

Wie Anorexie das Körpergefühl verändert

Bericht: Ruhr-Universität Bochum

Unwillkürlich schieben sich essgestörte Patientinnen und Patienten seitlich durch eigentlich ausreichend breite Türen. Ein Hinweis darauf, wie sie unbewusst ihre Körperfülle überschätzen.

Menschen mit Magersucht, wissenschaftlich Anorexia nervosa, haben ein gestörtes Verhältnis zu den Ausmaßen ihres Körpers. Eine Studie des Teams der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum (RUB) hat gezeigt, dass neben dem bewussten Körperbild auch das sogenannte Körperschema gestört ist: das unbewusste Körpergefühl. Normalerweise passt es sich den aktuellen Gegebenheiten an. Bei Patientinnen und Patienten mit Anorexie könnte es auf dem Stand vor dem Beginn der Erkrankung stehen bleiben. Die Forscherinnen und Forscher um Prof. Dr. Martin Diers empfehlen eine Kombination aus kognitiver Verhaltenstherapie und dem Einsatz virtueller Realität, um das gestörte Körperschema zu korrigieren. Sie berichten im International Journal of Eating Disorder vom 20. Dezember 2020.

Dem Unbewussten auf die Spur kommen

Die gestörte Wahrnehmung des eigenen Körpers ist eines der kennzeichnenden Symptome von Anorexie. Schon länger ist bekannt, dass Patientinnen und Patienten die Ausmaße ihres Körpers überschätzen. „Diese Diskrepanz bezieht sich auf den bewussten Teil der Körperwahrnehmung, das Körperbild“, erklärt Martin Diers. Daneben gibt es das Körperschema, das unbewusste Körpergefühl, das uns zum Beispiel sagt, wo wir uns im Raum befinden. Es ist normalerweise flexibel und passt sich an aktuelle Ausmaße an. Deswegen stößt man normalerweise auch dann nirgendwo an, wenn man einen Hut oder einen Rucksack trägt.

Um diesem unbewussten Teil der Körperwahrnehmung auf die Spur zu kommen, entwickelte das Team der Klinik einen Versuch, an dem 23 Personen mit Anorexie und 23 gesunde Vergleichspersonen teilnahmen. Um die Ergebnisse nicht zu verfälschen, erfanden die Forscherinnen und Forscher zur Begründung für die Probanden eine Geschichte, die mit dem eigentlichen Zweck des Versuchs nichts zu tun hatte. Das Experiment bestand darin, die Versuchspersonen durch Türrahmen unterschiedlicher Breite gehen zu lassen. „Die Öffnung war dabei an die Schulterbreite der Probandinnen und Probanden angepasst und variierte zwischen dem 0,9-fachen und dem 1,45-fachen dieser Breite“, so Diers. Die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler beobachteten nun, ab welcher Türbreite sich die Teilnehmenden seitlich wendeten, bevor sie die Tür passierten.

Es zeigte sich, dass Patientinnen und Patienten ihre Schultern schon bei deutlich breiteren Türen zur Seite wegdrehen als gesunde Kontrollpersonen. „Das zeigt uns, dass sie auch unbewusst ihre Ausmaße größer einschätzen als sie wirklich sind“, folgert Erstautorin Nina Beckmann. Die Tendenz zum frühen Wegdrehen ging auch einher mit einer negativen Einschätzung des eigenen Körpers, die die Forscherinnen und Forscher in verschiedenen Fragebögen erhoben. Um die gestörte unbewusste Körperwahrnehmung positiv zu beeinflussen und das eventuell veraltete Körperschema wieder den aktuellen körperlichen Ausmaßen anzupassen, empfiehlt das Forschungsteam neben der kognitiven Verhaltenstherapie auch den Einsatz virtueller Realität. Damit ist es möglich, virtuell für eine gewisse Zeit in den Körper einer oder eines anderen zu schlüpfen und damit die Repräsentation des Körpers zu beeinflussen.

Originalveröffentlichung

Nina Beckmann, Patricia Baumann, Stephan Herpertz, Jörg Trojan, Martin Diers: How the unconscious mind controls body movements: body schema distortion in Anorexia nervosa, in: International Journal of Eating Disorder, 2020, DOI: [10.1002/eat.23451](https://doi.org/10.1002/eat.23451)

12.1.2021

Meike Drießen (md)

Ruhr-Universität Bochum

www.new.rub.de