

Information und Beratung

Für die Vereinbarung von Vorgesprächen erreichen Sie uns in der Zeit von 8.00 bis 16.30 Uhr unter der Telefonnummer (040) 28 41 39 - 500 oder schicken Sie uns eine E-Mail unter essstoerung@vt-falkenried.de

In einem persönlichen Vorgespräch können Sie Ihre persönliche Problemlage schildern und sich über die Einzelheiten des Therapieangebots informieren lassen.



Anfahrt

- **Bus Linie 172** Richtung Mundsburger Brücke bzw. U-Bahn Fuhlsbüttel, Haltestelle Kampnagel unmittelbar vor dem Gebäude
- **Bus Linie 173** Richtung Mundsburger Brücke bzw. Am Stühm-Süd, Haltestelle Kampnagel unmittelbar vor dem Gebäude
- **Parken:** Parkhaus (kostenpflichtig) direkt am Eingang Nr. 6



Voraussetzungen

Für den Erstkontakt und die weitere Behandlung ist im Fall einer gesetzlichen Versicherung die gültige Versicherungskarte notwendig. Eine psychotherapeutische Behandlung in Einzel- oder Gruppentherapie wird in der Regel von allen gesetzlichen und privaten Krankenkassen nach Antragstellung übernommen. Entsprechende Therapieanträge werden von uns erstellt. Patienten verschiedener Kassen können im Rahmen eines Vertrages zur integrierten Versorgung ohne weiteres Antragsverfahren und ohne Wartezeit behandelt werden. Sollten Sie an unserer Essstörungenbehandlung interessiert sein, vereinbaren Sie gerne einen Erstgesprächstermin.

Verhaltenstherapie Falkenried (MVZ GmbH) Medizinisches Versorgungszentrum

Jarrestraße 8 (2.OG)
22303 Hamburg
Telefon: (040) 28 41 39 - 500
Telefax: (040) 28 41 39 - 590
Homepage: www.vt-falkenried.de
E-Mail: essstoerung@vt-falkenried.de
V.i.S.d.P.:
Prof. Dr. med. Helmut Peter
Dipl.-Psych. Dr. rer. nat. Ulrike Lupke
HRB 104817
Stand: November 2010

Essstörungenambulanz für Anorexia und Bulimia nervosa



VT Falkenried
Eppendorf



VT Falkenried
Winterhude

Woran erkenne ich eine Essstörung?

Anorexia nervosa

Die Betroffenen haben einen übermäßigen Wunsch abzunehmen und rutschen im Laufe der Erkrankung in z. T. lebensbedrohliches Untergewicht. Trotz des geringen Gewichts besteht eine starke Angst davor, dick werden zu können oder die Kontrolle über das Gewicht zu verlieren. Der Körper kann in seinem Umfang nicht mehr angemessen eingeschätzt werden. Die Lebensmittelauswahl wird immer weiter auf kalorienarme Speisen eingeschränkt, manchmal werden zusätzlich Abführmittel eingenommen oder exzessiver Sport getrieben. Manche Magersüchtigen entwickeln Essanfälle und erbrechen sich. Häufige körperliche Folgeerscheinungen sind Ausbleiben der Menstruation, Haarausfall, ständiges Frieren, Kreislaufprobleme, Erschöpfung und Gereiztheit, fehlendes Konzentrationsvermögen und andauerndes Denken an Essen sowie depressive Verstimmung. Oftmals wird ein starker Zwang ausgeprägt, das Körpergewicht durch ständiges Kontrollieren auf einer Personenwaage zu überprüfen.



Bulimia nervosa

Die „Ess-Brech-Sucht“ ist gekennzeichnet durch wiederkehrende Essattacken, d. h. die Betroffenen entwickeln zumeist in Zusammenhang mit Diätwünschen und -verhalten eine ausgeprägte Gier nach Lebensmitteln. In kurzer Zeit werden übergroße, oftmals hochkalorische Essensmengen zu sich genommen. Aus Angst vor einer Gewichtszunahme wird anschließend das Essen wieder erbrochen. Es kommen aber auch Abführmittel, exzessiver Sport oder Hungerphasen als „Ausgleich“ zur Anwendung. Oftmals entwickeln Betroffene eine zunehmende Verzweiflung und Scham aufgrund des erlebten Kontrollverlustes im Umgang mit Nahrungsmitteln, worunter der Selbstwert und auch die soziale Kontaktfähigkeit sehr leiden können. Ähnlich wie bei der Magersucht besteht eine starke Angst vor dem „dick werden“ und der Selbstwert hängt in übermäßiger Weise von der Figur ab. Etwa die Hälfte der bulimischen Patienten blickt in ihrem Leben auf magersüchtige Phasen zurück.



Dr. Ulrike Lupke
Psychologische Leiterin
und Geschäftsführerin



Prof. Dr. Helmut Peter
Ärztlicher Leiter
und Geschäftsführer

Sehr geehrte Damen und Herren,

das Leben mit einer Essstörung stellt für die Betroffenen und oftmals auch für deren soziales Umfeld eine starke Belastung dar. Der Bezug zu der eigenen Person und zum eigenen Körper geht zunehmend verloren, so dass sich für die Betroffenen mit der Zeit vielfältige negative Konsequenzen ergeben: Stimmung und Selbstvertrauen schwanken in Abhängigkeit von Gewicht und Essverhalten. Soziale Situationen werden zunehmend gemieden, da das Essen in der Öffentlichkeit immer schwerer umsetzbar wird, was Einsamkeitserleben, Rückzug und weitere Verstrickung in die Essstörung nach sich ziehen kann.

Manche der Betroffenen stehen einer Behandlung der Erkrankung sehr zwiespaltig gegenüber, da sie durch kontrolliertes Essverhalten kurzfristig das Gefühl von Erfolg oder Kontrolle empfinden und Angst haben, dieses wieder zu verlieren. Gerade um eine häufig stattfindende Chronifizierung zu verhindern, ist eine möglichst frühzeitige und effektive Behandlung wichtig.

Unser ambulanter verhaltenstherapeutischer Behandlungsansatz integriert gruppen- und einzeltherapeutisches Vorgehen. So können zum einen soziale Unterstützung gefördert und hilfreiche Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung vermehrt werden. Zum anderen ist ein individuelles, auf den Einzelnen abgestimmtes Arbeiten an den therapeutisch relevanten Themen möglich.

Gerne stehen wir für Fragen zu unserem Behandlungsangebot zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen!

Unser Behandlungskonzept

Ziel unserer verhaltenstherapeutisch ausgerichteten ambulanten Behandlung ist es, Sie langfristig zum Experten Ihrer Erkrankung zu machen und somit schrittweise zum einen Ihr Verständnis für Ihre Essstörungssymptomatik zu erweitern und Ihnen zum anderen Bewältigungsansätze zur sinnvollen Regulierung Ihres Essverhaltens an die Seite zu stellen. Wir bieten Ihnen hierzu eine enge Kombination aus Einzel- und gruppentherapeutischen Vorgehen an.

In der Einzeltherapie wird stärker der individuelle lerngeschichtliche Kontext der Erkrankung beleuchtet, auslösende und aufrechterhaltende Faktoren der Störungen im Essverhalten benannt und in der Folge individuelle Veränderungsstrategien erarbeitet. Die Einzeltherapie, welche in der Regel einmal wöchentlich stattfindet, ist ebenfalls geeignet für die Bearbeitung von Themen, die einen geschützteren Rahmen verlangen.

In der Gruppentherapie findet über einen festgelegten Zeitraum von mehreren Monaten einmal wöchentlich eine verbindliche Zusammenarbeit mit bis zu acht TeilnehmerInnen und einer psychologischen Psychotherapeutin statt. In den 100-minütigen Sitzungen wird Basiswissen zu den Erkrankungsbildern und zu einem sinnvollen Ernährungsverhalten vermittelt. Zudem werden häufige in Wechselwirkung mit der Essstörungssymptomatik stehende Themen, wie z.B. die Verbesserung der Körperakzeptanz, die Förderung von Selbstfürsorge und Selbstvertrauen, die Reduzierung überhöhter Leistungsansprüche u. a. m. aufgegriffen und im gemeinsamen Gespräch mit Blick auf Lösungsansätze bearbeitet.

Therapeutisches Team

Unser therapeutisches Team besteht aus erfahrenen Psychologischen Psychotherapeutinnen und -therapeuten mit der Fachkunde Verhaltenstherapie. Im Bedarfsfall arbeiten wir eng mit anderen am Hilfesystem der Betroffenen beteiligten Institutionen zusammen (z.B. stationäre Einrichtungen, Hausarzt etc.). Ebenfalls vermitteln wir – wenn indiziert – ambulante Ernährungsberatung.



Dipl.-Psych. Gabriele Kuß
Psychologische Leiterin der Essstörungsambulanz