WG mit drei Freundinnen. Kurz zuvor hatten sich die Eltern getrennt.

NORA Ich freute mich auf das WG-Leben, gleichzeitig plagte mich das schlechte Gewissen, nicht für Rahel und Samuel da sein zu können.

RAHEL Silvester feierte ich auf der Party von Noras WG. Es wurde normaler, dass Laura nicht dabei war.

NORA Ich begann, in der Mittagspause zu schlafen, so erschöpft war ich. Sehr oft fehlte mir die Energie für die normalen Dinge, die man mit 20 macht: Ausgehen, Geburtstagsfeiern, Konzerte. Die Energie brauchte ich, um dafür zu kämpfen, dass die Hoffnung, dass Laura überleben könnte, nicht verschwindet. Das Handy trug ich immer bei mir, immer auf laut. Ich war in dauernder Alarmbereitschaft. Ich wusste: Am Tag, an dem Manuela oder Thomas mich anrufen und ich nicht weiß, warum, an diesem Tag werde ich Panik bekommen. Was ich erlebte, machte mich einsam. Ich glaube, es machte uns alle einsam. Für meine Eltern ging es um ihr Kind, für Rahel und Samuel um ihre ältere Schwester, für mich ging es um meine jüngere Schwester.

MUTTER Christophe, der Lehrer, schlug vor, Laura zu einer Aushilfskraft auf die Alm zu schicken. Wir wollten das der Aushilfskraft nicht zumuten. Man musste jeden Moment mit einem Herzinfarkt von Laura rechnen. Viele Menschen realisierten nicht, wie krank Laura war.

NORA Laura, denke ich ab und zu, hättest du dich doch ein bisschen angestrengt, dann wärst du noch hier. Aber: Es ist eine psychische Krankheit, keine Willensverweigerung. Einer Person mit Schizophrenie sage ich nicht: Du musst nur wollen, dann geht es.

Als Laura 2013, im siebten Jahr mit Anorexie, 18 Jahre alt wurde, durfte sie nicht in der Jugendpsychiatrie bleiben. Zu Hause ging es ihr so schlecht, dass ihre Eltern sie nach drei Wochen ins Krankenhaus einwiesen. Drei Mal war Laura unter Zwang künstlich ernährt worden, trotzdem verbesserte sich ihr Zustand kaum. Ein Anruf im August 2013, Noras Mutter.

NORA Sie hatten sich entschieden, Laura kein weiteres Mal gegen ihren Willen künstlich ernähren zu lassen, erzählte sie mir. Ich schrie meine Mutter an.

RAHEL Ich fand das gut, es war nicht mehr würdevoll für Laura. Kurz nach ihrem Tod machte ich für zwei Wochen ein Praktikum in der Jugendpsychiatrie. Es tat mir gut, den Ort zu sehen und die Menschen, die sich um sie gekümmert haben. Man kann ihnen nichts vorwerfen.

NORA Zwei Tage vor ihrem Tod besuchte ich Laura im Krankenhaus. Sie lag im Bett und konnte sich nicht mehr bewegen. Sie fragte mich, wie meine Prüfungen gelaufen sind und was im neuen Semester ansteht. Trotz der Wärme des Spätsommertags war sie zugedeckt. Ich war froh, ihren Körper nicht sehen zu können – ich konnte ihn unter der Decke nicht erkennen. Und doch blitzte in diesen Fragen die Laura auf, die ich so vermisste.

MUTTER Am Abend bevor Laura starb, wollte Thomas mit ihr aufschreiben, welche Wünsche sie im Falle ihres Todes hat. Sie wolle leben, aber nicht essen, sagte sie. Sie war bis zum Schluss überzeugt, dass sie nicht sterben würde.

SAMUEL Ein Dienstag. In der Tagesschule tauschte ich mit Flo Panini-Bilder für die Fußball-WM. Auf einmal kam Thomas und sagte: Komm, Samuel, wir gehen nach Hause. Ich darf doch jetzt nicht gehen, dachte ich. Auch Frau Pfander, die Betreuerin, sagte: Samuel, du gehst jetzt nach Hause. Normalerweise war sie streng, nun wirkte sie aufgewühlt. Wir gingen die wenigen Schritte nach Hause. Und da sagte Thomas es mir. Ich weinte nicht, ich saß auf dem Bett und schaute einfach ins Leere. Am Abend wollte ich unbedingt ins Fußballtraining. Der Trainer beendete es frühzeitig und sagte: Jetzt trinken wir etwas und stoßen auf Samuel an.

Es waren Lauras Nieren, die als Erstes versagten, danach nach und nach die anderen Organe.

VATER Die sieben Jahre waren prägend. Dadurch rückt die restliche Familiengeschichte wie hinter einen Schleier.

SAMUEL Dass Nora Anorexie gehabt hatte, erfuhr ich erst drei, vier Jahre nach Lauras Tod bei einem Abendessen. Für Nora war es noch immer ein schwieriges Thema. Bis heute wage ich nicht, sie darauf anzusprechen. Es gab diesen Moment nicht.

NORA Ich habe es schon hundert Mal durchgespielt: Wir haben in jeder Situation so entschieden, wie wir es in diesem Moment für das Beste hielten. Und doch ist das Gefühl da: Es hätte doch etwas geben müssen, das ich hätte machen können, damit das Schlimmste nicht passiert. Der Gedanke, versagt zu haben, ist einfacher zu ertragen, als sich einzugestehen, machtlos zu sein.

RAHEL Wenn ich von Laura träume, ist sie immer gesund.