

## **Emetophobie – Was ist das !?!**

*Die Emetophobie stellt eine noch weitestgehend unbekannte phobische Erkrankung dar, bei der es sich um eine unnatürliche, irrationale Angst gegenüber dem Erbrechen handelt.*

*Die zahlreichen körperlichen Begleitsymptome werden von Außenstehenden oft missverstanden und der noch enorm hohe Grad an Unbekanntheit seitens Experten führt mitunter häufig zu Fehldiagnosen. Ratlosigkeit seitens der Betroffenen endet oft in der Entwicklung zahlreicher Bewältigungsstrategien, Selbstmedikation oder gar in Medikamentenmissbrauch.*

*Bislang existiert keine erfolgversprechende Therapieform für Emetophobie. Eine immer größer werdende Anzahl sich meldender Emetophobiker unterschiedlichen Alters, Geschlechts und Herkunft verdeutlicht den Bedarf an Forschung und fachmännischer Betreuung.*

Die Emetophobie, eine sog. "Spezifische Phobie", stellt eine noch weitestgehend unbekannte phobische Erkrankung dar, bei der es sich um eine unnatürliche, irrationale Angst gegenüber dem Erbrechen handelt.

### **Die Emetophobie äußert sich durch eine oder mehrere der folgenden Ängste:**

- ☘ Panik sich selbst zu übergeben, unabhängig ob alleine oder in der Anwesenheit anderer
- ☘ Panik davor miterleben zu müssen wie andere Personen und/oder Tiere sich übergeben
- ☘ Panik vor/bei jeglicher Konfrontation mit dem Thema z.B. durch Medien, in Gesprächen o.Ä.

Grundsätzlich unterscheidet man zwei Gruppen von Emetophobikern, solche bei denen eine Angststörung zugrunde liegt und solche, bei denen eine physische Erkrankung vorliegt, die berechtigterweise mit der Angst einhergeht sich übergeben zu müssen.

#### **Der Angst-Typ:**

Hier liegt eine Angststörung vor die psychische Übelkeit erzeugt und somit die Angstsymptomatik auslöst.

#### **Der Übelkeits-Typ:**

In diesem Fall liegt eine andere Erkrankung ( z.B. Magengeschwür, Reizdarm o.ä.) zugrunde, die in der Tat Übelkeit erzeugt und zu der Angst führt sich übergeben zu müssen. Diese Angst kann sich im Laufe der Zeit steigern.

Häufig fällt es Unerfahrenen schwer die Emetophobie gegen andere Krankheiten abzugrenzen. Wichtig zu wissen ist, dass die Emetophobie eine eigenständige Krankheit ist und den Betroffenen bewusst ist, dass ihre Ängste irrational und unangemessen sind, sie sich jedoch nicht dagegen wehren können. Der Emetophobiker kann in der Regel auch nicht benennen, was ihn am Thema Erbrechen so stark ängstigt. Anders ist dies z.B. bei einem Sozialphobiker, der aus der Tatsache heraus sich vor anderen zu blamieren zu können, an einer Angst vorm Erbrechen leidet. Für den Emetophobiker spielt der Aspekt des Blamierens keine Rolle, seine Angst ist allgegenwärtig und bezieht sich auf das Erbrechen als Akt.

### **Hat nicht jeder Angst vorm Erbrechen?**

Im Gegensatz zu Menschen, die nicht an Emetophobie leiden, empfindet der/die PhobikerIn nicht nur normalen Ekel gegenüber dem Erbrechen. Vielmehr verspürt er/sie eine irrationale Angst, die mit Angstzuständen, Panikattacken und körperlichen Symptomen einhergeht, wie z.B. Herzrasen, Atembeschwerden, Schwindel, Beklemmungsgefühlen, Verwirrtheit, Schluckbeschwerden, Schweißausbrüchen, usw. Diese Symptome können stunden- bis tagelang anhalten und werden häufig schon durch Magengrummeln, Hungergefühl, Husten oder Räuspern ausgelöst sowie durch die ständig präsente Angst jemandem zu begegnen der sich übergeben könnte. Um solchen Krisen aus dem Weg zu gehen, versucht der/ die PhobikerIn meist zwanghaft angstbelasteten Situationen aus dem Weg zu gehen. Die Tatsache, dass es sich bei der Emetophobie um eine Phobie handelt, die sich auf den eigenen Körper bezieht, verleiht solchem Vermeidungsverhalten extremen Nachdruck und führt mitunter zu schweren Konflikten mit dem eigenen Körper.

### **Was ist Vermeidungsverhalten?**

- ❊ Die ständig präsente Angst sich selbst übergeben zu müssen oder mitzubekommen wie jemand anderes sich übergibt, führt meist zu einem ausgeprägtem Verhalten solchen angsterfüllten Situationen vorzubeugen. Dies erfolgt in der Regel durch maximale Risikovermeidung ( Vermeidungsverhalten) z.B. indem ...
- ❊ Öffentliche Veranstaltungen wie Jahrmärkte, Betriebsfeiern oder Parties/ Discos gemieden werden, wo der Phobiker erhöhtes Risiko läuft auf Betrunkene zu stoßen oder das Gefühl hat nicht nach Lust und Laune die Gesellschaft verlassen zu können
- ❊ (Öffentliche) Verkehrsmittel oder Urlaubsreisen gemieden werden, aus Angst vor Reiseübelkeit seiner-/ihrerseits oder bei anderen Mitreisenden. Häufig besteht auch Angst vor Parasiten, Viren oder dem Essen in fremden Ländern.
- ❊ Möglichst versucht wird nicht auswärts zu Essen, aufgrund der Angst vor Lebensmittelvergiftungen oder verunreinigtem Essen. Häufig werden auch bestimmte Nahrungsmittel wie Eier oder Fleisch komplett gemieden und fragwürdiges Essen unangerührt weggeworfen. Die Angst sich zu überessen und infolge dessen übergeben zu müssen führt häufig über die Jahre zu einer Essblockade, die in vielen Fällen zu Untergewicht führt.
- ❊ Fehlzeiten in Schule oder auf der Arbeit in Kauf genommen werden, wenn dort Magen-Darm-Viren kursieren mit denen der Phobiker sich infizieren könnte. Wenn im engeren Umfeld mehrere Personen erkrankt sind verlässt er u.U. nicht mehr das Haus.

- Schwangere gemieden werden, aus der Angst heraus sie könnten sich in seiner Gegenwart übergeben. Emetophobikerinnen haben häufig auch Angst selbst schwanger zu werden.
- U.U. Kinder gemieden werden, aus der Angst jene könnten sich übergeben
- Das Kino/ Videoabende gemieden wird, weil er/sie Angst hat dort mit Filmszenen konfrontiert zu werden in denen sich jemand übergibt, oder im Kino gefangen zu sein, wenn ihm/ihr selbst übel wird
- Nahrungsmittel penibelst auf Haltbarkeitsdatum überprüft werden aufgrund der Angst versehentlich etwas Verdorbenes zu essen
- In Räumen zwanghaft nach Fluchtwegen, Mülleimern oder Waschbecken gesucht wird in die er/sie sich im Notfall übergeben kann
- Krankenhäuser, Arztbesuche usw. vermieden werden, um dort nicht mit Keimen oder Viren in Kontakt zu kommen oder gar mit zu bekommen, wie sich jemand anderes übergibt
- Prophylaktisch Anti-Brechmittel genommen werden, wenn ihm/ihr übel ist. In vielen Fällen liegt eine psychische Abhängigkeit vor!
- Eine Menge zwanghafter Verhaltensweisen entwickelt werden, wie z.B. dem Überprüfen von Haltbarkeitsdaten, dem krampfhaften Suchen von Fluchtwegen, häufigem Händewaschen oder Desinfizieren von sanitären Anlagen usw.

### **Aber einem ist doch nur einige Male im Jahr schlecht?**

Im Grunde ist dies richtig. Das Problem beim Emetophobiker ist , dass dieser aufgrund seiner enormen Angst jederzeit jemandem begegnen zu können, der sich übergeben muss, häufig an einer durch die Psyche ausgelösten Übelkeit leidet. Diese ist im Extremfall 24 Stunden am Tag vorhanden und die meisten Emetophobiker sind nicht im Stande diese „Angstübelkeit“ von echter Übelkeit zu unterscheiden. Die von ihm wahrgenommene Übelkeit fördert wiederum seine Angst und fängt ihn somit in einem Teufelskreis aus Angst und Übelkeit. Häufig löst bereits ein stärkeres Husten oder Räuspern von anderen Menschen extreme Panikattacken aus, die wiederum erst nach einiger Zeit abklingen.

### **Teufelskreis für den Emetophobiker – die Phobophobie**

Die "Phobophobie" ist ein Symptom, dass mit den meisten Phobien einhergeht, die sog. Angst vor dem Eintreten der gefürchteten Situation. Im Fall eines Emetophobikers ist das die Angst davor, einem selbst oder jemand anderem könnte übel werden. Das problematische an der Phobophobie ist, dass sie – gleich wie die Emetophobie selbst- auch Symptome der Übelkeit erzeugt und daher ein Teufelskreis entsteht. Oft ist dem Phobiker diese Problematik nicht bewusst, und er ist nicht vertraut mit der Tatsache, dass seine teilweise durchgängige Übelkeit durch seine eigene Erwartungshaltung ausgelöst wird. Deswegen kommt es nicht selten vor, dass Emetophobiker aufgrund von andauernder Übelkeit sich bereits langen Arztodysseen unterzogen haben, ohne das medizinisch etwas diagnostiziert werden konnte.

## Ursachen

Leider ist die Ursache von Emetophobie bislang nicht bekannt. Es existieren Vermutungen und Theorien wie z.B. sexueller Missbrauch in der Kindheit oder traumatisierende Erlebnisse im Zusammenhang mit dem Übergeben. Viele Emetophobiker haben seit Kindesbeinen an die Phobie, aber auch Menschen, die erst im höheren Alter davon betroffen sind können sich meist nicht an den Auslöser ihrer Angst erinnern.

## Therapie

Derzeit ist leider keine Therapie bekannt, die 100%ige Heilungschancen verspricht. Wir vertreten den Standpunkt, dass eine Besserung der Emetophobie durchaus zu erreichen ist und auch eine weitgehende Bekämpfung der Phobophobie möglich ist, welche die Lebensqualität enorm steigern kann. Grundsätzlich gilt: Für jeden ist die Therapie am besten, die ihn selbst am weitesten bringt. Dies hängt natürlich stark vom Therapeuten- Klienten-Verhältnis ab und vom Vertrauen in diverse Therapiemodelle. Wir freuen uns über Stellungnahmen von Experten, oder Therapieerfahrungen und –berichte von Betroffenen.

## Konfrontation

Emetophobiker/innen gegen ihren Willen mit dem Erbrechen zu konfrontieren bedeutet für sie ein erneutes Trauma und einen enormen Vertrauensbruch. Eine Konfrontation sollte wenn, dann nur unter fachmännischer Begleitung (z.B. durch einen Psychologen) durchgeführt werden. Emetophobiker die sich unter Anleitung einer Konfrontation mit dem Erbrechen unterzogen haben, berichten nicht von einer Verbesserung des Krankheitsbildes.

## Körperliche Folgen

Das oftmals sehr verwobene und perfektionierte Geflecht aus Vermeidungsverhaltensweisen, das dem Phobiker teilweise selbst gar nicht bewusst ist, führt in den meisten Fällen auch zu immensen körperlichen Beschwerden und Langzeitfolgen.

An erster Stelle ist hier das oftmals problematische Essverhalten von EmetophikerInnen zu nennen. Die übermäßige Angst sich aufgrund Überessens, Durcheinanderessens oder durch Lebensmittelvergiftung übergeben zu müssen führt mit der Zeit meist zu einer starken psychischen Essblockade oder einer Schrumpfung des Magens. Auch präventives Hungern, frei nach dem Motto: „ Was nicht drin ist, kann auch nicht rauskommen“ vor Terminen, oder bevor das Haus / die Wohnung verlassen wird führen häufig zu **Untergewicht**, welches mit Kreislaufbeschwerden, Müdigkeit, Antriebslosigkeit oder Mangelerscheinungen einhergeht. Das teils sehr starke Untergewicht und die Angst gegenüber Nahrungsmitteln wird seitens der Medizin oftmals als Magersucht fehlinterpretiert. **Emetophobiker/innen haben nicht das Ziel (weiter) abzunehmen, oder kalorienhaltige Speisen zu vermeiden. Gegenteilig streben sie meistens eine Gewichtszunahme an.**

Die Essgewohnheiten des Phobikers laufen in vielen Fällen auf eine unregelmäßige und in manchen Fällen auch sehr einseitige Ernährung hinaus, hierdurch kommt es häufig auch zu **Verdauungsbeschwerden** ( Durchfall, Verstopfung, Blähungen u.Ä.) oder Magenbeschwerden .

Eine weitere Gefahr liegt in der **Suchtentwicklung**, hauptsächlich bezüglich Medikamenten ( vor allem: Anti-Emetika, Säureblocker, Antidepressiva oder Beruhigungsmittel, häufig auch pflanzliche oder homöopathische Mittel), die teilweise in Selbstmedikation prophylaktisch genommen werden oder – im anderen Fall- vom Arzt verschrieben werden. In den meisten Fällen liegt eine psychische Abhängigkeit vor, oftmals bereits mit medikamentspezifischen gesundheitlichen Folgeproblemen.

Illegale Drogen spielen hierbei kaum eine Rolle, da sie in Augen des Phobikers ein besonders großes Risiko darstellen sich übergeben zu müssen. Eigenen Einschätzungen nach sind ca. 80-90 % der Emetophobiker von der Suchtproblematik betroffen.

Viele Emetophobiker beschreiben, dass ihre Ängste und Panikattacken im Laufe der Zeit, meist über mehrere Jahre hin, diffuser wurden und sich immer weiter streuten; dass die Entwicklung von Zwängen (z.B. Waschzwang, Kontrollieren von Haltbarkeitsdaten) mehr und mehr automatisiert wurde oder Probleme in der Selbstwahrnehmung auftraten (z.B. Depersonalisation, Derealisation).

Häufige als sehr lästig empfunden werden auch **Konzentrationsschwierigkeiten**, die darauf beruhen, dass der Gedanke ans Übergeben den Betroffenen ständig einwickelt und aus dem Alltagsgeschehen reißt. Dies ist besonders für Schüler und Auszubildende ein schwerwiegendes, ernstzunehmendes Problem.

### **„Weg von den Medikamenten, hin zu mir selbst...“**

Die Regulierung des Essverhaltens sowie eine ausgiebige Auseinandersetzung mit der Suchtproblematik sind in unseren Augen grundlegende Voraussetzungen auf dem Weg zu einem besseren Wohlbefinden. Hierbei sollte auf die Gefühle und Ängste des Emetophobikers Rücksicht genommen werden und nicht außer Acht gelassen werden, dass sein Grundproblem die Phobie ist.

## **Psychosoziale Folgen**

Der lästige und ständige Begleiter „Angst“ führt in der Regel zu enormen Schwierigkeiten im psychosozialen Bereich und geht meist mit einer enormen Minderung der subjektiv erlebten Lebensqualität einher.

In fast allen Fällen berichten Betroffene sich in einer Außenseiterrolle wahrzunehmen, oder sehr lange in dem Glauben „absolute Unikate“ zu sein, gelebt zu haben. Durch ihr von Angst gesteuertes Leben nehmen Betroffene diese Rolle auch tatsächlich ein: Sie gelten als „Spaßbremsen“ oder „Spielverderber“, da sie -für Außenstehende kaum nachvollziehbar- scheinbar alle interessanten, amüsanten und in der Jugend häufig auch als „cool“ bezeichnete Aktionen ablehnen. Sie kommen nicht ins Kino, lehnen jede liebevolle Einladung zum Essen oder einer Party ab, sie trinken kein Alkohol, wollen nicht mit auf den Jahrmarkt...kurzum vermitteln sie das Bild einer wenig kontaktfreudig und unzuverlässigen Person.

Oftmals hat der Phobiker im Leben Unverständnis geerntet oder wurde schlichtweg für seine nicht nachvollziehbaren Verhaltensweisen verspottet oder ausgeschimpft. Dies trifft besonders Kinder hart und stört sie in ihrer persönlichen Entwicklung. Emetophobiker erleben sich oft als hilflos, andersartig oder unnützlich und entwickeln dadurch häufig eine enorme Angst vor Situationen in denen sie anderen Menschen nicht helfen können, oder in denen sie von anderen für die Auswirkungen der Emetophobie diskriminiert, nicht ernst genommen oder verspottet werden.

Dies führt mitunter zu erheblichen Schwierigkeiten im zwischenmenschlichen Bereich, besonders beim Pflegen und Aufrechterhalten von Kontakten und Freundschaften sowie beim Kennenlernen neuer Leute, da permanent die Angst besteht, von diesen verspottet zu werden oder durch sie mit dem Erbrechen konfrontiert zu werden. Das Vertrauen in andere Menschen und in die eigenen Fähigkeiten nimmt hierbei beständig ab. Nicht selten äußern sich die Folgen in Rückzug (beiderseits) und Einsamkeit bis hin zu Isolation.

Besonders schwierig gestaltet sich die Situation aufgrund der Tatsache, dass vielen Betroffenen nicht bewusst ist, dass sie an einer Krankheit leiden. Sie schämen sich für ihre Ängste und verbalisieren sie daher kaum oder gar nicht.

Aufgrund dieser Tatsachen führen Emetophobiker in der Regel eher oberflächliche oder platonische Freundschaften, wobei sie häufig als sehr distanzierte Menschen wahrgenommen werden, da es ihnen schwer fällt sich auf emotionale Bindungen einzulassen.

All diese Aspekte führen häufig auch zu sozialphobischen Zügen, die sich auf Grundlage der Emetophobie ausprägen. Menschen werden aus der Angst heraus gemieden durch sie mit dem Erbrechen oder ansteckenden Magen-Darmerkrankungen konfrontiert zu werden. Nicht selten endet dieses sekundär ausgeprägte Verhalten in Schul-/Ausbildungsabbrüchen oder dem Verlust des Arbeitsplatzes. In Extremfällen ist die Ausübung des eigenen oder irgendeines Berufes überhaupt nicht mehr möglich. Dies trifft vor allem Menschen, die bereits voll im Berufsleben standen, und dann an Emetophobie erkranken. Solche, die bereits seit Kindheit betroffen sind meiden häufig bestimmte Berufe/Ausbildungen und fühlen sich in der Regel stark in ihren Berufswahlmöglichkeiten eingeschränkt.

#### **„Raus aus dem Schneckenhaus, rein in den Salat“**

Das bewusste Angehen gegen die Phobophobie (Angsterwartungshaltung) und die sich ergebenden sozialen Schwierigkeiten können nach eigenen Aussagen Betroffener sehr stark zur positiven Beeinflussung der Lebensqualität beitragen. Dies kann beispielsweise im Rahmen einer Psychotherapie erfolgen. Eine besonders wichtige Rolle nimmt auch das Anerkennen der eigenen Krankheit ein sowie der Aufbau von Selbstbewusstsein und eine Verbesserung der Selbstwahrnehmung. Das Schaffen eines stabilen sozialen Umfelds ist hierbei enorm wichtig, ebenso das „Aus sich herausgehen“ und das Verbalisieren der eigenen Ängste und Probleme. Eine besondere Gefahr ergibt sich für emetophobische Kinder, die häufig beginnen ihre kindliche Welt mit eigenen Idealen und Ansichten zu spicken, die sie mitunter stark in der persönlichen Entwicklung behindern. Reden und dem Kind zuhören sind hierbei äußerste Notwendigkeit und haben einen erheblichen Einfluss auf seine weitere Entwicklung.

## **Psychische Folgen**

Der ständige Kampf mit Angst und Panik behindert oft die Ausprägung wichtiger Lebenskompetenzen, die für den Erhalt der eigenen physischen und psychischen Gesundheit unabdingbar sind. Besonders in Mitleidenschaft gezogen sind das Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Beziehungsfähigkeit, emotionale Erlebnisfähigkeit und die Genussfähigkeit.

### ***Selbstwertgefühl:***

Das Gefühl der Phobie hilflos ausgeliefert zu sein, und sie beim besten Willen nicht in den Griff zu bekommen, führt in der Regel dazu sich als Schwächling oder Versager zu fühlen. Die eigene Wahrnehmung andere und sich selbst häufig zu enttäuschen, z.B. durch das spontane oder regelmäßige Absagen von Verabredungen (teilweise durch Lügen) oder durch das Meiden von Kranken, bieten oftmals den Nährboden für enorme Schuldgefühle und geben dem Phobiker das Gefühl wertlos, nutzlos oder egoistisch zu sein. Häufig ist das Gefühl anderen eine Last oder gar unzumutbar zu sein die unmittelbare Folge und führt zu starken Minderwertigkeitsgefühlen.

### ***Selbstvertrauen:***

Gegen den eigenen Körper nicht anzukommen, und der eigenen Angst nahezu ausgeliefert zu sein ohne sie bewusst steuern zu können hat häufig ein großes Misstrauen sich selbst und anderen gegenüber zur Folge. Nicht selten entwickelt sich eine Angst vor dem eigenen Körper und seinen Funktionen (z.B. Magengrummeln, Magenknurren u.Ä. wird fehlinterpretiert und wirkt angstausslösend). Das oftmals negative Feedback von anderen vermittelt dem Phobiker das Gefühl andersartig oder unreif zu sein und nimmt ihm immer mehr an Selbstvertrauen. Auch das Vertrauen anderer in ihn ist häufig durch seine Sprunghaftigkeit und Unzuverlässigkeit in große Mitleidenschaft gezogen.

### ***Beziehungsfähigkeit:***

Besonders in Mitleidenschaft gezogen ist meist auch die Fähigkeit Beziehungen auszuprägen oder sich anderen emotional zu öffnen. Trotz dem Wunsch nach Nähe und Partnerschaft, ist der Emetophobiker häufig in einem Wechselspiel aus „Nähe“ und „von sich wegstoßen“ gefangen. Seine Sehnsucht nach Nähe und Liebe schlägt meist dort ins Gegenteil (von sich wegstoßen) um, wo Konfrontation ins Spiel kommt oder ihm sein mangelndes Selbstwertgefühl/-vertrauen dazwischen funkt. Das sehr sprunghafte Wechselspiel zwischen „Hass“ und „Liebe“ wird vom Partner häufig als große Last empfunden, was im Phobiker selbst wieder das Gefühl bestärkt unzumutbar zu sein und oftmals in einer tendenziellen Angst vor Beziehungen endet und/oder dem Versuch, sich möglichst nicht fest an andere Personen zu binden. Auch die enorme Angst für den Partner, sich selbst oder etwaige Kinder nicht sorgen zu können spielen eine wichtige Rolle im Beziehungsleben des Emetophobikers. Bei Emetophobikerinnen ist vereinzelt auch das Sexualleben in Mitleidenschaft gezogen und geprägt von einer übermäßigen Angst schwanger zu werden.

### ***Emotionale Erlebnisfähigkeit:***

Über Jahre die eigenen Gefühle zu unterdrücken, das wirkliche Seelenleben und die Angst / Panik vor anderen verbergen hat oft gravierende Auswirkungen auf die emotionale Erlebnisfähigkeit. Mit der Zeit fällt es immer schwerer eigene Gefühle wahrzunehmen, zu deuten oder gar auszudrücken. Die angenommene Rolle nach außen hin zu funktionieren verselbstständigt sich und führt zusammen mit den zwanghaften Gedanken ans Erbrechen oft dazu, dass Angst das einzige wahrgenommene Gefühl ist, das mit der Zeit alle anderen Emotionen überschattet oder überlagert.

### ***Genussfähigkeit:***

Die alles überschattende Angst schränkt in der Regel die Genussfähigkeit stark ein, da bei allem was der Phobiker denkt, tut oder sagt das Konfrontationsrisiko abgewogen wird. Längerfristig ist er nur noch schwer oder kaum fähig sich auf andere Menschen oder Aktivitäten einzulassen. Oftmals fühlt er sich in sich selbst gefangen und wird durch die Phobie daran gehindert offen auf die Welt zu zugehen.

### ***Frustrationstoleranz:***

Durch das größtenteils extrem negative Feedback, dass der Phobiker durch seine Umwelt oftmals über Jahrzehnte erfahren hat, hat er meist nur eine sehr geringe Frustrationstoleranz. Dies bedeutet, dass er sich sehr schnell zurückzieht und eigene Misserfolge oftmals auch überbewertet. Nicht selten sind depressive Verstimmungen die Folge.

Zur Wiedererlangung einer positiven Selbstwahrnehmung ist die Entwicklung bzw. die Verbesserung wichtiger Lebenskompetenzen unabdingbar. Hierbei sollte keinesfalls außer Acht gelassen werden, dass Emetophobie eine Krankheit und keine „Laune“ ist. Dies ist besonders bei der Arbeit mit Kindern extrem wichtig. Der Betroffene kann nicht anders handeln, es ist ihm nicht möglich sich „einfach zusammenzureißen“. Das zu erkennen und zu akzeptieren ist ein erster wichtiger Schritt in der Arbeit mit emetophobischen Kindern und Erwachsenen.



## **„Die Flucht hat ein Ende, wir bleiben stehen und schauen hin !“**

*Das ist unser Hauptmotto, aber wer sind wir und was machen wir?*

Wir sind ein bunt gemischtes Team aus Betroffenen und Nicht-Betroffenen unterschiedlichen Alters und Geschlechts, die aus unterschiedlichen beruflichen Bereichen (z.T. noch in Ausbildung) kommen und sich in einer freien Initiative zusammengeschlossen haben.

Unsere Hauptanliegen sind ...

- die Emetophobie bekannter zu machen
- Betroffene Emetophobiker aus ihrer Isolation zu befreien

Derzeit widmen wir uns hauptsächlich der Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit, um möglichst viele Menschen, darunter auch Experten, Betroffene, Verwandte und Interessierte, zu erreichen.

Unser derzeitiges Angebot beschränkt sich auf unser interaktives Angebot (Forum, Mitgliederbereich) und Beratungs- sowie Informationsfunktion.

Unserer längerfristigen Ziele sehen wir in der Gewinnung von Experten, eine in unserem Rahmen mögliche beratende Betreuung / Unterstützung für Emetophobiker und in der Mitarbeit und Förderung wissenschaftlicher Studien.

Da wir eine ehrenamtliche Initiative sind verfügen wir derzeit leider über keinerlei finanzielle Mittel und sind auf die freiwillige Mitarbeit und Unterstützung unserer Mitarbeiter und Mitglieder angewiesen.

Falls sie Fragen haben oder an unserer Arbeit interessiert sind, schicken Sie uns doch einfach eine E-mail an [info@emetophobie.de](mailto:info@emetophobie.de)

Quelle: <http://www.emetophobie.de>

Stand: November 2003