

Das Essen zur **ERNÄHRUNG** nutzen

Adipositasbehandlung

Wir wollen Sie begleiten auf dem Weg ...

- vom Kampf zur ... achtsamen Selbstfürsorge,
- vom Vermeiden ... zum selbst bewusst Gestalten,
- vom „falsch“ Sein ... zum sich „richtig“ Fühlen,
- vom Suchtmittel ... zum Lebensmittel!

Störungsmodell und Therapie

Die Behandlung von Patientinnen und Patienten mit der Diagnose **Adipositas** oder einer **Esssucht (binge eating) mit Adipositas** - ist ein Schwerpunkt des Bereiches Essstörungenbehandlung der Abteilung Psychosomatik der Fontane-Klinik.

Patientinnen und Patienten mit Adipositas sind in ihrer Teilhabe am Alltagsleben und in der beruflichen Entwicklung oftmals deutlich eingeschränkt. Die Erkrankung bestimmt häufig den Tagesablauf. Denken und Handeln sind fixiert auf die Themen Körpergewicht und Essen. Soziale Kontakte, die Familie und die berufliche Situation erfahren dadurch eine außerordentliche Belastung und die körperliche Gesundheit ist erheblich gefährdet.

Wir haben den Erkenntnissen der Therapieforschung folgend unser Behandlungskonzept kontinuierlich weiter entwickelt und auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Unser Behandlungsansatz entspricht den Leitlinien der Deutschen Adipositasgesellschaft und bietet eine Ergänzung oder Alternative zu adipositaschirurgischen Eingriffen und wird von einem multiprofessionellen Team umgesetzt.

Wir unterstützen Sie:

- o bei der dauerhaften Gewichtsabnahme

- o im Erkennen emotionaler Hintergründe des Essverhaltens,
- o bei der Linderung seelischer und körperlicher Leiden und
- o einer dauerhaften Lebensstiländerung.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht die Entwicklung von Strategien, die unsere Patientinnen und Patienten dabei unterstützen, ihr Essverhalten zunehmend bedarfs- und bedürfnisorientiert zu gestalten.



Durch achtsame Selbstfürsorge und wertschätzenden Umgang mit dem eigenen Körper entstehen Spielräume für die Teilhabe am Berufs- und Alltagsleben sowie die Möglichkeit, sich neue vielschichtige Zukunftsperspektiven zu eröffnen und mehr Lebensfreude zu finden.

Wir halten optimale räumliche und ausstattungsbedingte Voraussetzungen für Menschen mit erheblichem Übergewicht vor. Dazu gehören ein entsprechendes Mobiliar, Sanitäranlagen, Sportgeräte, Freizeit- und Wegeangebote.



Wesentliche Therapiemodule:

Ärztliche Betreuung

Häufig vorliegende Begleiterkrankungen und die körperlichen Auswirkungen des Übergewichtes werden von qualifizierten Fachärzten behandelt.



Ernährungstherapie

... mit Schulungen, Küchenpraxis und wöchentlichen ernährungstherapeutischen Einzel- und Gruppengesprächen, die eine Auseinandersetzung mit dem Essverhalten zur Steigerung des Selbstverständnisses im Umgang mit eigenen Bedürfnissen, Gefühlen und der Nahrung begleiten.

Bewegungstherapie (Sport- und Körpertherapie)

... als Entwicklungsraum für Körperidentität, positive Körperwahrnehmung und mehr Freude an der Bewegung.

Kognitive Verhaltenstherapie

... zur Veränderung des das Übergewicht aufrechterhaltenden Denkens und Verhaltens und zur Bearbeitung individueller biografischer Hintergründe.

Bezugsgruppentherapie

... zur Entlastung von Schuld und Scham und zur Bearbeitung ungünstiger Beziehungs- und Interaktionsmuster in einem vertraulichen Rahmen.

Patientenschulungen zu Gesundheitsthemen

Indikative Gruppen

- o zur Erhöhung der sozialen Kompetenz,
- o zur Angstüberwindung,
- o zum Umgang mit Depressionen,
- o zum Erlernen von Entspannungstechniken,
- o zum Aufbau von Achtsamkeit

und **vielfältige Freizeitangebote.**

Nachsorge

Bei erfahrungsgemäß längeren Behandlungszeiträumen sehen wir eine enge Zusammenarbeit mit ärztlichen und therapeutischen Vor- und Nachbehandlern (aber auch Beratungsstellen, Wohngruppen, betreutem Wohnen, Selbsthilfe-gruppen, Nachsorgeprogrammen) als unabdingbar für eine gelungene individuelle und langfristige Therapieplanung und -koordination.

Zu unserem therapeutischen Angebot gehören daher auch:

- o Intervallbehandlungen (Etablierung von Therapiemotivation und nachfolgende Adipositasbehandlung)
- o Wiederholungsbehandlungen (zur erneuten Stabilisierung oder Rückfallbearbeitung).

Ihre Ansprechpartner zum Thema Adipositasbehandlung in der Fontane-Klinik sind:

Oberärztin Diana Dumitrescu

FÄ f. Psychiatrie u. Psychotherapie
E: d.dumitrescu@fontane-klinik.de

Dipl.-Psych. Ariane Mossakowski (Teamleiterin)

Psychologische Psychotherapeutin, Verhaltenstherapie, Essstörungenbehandlung
E: a.mossakowski@fontane-klinik.de

Zur Terminvereinbarung für Informationsgespräche oder Vorgespräche zur Behandlung wenden sie sich gerne an unsere Patientenverwaltung:

Angela Dittmann

Tel.: 033769/128
E: a.dittmann@fontane-klinik.de

Diana Friedrich

Tel.: 033769/118
E: diana.friedrich@fontane-klinik.de

Wir freuen uns, Sie in einem persönlichen Gespräch individuell informieren zu können.

Vielen Dank für Ihr Interesse.

www.fontane-klinik.de

Fontanestraße 5 · 15749 Mittenwalde OT Motzen · T: 03 37 69 . 86 - 0 · F: 03 37 69 . 86 - 104 · E: info@fontane-klinik.de

