

Zum Kotzen

Magersucht und Bulimie gehören zu den Tabuthemen der Gesellschaft – Heidi de Blum macht mit ihrem Theaterstück leidvolle Erfahrungen öffentlich

München – Die junge Frau windet sich am Boden. Sie steckt den Finger in den Hals und würgt. Immer wieder versucht sie, sich zu übergeben. „Ich finde es zum Kotzen“, ruft Heidi de Blum auf der Bühne. Die Münchner Schauspielerinnen knieten selbst schon oft vor der Toilette und versuchte, zu erbrechen. 14 Jahre litt die 28-Jährige an einer Essstörung. Nun hat sie Geschichten von Frauen mit Magersucht und Bulimie zu einem Theaterstück für Schüler verarbeitet.

Wenn Heidi de Blum lächelt, bilden sich Grübchen in ihren Wangen. Ihr dunkelbraunes gelocktes Haar trägt sie schulterlang. Bei einer Größe von 1,74 Metern wiegt sie 65 Kilo, Kleidergröße 38. Der gebürtigen Argentinierin sieht man nicht an, dass sie jahrelang ein Doppelleben führte: Nach außen hin die selbstbewusste, lebensfrohe Schauspielerin – die jedoch die Leere in ihrem Innern heimlich mit Fressattacken betäubte, ihre Probleme buchstäblich in sich hineinfraß.

Der Weg in die Essstörung verlief schleichend, sagt de Blum. Als ihr Körper in der Pubertät weibliche Rundungen bekam, seien ihr die Kommentare von Freunden und Bekannten sehr nahegegangen: spitze Bemerkungen aber auch Komplimente, wenn sie erfolgreich einige Kilos heruntergehungen hatte. Auch in der Familie sei ihr vermittelt worden, dass Schlanksein und gutes Aussehen wichtig sei: „Argentini-sche Frauen sind sehr eitel und immer perfekt gestylt“, sagt sie. Und de Blum zog es ja auf die Bühne: „Alle Schauspielerinnen sind schlank und schön – so wollte ich auch aussehen.“

Mit 15 begann sie ihre erste Fastenkur. „Seitdem habe ich eigentlich immer eine Diät gemacht“, erzählt de Blum. Weight Watchers, Heilfasten, Kohlsuppendiät,

Trennkost, Kalorien zählen – sie kenne sie alle. Inzwischen kann sie darüber lachen.

Auf Tage der totalen Kontrolle über das Essen folgten jedoch Fressanfälle. Im Theaterstück „Food Diaries – Essgeschichten“, erzählt de Blum etwa von Nutella. Wie sie heimlich das Glas aus dem Küchenschrank nimmt, erst nur einen Löffel nascht, dann nicht mehr aufhören kann, das Glas auslöffelt und ein Neues kauft, anbricht und in den Schrank zurückstellt, damit niemand etwas merkt. Bis zu 9000 Kalorien – das

sechsfache ihres durchschnittlichen Tagesbedarfs – stopfte die Schauspielerin bei einer Fressattacke in sich hinein: Das waren dann schon mal „vier Tafeln Schokolade, vier Kuchenstücke vom Bäcker oder auch mal ein ganzer Kuchen, eine Pizza und ein Eis“, sagt die 28-Jährige. Am nächsten Tag habe sie dafür bis zu vier Stunden Sport gemacht: im Fitnessstudio auf dem Stepper, Krafttraining und Schwimmen. Sie, die alle für stark, erfolgreich und diszipliniert hielten, habe sich für ihre Essattacken ge-

hasst, sagt de Blum. Darüber sprechen konnte sie kaum mit jemandem: Noch immer seien Magersucht, Bulimie und andere Formen der Essstörung ein Tabuthema.

Ihren ersten Applaus erhielt die Schauspielerin von ihrer argentinischen Großmutter. Die Oma musste sich auf das Sofa in ihrer kleinen Wohnung in Buenos Aires setzen, und die Enkelin dachte sich Lieder und Tänze aus. Als Dreijährige zog de Blum mit ihren Eltern und drei älteren Geschwistern aus der argentinischen Hauptstadt ins oberfränkische Kulmbach, weil ihr Vater in der dortigen Bundesanstalt für Fleischforschung Arbeit als Tiermediziner gefunden hatte. Und die kleine Tochter begann Ballett zu tanzen. Mit neun Jahren stand sie zum ersten Mal als Schauspielerin auf der Bühne: „Es gab für mich nie etwas anderes als Theaterspielen.“ In der Theatergruppe am Gymnasium und einer Kulmbacher Laien-Theatergruppe sammelte sie erste Schauspielerefahrung.

Das Theaterstück will sie nun an Schulen vorführen

Nach dem Abitur ging sie als Au-Pair nach Boston, wo sie ihren Freund, einen Chilenen, kennenlernte. Als dieser nach Los Angeles versetzt wurde, nutzte de Blum diese Chance: Sie begann dort ein Schauspielstudium – in Hollywood, dem Herzen der US-amerikanischen Filmindustrie. Doch als sich das Ende des Studiums näherte, wurde de Blums Heimweh nach der Familie und den Freunden immer größer. „In den USA habe ich immer nur eine Rolle gespielt“, erzählt sie. Und es sei schwer gewesen, tiefe Freundschaften in den USA zu pflegen. „Dein Haus, dein Au-

to, deine Klamotten, das ist dort sehr wichtig“, erklärt die Schauspielerin. 2008 trennte sie sich von ihrem Freund und kehrte nach sieben Jahren zurück in die Heimat.

In München begann de Blum ein Abendstudium an der Internationalen Schule für Schauspiel und Action (ISSA) und wählte den Mädchennamen ihrer Mutter als Künstlernamen. „Meine Mutter hat mich immer auf meinem künstlerischen Weg unterstützt“, sagt die Schauspielerin. Aus Heidi Lüdden, ihr offizieller Name, wurde Heidi de Blum.

Ende 2012 wusste de Blum nicht mehr weiter: Auf der Toilette stopfte sie heimlich Schokoriegel in sich hinein, fast täglich hatte sie Fressanfälle. Sie schloss sich einer therapeutischen Wohngruppe von ANAD (Anorexia Nervosa and Associated Disorders) in München an. Ein halbes Jahr lang kämpfte sie, unterstützt von der Gemeinschaft, gegen die Krankheit. Im Mai zog sie aus. Sie fühlte sich stabil genug, um ihre eigenen Erfahrungen und Geschichten von Bekannten niederzuschreiben. Daraus ist das Stück „Food Diaries – Essgeschichten“ entstanden, das sie am Wochenende mit einer ehemals magersüchtigen Schauspielstudentin am ISSA-Theater präsentierte. „Der offene Umgang mit meiner Essstörung ist für mich ein wichtiger Schritt Richtung Gesundheit“, sagt sie. Das Theaterstück will sie an Schulen vorführen, die das Thema Essstörungen im Unterricht aufgreifen wollen. Sie hofft, dass die ein oder andere Zuschauerin sich danach traut, professionelle Hilfe zu suchen. Schließlich spielte auch sie ihren Freunden, Eltern und Kollegen viele Jahre eine heile Welt vor. Doch nun soll Schluss sein mit der Schauspielerei, sagt de Blum. In Zukunft will sie nur noch beruflich Theater spielen.

BETTINA NÖTH



14 Jahre lang litt Heidi de Blum selbst an Essstörungen, bei manchen Fressattacken stopfte sie 9000 Kalorien in sich hinein.

FOTO: ROBERT HAAS