

„Ich bin jetzt ein ganz neuer Mensch“

Die Dürenerin Christel Scharfenort, 62, hat **rund 100 Kilogramm abgenommen**. „Mein Gewicht hat sich so hochgeschraubt.“

VON SANDRA KINKEL

Düren. „Essen ist heute für mich eine Pflichtveranstaltung. Ich verspüre kaum noch Hungergefühl. Manchmal stelle ich mir den Wecker an meinem Handy, damit ich das Essen nicht vergesse.“ Christel

Scharfenort ist 62 Jahre alt und eine schlanke Frau. Ihr Gewicht schwankt zwischen 68 und 70 Kilogramm. Und das bei einer Körpergröße von 1,72 Meter.

Das war nicht immer so. Noch vor wenigen Jahren hat sie 170 Kilogramm auf die Waage gebracht.



Früher hat Christel Scharfenort Kleidergröße 60 getragen. Heute passt sie in 36. Foto: Sandra Kinkel

DREI FRAGEN AN

► DR. SERHAT
AYMAZ

Chefarzt der Klinik
für Gastro-Enter-
ologie, Kranken-
haus Düren



„Den Lebensstil umstellen“

Was genau ein Magenband ist und wann es eingesetzt wird, erklärt Dr. Serhat Aymaz vom Krankenhaus Düren.

Wer bekommt ein Magenband, wenn er abnehmen muss?

Dr. Serhat Aymaz: Ein Magenband ist bei krankhafter Fettsucht der beste Weg abzunehmen. Allerdings muss es darüber hinaus auch eine psychologische Betreuung der Patienten geben und eine diätetische Beratung. Die Leute müssen trotzdem ihren Lebensstil radikal umstellen.

Ab wann ist man „krankhaft fett-süchtig“?

Aymaz: Das hängt vom so genannten Body-Mass-Index ab. Als Faustregel kann man aber sagen, Menschen mit normaler Größe, die 150 Kilogramm und mehr wiegen, sind fett-süchtig.

Braucht man auch mit Magenband Disziplin zum Abnehmen?

Aymaz: Bei der Magenband-Operation wird der Magen verkleinert, die Leute haben weniger Hunger und relativ schnell ein Völlegefühl. Das Magenband hilft, diszipliniert zu sein.

„Am Ende konnte ich nur noch 50 Meter am Stück laufen. Ich hatte wahnsinnige Beschwerden.“

**CHRISTEL SCHARFENORT,
HAT ÜBER 100 KILOGRAMM
ABGENOMMEN**

„Essen“, sagt Christel Scharfenort, „war für mich immer Ersatzbefriedigung. Schon als junges Mädchen.“ Über ihre Probleme damals will sie eigentlich nicht sprechen. Nur so viel: „Ich hatte immer Schwierigkeiten mit meiner Mutter, fühlte mich nicht angenommen. Und da habe ich angefangen zu essen.“

Ihr Übergewicht sei keine Veranlagung, ihr Übergewicht sei die Folge übermäßigen Essens. „Nach der Geburt meiner Tochter habe ich schon 120 Kilogramm gewogen, dann habe ich aufgehört zu rauchen und noch mehr zugenommen. Mein Gewicht hat sich einfach so hochgeschraubt.“ Irgendwann ist die kaufmännische Angestellte krank geworden. Schlaf-Apnoe, beginnende Diabetes und Bluthochdruck haben die Ärzte diagnostiziert. „Am Ende konnte ich gerade noch 50 Meter am Stück laufen. Ich hatte wahnsinnige körperliche Beschwerden.“

Christel Scharfenort hat sich ein Magenband einsetzen lassen, dabei wird der Magen verkleinert. Alleine, das haben auch ihre Ärzte gesagt, hätte sie die radikale Gewichtsabnahme nicht geschafft. „Ich kann alles essen, nur wesentlich weniger. Und trotzdem war es schwer. Wer denkt, Abnehmen mit

dem Magenband ist eine einfache Sache, irrt ganz gewaltig.“ Frau Scharfenort hat ihr Leben komplett umgekrempelt. Sie hat eine Psychotherapie gemacht und alle Schwierigkeiten und Probleme gründlich aufgearbeitet. Früher hat sie Kleidergröße 58/60 getragen, heute passt sie in 36/38. Ihre Schuhgröße hat sich um zwei Nummern verkleinert. „Ich kann heute wieder 40 Bahnen am Stück schwimmen. Und ich habe einen lebhaften Jack-Russell-Terrier, mit dem ich viel unterwegs bin.“

Sie habe ein ganz neues Leben. „Mein Blutdruck ist okay, die Schlaf-Apnoe weg und die Diabeteswerte normal. Ich bin ein neuer Mensch.“ Sie könne sich nicht vorstellen, noch einmal dick zu sein. „Und ich glaube auch nicht, dass mir das passiert.“ Adipositas, sagt Christel Scharfenort dann noch, sei allerdings eine Krankheit. „Und die habe ich immer noch. Auch wenn ich heute nicht mehr dick bin. Das ist wie bei einem trockenen Alkoholiker.“

Christel Scharfenort ist heute nur noch ehrenamtlich tätig. Sie betreut Menschen, die unter Adipositas leiden. „Schwergewichtige Menschen sind sehr verletzlich. Ich habe mich vor meiner Operation bei den ganzen Auseinandersetzungen mit den Krankenkassen sehr alleingelassen gefühlt. Heute geht es mir gut, und ich möchte anderen Menschen helfen. Und sie aus ihrer Isolation holen. Viele trauen sich überhaupt nicht mehr aus ihrer Wohnung.“

Weitere OP

Christel Scharfenort selbst wartet im Augenblick auf eine Wiederherstellungs-Operation, bei der die überschüssigen Hautlappen entfernt werden. „Im Augenblick bin ich an Armen und Beinen gewickelt. Es ist einfach viel zu viel Haut.“ Christel Scharfenort schätzt, dass ihr mindestens zehn Kilogramm Haut entfernt werden. Und das würde dann bedeuten, dass sie insgesamt ungläubliche 112 Kilogramm abgenommen hat.

Selbsthilfegruppe trifft sich einmal im Monat

Christel Scharfenort leitet sieben Selbsthilfegruppen in ganz Nordrhein-Westfalen.

Ihre Dürener Gruppe trifft sich immer am ersten Donnerstag im Monat um 19 Uhr in Raum 9 des Schulungszentrums des St.-Marien-Hospitals in Birkesdorf, Hospitalstraße.

Das nächste Treffen der Gruppe findet am Donnerstag, 7. März, in

der Birkesdorfer Klinik statt. Betroffene sind herzlich eingeladen, an den Treffen der Gruppe teilzunehmen.

Die etwa 25 Teilnehmer der Gruppe unterhalten sich über Ernährung, Themen sind aber auch private Probleme. Außerdem klärt Christel Scharfenort auch über die chirurgischen Eingriffe auf. Nähere Informationen zu den Treffen gibt es unter ☎ 0178/4746580.