

Kontakte



Asklepios Westklinikum Hamburg

Abteilung für Psychosomatische Medizin

Suurheid 20

22559 Hamburg

Tel.: +49 40 8191-2503

Fax: +49 40 8191-2599

a.gahren@asklepios.com

www.asklepios.com/westklinikum

Für mehr
Informationen
den QR-Code
einscannen



TAGESKLINIK FÜR ESSGESTÖRTE MENSCHEN MIT ADIPOSITAS

Patienteninformation

Wenn essgestörtes Verhalten (Essattacken, Verlust der Mahlzeitenstruktur, Snacking, Süßigkeitenkonsum, Süßgetränke u. a.) bei Ihnen zu Adipositas geführt hat, ist es schwer, dauerhaft wieder abzunehmen.

Viele Menschen kennen aus leidvoller Erfahrung den Jo-Jo-Effekt, das Wechselspiel aus Diäten und Gewichtszunahme. Häufig liegen dem gestörten Essverhalten psychische Ursachen zugrunde. Essen kann innere Anspannung, Stress, Traurigkeit, Niedergeschlagenheit oder Wut und Verzweiflung erträglich machen. Manche Menschen mit Adipositas sind an einer Depression erkrankt oder haben eine Angsterkrankung.

UNSERE INTENSIVE PSYCHOSOMATISCHE TAGESKLINISCHE BEHANDLUNG STEHT AUF DEN DREI SÄULEN:

- 1. Psychotherapie**
- 2. Ernährungstherapie**
- 3. Körpertherapie/Sport**

In der Einzel- und Gruppenpsychotherapie haben Sie die Möglichkeit, sich mit potenziellen psychischen Belastungen intensiv auseinanderzusetzen. Die Ernährungstherapie dient neben der Vermittlung umfassender Informationen über gesunde Ernährung auch dazu, dass Sie Ihr Essverhalten ganz praktisch ändern lernen. Dazu bieten wir eine Lehrküche an, in der Sie unter Anleitung unserer Ökotropholog:innen gesunde Speisen zubereiten, die Sie anschließend zu Hause nachkochen können. Sie führen ein Esstagebuch, das Sie mit unseren Spezialist:innen besprechen. Darüber hinaus verändern Sie während der Tagesklinikzeit Ihr Bewegungsverhalten durch regelmäßige Sporteinheiten. Dabei werden auch die Bedürfnisse von Menschen mit sehr starkem Übergewicht berücksichtigt.

In der Körpertherapie arbeiten wir mit Ihnen an Ihrem Körperbild und der Wahrnehmung Ihres Körpers. Abzunehmen ist ein Projekt auf längere Zeit, kein schnelles Geschehen. Wir helfen Ihnen dabei, Sie auf den Weg zu bringen.

TAGESKLINISCHE THERAPIEANGEBOTE

- Einzelpsychotherapie
- Gruppenpsychotherapie
- Tanz- und Bewegungstherapie
- Sport
- Ernährungsberatung
- Angeleitetes Kochen in unserer Lehrküche
- Sozialberatung
- Medizinische Behandlung

Sie haben Fragen oder Interesse an einer Behandlung?

Kurzfristige Informations- und Beratungsgespräche sind möglich. Sprechen Sie uns an.

Anmeldung: Angela Gahren

Tel.: +49 40 8191-2503

E-Mail: a.gahren@asklepios.com

