

## Behandlungsmodule

### Einzelpsychotherapie

#### Bezugspflegegespräche

Regelmäßige Einzelgespräche mit der Bezugspflege über aktuelle, tagesrelevante Probleme und hilfreiche Übungen (Skills)

#### Basisgruppe

Informationsgruppe über medizinisch-biologische und psychologische Hintergründe bei spezifischen und störungsübergreifenden Symptomen und Konsequenzen für die Behandlung

#### Körpertherapie/Spiegeltherapie

Für Betroffene mit einer Körperschemastörung zur Verbesserung der Körperwahrnehmung.

#### Escrime

Philippinische Kampfkunst mit Stock und Schwert zur Verbesserung der Durchsetzungsfähigkeit.

#### Flamenco

Der traditionelle spanische Tanz fördert ein entschiedenes Auftreten.

#### Muskelaufbau- und Bewegungstraining

##### Gestaltungstherapie

Nonverbale Gestaltung von Gefühlen und Gedanken

##### Ernährungstraining

Gemeinsames Planen, Einkaufen und Kochen

einer Mahlzeit mit und ohne Anleitung.

##### Beratung durch Diätassistentin

Sie erstellen einen Ernährungsplan mit der Diätassistentin.

##### Skillstraining (Fertigkeiten-Training)

Einüben von Fertigkeiten (Skills) in den Bereichen Achtsamkeit, Stresstoleranz, Emotionsregulation und zwischenmenschliche Beziehungen, um schädigende Verhaltens-, Gefühls- und Denkmuster zu ändern.

##### Achtsamkeitstraining

Hier werden Übungen zur Achtsamkeit trainiert.

##### Training Sozialer Kompetenz

In Übungen lernen die PatientInnen, in sozialen Situationen angemessen und selbstsicher zu reagieren.

##### täglich Reflexionsgruppe

Die Gruppe findet nach dem Mittagessen statt und reflektiert Stimmung, Gedanken und Verhalten während des Essens.

##### täglich Festlegung Ihrer Tagesziele

Sie legen in der Morgenrunde ihr Tagesziel fest und berichten abends, wie es funktioniert hat.

##### täglich Besprechung Ihrer „Diary-Card“

Tagebuchkarte, die Sie täglich ausfüllen, um Ihre Wahrnehmung zu verbessern.

##### Beratung durch SozialarbeiterInnen der Klinik

##### Familiengespräche

## Wie Sie uns finden

Zentralinstitut  
für Seelische Gesundheit  
Mannheim

J5, 68159 Mannheim  
Telefon: 0621 - 1703-0  
E-Mail: info@zi-mannheim.de  
Internet: www.zi-mannheim.de



#### Parkmöglichkeiten



Tiefgarage Karstadt  
Tiefgarage Marktplatz  
Tiefgarage H6

#### Öffentliche Verkehrsmittel

Strassenbahnlinie: 1,3,4,5,7,RHB  
Haltestelle: Marktplatz, Neckartor



## Kontakt

### Zentralinstitut für Seelische Gesundheit

J5

68159 Mannheim

Klinik für Psychosomatik  
und Psychotherapeutische Medizin

Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. Martin Bohus

Behandlungseinheit Essstörungen

Leitung: Dr. med. Astrid Sabine Keßler

Tel. 0621 / 1703 – 4144

Fax 0621 / 1703 – 4005

Ambulanzsekretariat

Frau Zehe / Frau Gligorijevic

Tel. 0621 / 1703 – 4303

[www.zi-mannheim.de](http://www.zi-mannheim.de)

Stand 11/08

## Behandlungseinheit für Essstörungen



Zentralinstitut für Seelische Gesundheit, Mannheim

Klinik für Psychosomatik  
und Psychotherapeutische  
Medizin



## Behandlungseinheit Essstörungen

Unser Therapieangebot richtet sich an PatientInnen ab 18 Jahre mit der Diagnose

- ▶ Anorexia nervosa
- ▶ Bulimia nervosa
- ▶ Binge Eating Disorder
- ▶ Adipositas permagna

### Anorexia nervosa (Magersucht)

Die Betroffenen essen nur kleine Mengen Nahrung oder versuchen, ganz auf das Essen zu verzichten. Manche nehmen Abführmittel oder treiben viel Sport, um abzunehmen. Obwohl sie untergewichtig sind, empfinden sich die Betroffenen als „zu dick“.

Gesundheitlich kommt es zum Ausbleiben der Periode, zu Konzentrationsstörungen, Schwindel, Kreislaufzusammenbrüchen. Die Stimmung ist niedergeschlagen. Schwere Organschäden können manchmal bis zum Tod führen.

### Bulimia nervosa (Ess-/Brechsucht)

In Heißhungeranfällen werden große Mengen an Nahrung aufgenommen. Anschließend erbrechen viele Betroffene das Essen oder sie nehmen Abführmittel, manche hungern bis zum nächsten Anfall. Sowohl Heißhungerattacken, als auch das Erbrechen gehen mit starken Schamgefühlen einher. Betroffene können Unter-, Normal- oder Übergewicht haben.

Gesundheitlich kommt es zu Schädigungen der Zähne, der Speiseröhre und des Darms. Die Leistungsfähigkeit nimmt ab. Weitere Organschäden sind möglich.

## Binge Eating Disorder (Heißhungerattacken)

Die Betroffenen haben Essanfälle, das heißt, sie verlieren die Kontrolle über die Nahrungsaufnahme und essen große Mengen in kurzer Zeit. Zwischen den Anfällen essen sie normal. Meist liegt Übergewicht (Adipositas) vor. Gesundheitliche Folgen können Arthrose, Rückenbeschwerden, Atembeschwerden, Herzerkrankungen, Bluthochdruck und Diabetes sein.

### Adipositas permagna (Fettsucht)

Bei der Adipositas wird übermäßig Fettgewebe im Körper angesammelt. Der Verlauf geht meist über Jahre und die Ursachen sind unterschiedlich. Das Hunger- und Sättigungsgefühl fehlt, so dass größere Mengen als erforderlich gegessen werden. Betroffene empfinden oftmals ihren Körper als grotesk oder ekelregend und fühlen sich feindselig betrachtet und verachtet. Tatsächlich gibt es in unserer Gesellschaft eine Diskriminierung fettleibiger Menschen, was den zwischen-menschlichen Kontakt zusätzlich erschwert.

Gesundheitlich treten ähnliche Beschwerden wie bei der Binge Eating Disorder auf. Menschen mit einer Adipositas permagna sind von einer erhöhten Sterblichkeit betroffen.

## Wie erfolgt die Aufnahme?

Die Indikation zur stationären Behandlung wird im Rahmen eines ambulanten Vorgesprächs (Terminvereinbarung unter Tel. 0621-1703-4303) gestellt.

Die Behandlungsdauer beträgt ca. 12 Wochen, kann aber den individuellen Bedürfnissen angepasst werden und auch tagesklinisch erfolgen.

## Behandlungskonzept

Wir behandeln verhaltenstherapeutisch nach dem Konzept der Dialektisch Behavioralen Therapie (DBT), das sowohl medizinisch-biologische als auch psychosoziale Faktoren Ihrer Erkrankung berücksichtigt und Ihre Fertigkeiten in den Bereichen Achtsamkeit, Stresstoleranz, Emotionsregulation und zwischenmenschliche Beziehungen fördert.

### Ablauf und Therapiedauer

Die stationäre Behandlung gliedert sich in zwei Stufen: In der 1. Stufe legen wir mit Ihnen die Therapievereinbarungen und -ziele fest, wir erarbeiten gemeinsam den Behandlungsplan. Wir sichern die Diagnose/n und klären Sie über Ihr Störungsbild auf. In der 2. Stufe arbeiten Sie, mit unserer Hilfe, an Ihren Behandlungszielen. Ein Behandlungsziel ist immer das Erlernen eines Hunger- und Sättigungsgefühls sowie ein normales Essverhalten. Die übrigen Ziele legen sie nach Ihrer persönlichen Lebenssituation und Ihren Wünschen für die Zukunft fest. Wichtig ist uns also nicht nur, Sie zu einer/einem ExpertIn Ihrer Genesung zu machen, sondern Ihnen umfassende Fertigkeiten zu vermitteln, Ihre Stärken und Möglichkeiten bewusster wahrzunehmen und effektiv einsetzen zu können.

### Ausstattung der Station

- ▶ Offene Station mit 2-Bett-Zimmern
- ▶ Gemeinschafts- und Aufenthaltsraum mit TV
- ▶ Stationsküche, Waschmaschine, Bügel-, Mehrzweckraum
- ▶ Turnhalle und Räume für Sport-, Bewegungs-, Entspannungs-, Physiotherapie etc.