

Wie stopt magere Hein?

Gisteren om 03:00



Een gezin waarvan de dochter aan anorexie lijdt, luidt de alarmbel. Kinderen zullen blijven sterven zolang onze leiders niet in actie komen. ‘Wij smeken u, doe iets!’

Ons gezin wordt geconfronteerd met anorexie bij onze dochter. Anorexie – anorexia nervosa – is een verwoestende vermagerzucht. Met intensieve begeleiding zijn we al meerdere maanden de strijd ertegen aan het voeren.

In een angstwekkend snel tempo verkilde ons warme gezin. Onze spontane en humoristische dochter werd stil en in zichzelf gekeerd, een schim van zichzelf; gevangen in een rigide, absurd denkpatroon over plicht, uiterlijk en controledwang. Haar broer zei met tranen in de ogen dat hij afscheid van zijn zus had moeten nemen. Ontspannen tafelen was een onbereikbare, vage herinnering geworden. Uitstapjes of familiefeesten werden gemeden, of leken door alle voorbereidingen die we telkens weer moesten treffen op ware expedities.

Voedingsbodem

We hebben ondertussen al veel geleerd: dat anorexie de dodelijkste psychiatrische afwijking is, dat de mortaliteit tien procent bedraagt met een geschatte *lifetime prevalence* van 0,5 procent (wat betekent dat 0,5 procent van de bevolking ergens tijdens zijn leven deze vreselijke ziekte oploopt). Cijfers in Nederland

spreken van 5.600 patiënten (meestal vrouwen, pubers of jongvolwassenen). 45 procent herstelt volledig, een derde geneest gedeeltelijk, 25 procent herstelt niet. Het zijn hallucinante cijfers, in een zeer jonge leeftijdscategorie.

We hebben inmiddels ook al veel aan den lijve ondervonden, onder meer dat deze aandoening bij veel mensen (ook hulpverleners) miskend is en maatschappelijk zwaar wordt onderschat.

Natuurlijk veronderstelt de ontwikkeling van anorexie een persoonsgebonden 'voedingsbodem', maar ook en vooral zijn er veel externe factoren die de ziekte kunnen doen ontvlammen en aanwakkeren, of minstens het genezingsproces belemmeren.

Een kwalijk idee kan zich immers als een virus verspreiden, een brein parasiteren en zich verder vermenigvuldigen. Het lijkt dan ook niet meer dan evident de verspreiding van deze dodelijke ziekte zo veel mogelijk tegen te gaan. Het is daarom uitermate frustrerend te zien dat daar nauwelijks aandacht voor is, veel minder dan bij andere maatschappelijke fenomenen zoals nicotineverslaving, kanker of moslimextremisme (dit laatste heeft tot op vandaag veel minder slachtoffers geëist in België dan anorexie).

De platste commercie

Dames en heren politici, jullie die willen dat de wereld beter wordt, dat we met zijn allen gelukkiger worden, dat het algemeen welzijn wordt opgekrikt – toch? Er is dan ook werk aan de winkel. Enkele voorstellen.

1. Verbied pro-Ana websites, en spoor ze ook op om ze van het internet te halen. Het gaat om websites die anorexiapatiënten aanmoedigen om zichzelf uit te hongeren. Het is onbegrijpelijk dat die sites nog altijd zonder probleem te consulteren zijn. Ze zijn het equivalent van websites die aansporen tot terreur en praktische tips geven om aanslagen te plegen. Ze zetten aan tot haat (jegens zichzelf) met jaarlijks massa's slachtoffers, en ze worden al jaren zomaar getolereerd.
2. Vaardig een verbod uit op misleidende (gefotoshopte) afbeeldingen van lichamen, of verplicht op zijn minst om bij dergelijke beelden een duidelijk zichtbare waarschuwing te plaatsen: dat het gefotoshopte beelden betreft en dat 'een vertekend lichaamsbeeld de gezondheid ernstige schade kan toebrengen'. Is misleidende reclame trouwens sowieso niet verboden? En voorts: moeten we het toppunt van platte commercie, de spiegels in modewinkels die mensen er slanker doen uitzien en aanzetten tot kopen, werkelijk blijven tolereren?
3. Bedenk een actieplan om modellen met ondergewicht uit de modewereld te bannen, of om ze aan te zetten tot een gezonder gewicht. Dit is essentieel om het idee over de ideale vrouwenmaten bij te stellen. Dit fenomeen zal niet vanzelf verdwijnen, aangezien al sinds eind jaren zestig van de vorige eeuw (sinds Twiggy) het 'kapstok-model' de modewereld overheerst. Het is bijzonder moeilijk om als ouder je erg beïnvloedbare pubers tegen dat 'ideaalbeeld' te beschermen. Zou ondervoeding bij modellen niet als beroepsziekte beschouwd kunnen worden, zoals de vroegere stoflong bij mijnwerkers, longvlieskanker bij Eternit-arbeiders? Ook voor die modellen is er immers een aangetoonde mortaliteit bij ondergewicht.
4. Breng genuanceerdere boodschappen over voeding. De media berichten bijzonder veel over voeding, doorgaans tegen de achtergrond van obesitas, met een niet-aflatende stroom van niet-wetenschappelijk onderbouwde diëten. Ook hier rijst de vraag of dit niet 'misleidend' is (want wetenschappelijk niet onderbouwd). Moet er in die berichtgeving niet vaker vermeld worden dat ondergewicht of onevenwichtige

voeding de gezondheid veel sneller en veel ernstiger kan schaden dan overgewicht? De grootste winst in levensverwachting van de mens tegenover pakweg 150 jaar geleden is niet het gevolg van betere geneeskunde, maar van betere en gevarieerder voeding. Door de huidige obesitasepidemie worden suiker en vet gebrandmerkt als ongezonde voedingsstoffen, terwijl het essentiële voedingsstoffen zijn en enkel er te veel van eten ongezond is. Laten we terloops niet vergeten dat ook de 'light industrie' in eerste instantie commerciële bedoelingen heeft.

5. Maan scholen en andere instellingen die zich tot jongeren richten aan tot voorzichtigheid als ze over voeding praten, en druk ze op het hart dat niet alleen vanuit de obesitasproblematiek te doen. Het is ronduit verwerpelijk om kinderen calorieën te laten tellen!

6. Hiermee aansluitend, voer alstublieft geen 'vettaks in: vetten zijn een essentieel onderdeel van onze voeding en op zich gezond.

Wij smeken u

Aan de mode-industrie, de voedingsgoeroes, de modellenbureaus en vooral aan alle beleids mensen, besluitvormers, mensen van goede wil: wij willen niet belerend zijn, wij formuleren zelfs geen opinie, wij smeken u. Voor onze kinderen. Voor hun welzijn. Voor hun geluk. Doe iets, alstublieft. Doe iets.
