



Was Sie von uns erwarten dürfen

Individuelle, zielorientierte Behandlung

Die Behandlung wird speziell auf Ihre persönlichen Probleme und Zielvorstellungen abgestimmt und als Einzeltherapie durchgeführt.

Transparente Therapiegestaltung

Sie sind von Anfang an eigenverantwortlich an der Planung und Durchführung der gesamten Behandlung beteiligt.

Hochqualifiziertes Personal

Speziell ausgebildete Diplom-Psychologen stehen Ihnen als persönliche Bezugstherapeuten in einem Patienten-Therapeuten-Verhältnis von 1:1 zur Verfügung.

Wissenschaftliche Begleitung

Die Behandlung orientiert sich an den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und der Behandlungserfolg wird ständig überprüft.

Nachweisbare, stabile Erfolge

Die Wirksamkeit der Therapien wird durch Untersuchungen belegt, die gute langfristige Erfolge bestätigen.

Kosten der Behandlung

Eine Übernahme der Behandlungskosten durch die gesetzlichen Krankenkassen ist nur im Einzelfall möglich. Nähere Informationen über die entstehenden Kosten sowie zur Kostenerstattung entnehmen Sie bitte dem gesonderten Informationsschreiben.



Wie Sie uns erreichen können

Bei Rückfragen oder Interesse an einer Behandlung wenden Sie sich bitte an die

**Christoph-Dornier-Stiftung
für Klinische Psychologie**

Zentrale

Schorlemerstr. 26
48143 Münster

Tel.: 0251 418 34 40
Fax: 0251 418 34 50

info@christoph-dornier-stiftung.de
www.christoph-dornier-stiftung.de



Kurzinformation

Christoph-Dornier-Stiftung

**[Wege zur Bewältigung
der Bulimie]**



Christoph-Dornier-Stiftung
für Klinische Psychologie

Wenn Essen das Leben bestimmt

Viele Frauen, aber auch manche Männer, haben Probleme mit ihrer Figur. Sie halten sich für zu dick und versuchen, durch Diätmethoden oder Fasten abzunehmen. Wird solche gezielte Nahrungsaufnahme über längere Zeit praktiziert, kommt es häufig zu ernsthaften Störungen von Essverhalten, Stoffwechsel und psychischem Befinden. Die Folge kann ein andauernder Wechsel von Fasten, Heißhungerattacken und willkürlichem Erbrechen sein. Spätestens dann dominiert das Thema Essen und Figur in Form einer bulimischen Essstörung den gesamten Lebensalltag. Soziale Kontakte werden seltener, Befürchtungen, den Arbeitsanforderungen nicht mehr gerecht zu werden, stellen sich ein, körperliche Folgeschäden und depressive Verstimmungen nehmen zu.

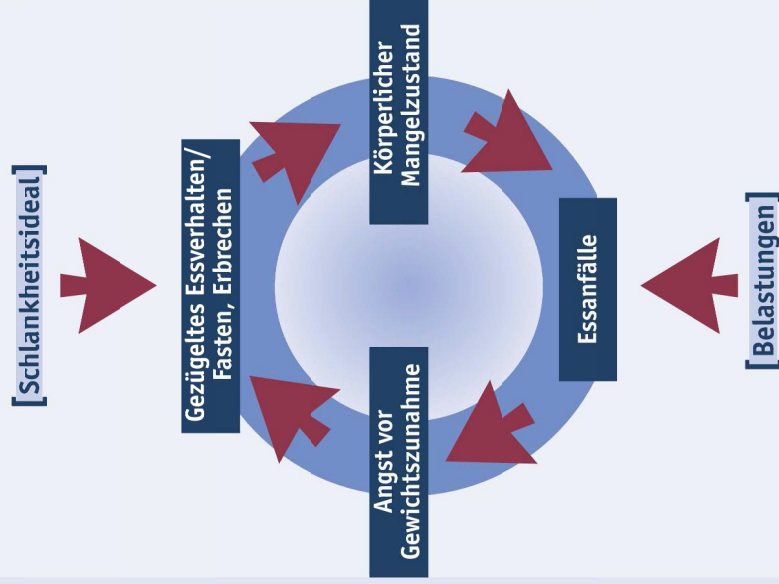
Fasten, Heißhunger, Erbrechen: ein Teufelskreis

Die Bulimie unterscheidet sich von der Magersucht dadurch, dass bulimische Menschen durchaus normalgewichtig sind und kein Untergewicht anstreben. Trotzdem leiden die Betroffenen unter ständiger Angst vor Gewichtszunahme. Zahlreiche Faktoren können zur Entstehung einer Bulimie beitragen: körperliche Gegebenheiten, belastende Lebensumstände und emotionale Unsicherheiten in und nach der Pubertät. Gemeinsam ist allen Betroffenen der durch gesellschaftliche Normen vermittelte und verstärkte Wunsch, möglichst schlank zu sein. Das Schlankheitsideal wird zum alles bestimmenden Ziel, verbunden mit einer starken Angst vor Gewichtszunahme, die nur durch gezieltes Essverhalten bewältigt werden kann. Und so beginnt der bulimische Teufelskreis: Heißhungerattacken, bei denen oft mehr als 5000 kcal verschlungen werden, massive Angst vor Gewichtszunahme und sofortiges Erbrechen. Der Versuch, konsequenter zu fasten, endet im nächsten Essanfall.

Die Gedanken kreisen nur noch ums Essen. Viele Stunden täglich werden mit Einkaufen, Essen und Erbrechen verbracht. Das gezielte Essverhalten führt zu körperlichen Veränderungen, die die Kontrolle des

Teufelskreis der Bulimie

Essverhaltens immer schwieriger machen. Da das körperliche Sättigungsgefühl keine Orientierung mehr bietet, kann der Essanfall nicht unterbrochen werden. Die Folge ist massive Angst vor der Gewichtszunahme, was zwangsläufig zu Gegenmaßnahmen führt: Erbrechen und noch stärker gezieltes Essverhalten entlasten kurzfristig, verstärken jedoch langfristig die körperlichen Mangelerscheinungen und psychischen Belastungen, so dass es immer öfter zu unkontrollierbaren Heißhungerattacken kommt. Der bulimische Teufelskreis schließt sich.



Auf Basis dieser Erkenntnis wird eine individuelle Therapie geplant und durchgeführt, um den Teufelskreis nachhaltig zu durchbrechen.

Die Behandlung in der Ambulanz der Christoph-Dornier-Stiftung

Erstgespräch

Der erste Schritt der Behandlung besteht aus einem Erstgespräch. Dieses dient dem gegenseitigen Kennenlernen, einer ersten Besprechung der bestehenden persönlichen Problemlage sowie der Klärung organisatorischer Fragen.

Diagnostische Untersuchung

Um eine optimale Behandlung zu ermöglichen, erfolgt nach dem Erstgespräch zunächst eine ausführliche, eintägige diagnostische Untersuchung. Diese beinhaltet sowohl ausführliche Gespräche mit dem Therapeuten als auch spezielle psychologische Untersuchungen und Testverfahren, um so die Hintergründe und Bedingungen der vorliegenden Erkrankung sowie deren Folgeprobleme genau analysieren und eingrenzen zu können.

Therapievorschlag

In einem weiteren Gespräch wird auf Grundlage der diagnostischen Ergebnisse dargestellt, ob und wie die bestehende Problematik in der Ambulanz der Stiftung angemessen behandelt werden kann. Hierzu wird ein konkreter, auf die jeweilige persönliche Problemstellung zugeschnittener Therapievor-schlag unterbreitet und ausführlich besprochen. Anschließend hat der Patient Zeit, den Therapievor-schlag zu Hause in aller Ruhe zu überdenken und sich für oder gegen die Behandlung zu entscheiden.

Intensivtherapie

Die Therapie wird je nach den Erfordernissen des Therapieplans und den zeitlichen Möglichkeiten des Patienten gestaltet. Inhaltliche Schwerpunkte, Dauer, Dichte und die konkreten therapeutischen Maßnahmen werden jeweils auf die individuelle Problematik des Patienten abgestimmt. Wichtige Ziele der Behandlung sind die fachlich angeleiteten Auseinandersetzungen mit der Essstörung und den daraus resultierenden Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen. Durch eine Kombination verschiedener kognitiver und konfrontativer Verfahren lernt der Patient, mit der Essstörung abzuschießen und belastende Gefühle und Gedanken zu verändern.

Selbstkontrollphase

Im Anschluss an die Intensivtherapie folgt die sogenannte Selbstkontrollphase, in der die Therapieerfahrungen im Alltag erprobt und stabilisiert werden. Zur kontinuierlichen Unterstützung besteht während dieser Zeit regelmäßiger Kontakt zu dem jeweiligen Bezugstherapeuten. Bei Bedarf können Auffrischungssitzungen stattfinden, um zwischenzeitlich aufgetretene Probleme zu bearbeiten.