

Laura-Serie, Teil 3

Mein Schlank-Geheimnis

„Ein Magen-Ballon hat mir beim Abnehmen geholfen“

Fastenkur, weniger essen, Fettpunkte zählen – Silvia Pawlak (37) hat jahrelang versucht abzunehmen. Dann hat es endlich geklappt. Mit Hilfe eines Ballons in ihrem Magen ...



„Nachher
90 kg“

„Ich fühle mich total wohl“, sagt Silvia Pawlak lachend. „Um schlank zu bleiben, brauche ich keinen Ballon mehr. Mir passt Größe 44“



So richtig schlank war ich noch nie. Als Kind sah ich eher mollig aus. Mit 20 wog ich bei einer Größe von 1,66 Meter schon knapp 80 Kilo. Aber erst nach meiner Schwangerschaft ging es richtig los ...

Die Ärzte stellten bei mir zu Beginn meiner Schwangerschaft einen Bandwurm fest. Ihr Rat: Ich sollte ordentlich essen, damit mein Baby genügend Nährstoffe bekommt. Also habe ich das gemacht. Ich nahm bis zur Geburt gerade mal sechs Kilo zu. Aber der Appetit blieb. Ich aß weiter wie bisher, nahm in einem Jahr über 20 Kilo zu und wog schließlich 110 Kilo. Da hatte ich längst abgestillt, der Bandwurm war entfernt worden.

Ich wollte gern weniger essen, aber ich bekam meinen Appetit einfach nicht in den Griff. 1997 bezahlte mir die Krankenkasse eine dreiwöchige Fastenkur in einer Klinik. In den ersten Tagen hat mein Magen oft geknurrte. Aber ich blieb standhaft, und nach einer Woche fiel es mir leicht, ständig Gemüsebrühe zu trinken. Ich nahm zehn Kilo ab, das wollte ich unbedingt halten. Zwei Jahre lang habe ich mich gezwungen, wenig zu essen. Habe nur zugeguckt, wenn die anderen zu Torte und Pizza griffen.

Irgendwann probierte ich ein Stück Kuchen, dann kam ein Glas Wein dazu. Bald hatte ich die zehn Kilo wieder drauf. Ich habe weniger gegessen, abgenommen, mehr gegessen, zugenommen. Am Ende ging es nur noch nach oben – der Jo-Jo-Effekt, richtig klassisch.

Ich war so verzweifelt, dass man mir alles als Schlankmacher hätte verkaufen können. Das erzählte ich auch meiner Hausärztin. Sie brachte mich auf den Magenballon.

Am schönsten ist, wenn andere merken, dass ich schlanker bin

Das war vor zwei Jahren. Ich war sofort begeistert – vor allem, weil ich dafür nicht operiert werden musste. Davor hätte ich Angst gehabt. Die Ärztin kannte die Adresse einer Spezialklinik und machte für mich einen Termin. Bei einer Magen-Spiegelung wurde ein Kanal gelegt, durch den der Ballon eingeführt wurde. Anschließend wurde er mit einer Kochsalz-Lösung gefüllt. Ich war die ganze Zeit bei Bewusstsein. Es war ein Gefühl, als ob ich eine größere Tablette schluckte.

In den ersten drei Tagen habe ich alles ausgespuckt, was ich gegessen hatte. Mir war ständig übel. Da große Stücke wieder hochkamen, musste ich lernen, alles 32-mal zu kauen. Und viel zu trinken. Durch das langsame Essen wurde ich schneller satt. Einmal im Monat ging ich zu einer Gruppe, bekam Ernährungstipps. Nach sechs Monaten wog ich das erste Mal nach langer Zeit unter 100 Kilo. Das Schönste: Die Leute haben es gemerkt, gesagt: „Du hast dich verändert!“

Der Ballon wurde nach einem halben Jahr auf dem gleichen Weg wieder entfernt. Das Tolle: Seitdem habe ich weiter abgenommen. Jetzt wiege ich nur noch 90 Kilo. Zehn sollen noch runter.

Protokoll: Katrin Rave



Vorher
130 kg

„Zum Schluss trug ich Kleidergröße 56. Mein Mann sagte zwar, dass er mich liebt. Aber ich mochte mich nicht mehr sehen ...“

Magenballon – und weniger essen ist kein Problem mehr

Dr. Michael Meinking (57) ist Leitender Arzt der Medical Well Klinik in Dresden.

Wie funktioniert der Magenballon?

Er besteht aus Silikon, wird geschluckt und im Magen durch einen Schlauch mit 400 bis 700 ml Kochsalz-Lösung gefüllt. Die Füllung ist blau. Grund: Wenn der Ballon beschädigt wird, merkt man das, denn der Urin färbt sich dann blau.

Wo liegen die Vorteile?

Für den Magenballon muss nicht operiert werden. Er hilft, langsamer zu essen und alles klein zu kauen. Dazu gibt es einen Ernährungskurs. Die Erfolge sind gut, es gibt kaum Rückfälle.

Sind Nebenwirkungen bekannt?

In den ersten Tagen leiden Patienten an Übelkeit.

Kosten: Um 3 000 Euro (Kassen zahlen nicht). **Informationen:** Über Medical Well Klinik Dresden, Tel.: 03 51/31 29 00

