

Home > München > Adipositas-Patienten - "Sie sind oft stigmatisiert"

2. März 2017, 21:45 Uhr Adipositas-Patienten

"Sie sind oft stigmatisiert"

Faris Abu-Naaj, 50, war Adipositas-Patient. Nach einer Operation nahm er mehr als 100 Kilo ab. Er gründete und leitet Selbsthilfegruppen in Frankfurt und München. Außerdem schrieb er das Buch "Schlank durch OP".

Die Selbsthilfegruppe "Dicke Freunde München" unterstützt Adipositas-Patienten

Interview von Birte Bredow

Fast ein Viertel der Deutschen ist laut Robert-Koch-Institut adipös, also krankhaft übergewichtig. Sie leiden oft nicht nur unter ihrem Gewicht, sondern auch unter den Reaktionen des Umfeldes. Faris Abu-Naaj gehörte lange zu ihnen, heute unterstützt er andere Patienten. Seit Kurzem leitet er die Selbsthilfegruppe "Dicke Freunde München". Er wünscht sich, dass mehr über die Ursachen geredet wird.

SZ: Die Münchner Gruppe ist recht neu - warum haben Sie sie gegründet?

Faris Abu-Naaj: Ich führe gemeinsam mit anderen eine Facebook-Gruppe zur Adipositas-Chirurgie. Wir haben dort unglaublich viele Anfragen bekommen, ob wir nicht die Möglichkeit hätten, eine Selbsthilfegruppe in der Münchner Innenstadt zu etablieren. Das haben wir, Roberta Englert und ich, anderthalb Jahre beobachtet und uns dann entschlossen, es zu machen.

Wie ist die Versorgung durch Fachpersonal an Ort und Stelle?

Eines von zwei zertifizierten Zentren in Bayern ist die AMC-Wolfart-Klinik in Gräfelfing. Und es gibt sehr viele Ernährungsberaterpraxen. Zentren, in denen Chirurgen, Ernährungsberater und Bewegungstherapeuten kooperieren, gibt es drei oder vier im Großraum [München](#). Also eigentlich ist die Lage sehr gut.

Welche Rolle nimmt Ihre Selbsthilfegruppe dabei ein?

Eine Therapie kann und will sie nicht ersetzen. Ihr Charakter ist es, Patienten über Ursachen, Folge- und Begleiterkrankungen sowie Therapiemöglichkeiten zu informieren. Das zweite ist der Austausch zwischen Patienten. Aufgrund ihrer Gewichtssituation sind sie oft stigmatisiert.

Wie wichtig war Ihre Magenbypass-Operation für Ihre Gewichtsabnahme?

Lebenswichtig. Ich habe mehr als 210 Kilo gewogen. Ich habe Diäten gemacht, war acht Wochen in Kur, hatte immer wieder kurzfristig einen Erfolg, aber die Kilos waren dann schnell wieder drauf. Ohne Operation hätte ich es sehr schwer geschafft.

Was entgegnen Sie Menschen, die sagen, Adipositas-Patienten sollen einfach weniger essen?

Denen entgegne ich, dass die zentrale Frage sein muss, warum diese Leute viel essen? Wenn zum Beispiel ein zu hoher Insulinwert der Grund ist, dann haben sie permanent Hunger. Sie sind also nicht nur genussüchtig oder disziplinos. Und wenn jemand sagt, mach' einfach mehr Sport, dann würde ich dem empfehlen, einen Rucksack mit 50, 60 Kilo auf die Schulter zu nehmen und zu versuchen, auch nur ein Stockwerk zu gehen.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich an diesem Freitag, 3. März, im Eine-Welt-Haus, Schwanthalerstraße 80. Von 18 bis 20 Uhr geben Mediziner Auskunft zu Operationsmöglichkeiten. Weitere Informationen unter www.dicke-freunde-muenchen.de.