Lösungen finden

Intensive Einzelpsychotherapie: Hintergründe verstehen, eigenverantwortlich handeln lernen

Sobald ein Körpergewicht erreicht ist, das einem Mindest-BMI entspricht, beginnt Phase 2, die sogenannte „Selbstkontrollphase". Schon in der ersten Therapiephase ist es das Ziel, dass unsere Patient:innen ihre Mahlzeiten zunehmend selbst gestalten. Nun liegt die Nahrungsaufnahme vollständig in ihren Händen. Sie lernen ihren Ernährungsplan flexibel an Alltagssituationen anzupassen und üben auch schwierige Situationen, wie das Essen „verbotener" Lebensmittel. Dabei werden sie in durchschnittlich acht Einzelsitzungen pro Woche intensiv psychotherapeutisch unterstützt.

Die Intensivtherapie ermöglicht, relativ schnell auch sehr belastende Themen zu bearbeiten. Gemeinsam erschließen wir die Hintergründe und Funktionalitäten der Essstörung, um alternative und „gesündere" Lösungsstrategien aufzubauen. Hierbei leisten schematherapeutische und klärungsorientierte Ansätze der Verhaltenstherapie wertvolle Dienste. Eine kritische Auseinandersetzung mit dem Schlankheitsideal und Expositionsübungen helfen, die Angst vor dem Dicksein zu überwinden. Ergänzende, individuell abgestimmte Gruppentherapien sind eine weitere Stütze.

Stabilisierung – über den Klinikaufenthalt hinaus

Um den Übergang in den Alltag zu erleichtern und Behandlungserfolge zu stabilisieren, unterstützen wir unsere Patient:innen nach dem Klinikaufenthalt mit Nachbetreuungsterminen. Im Fall einer ambulanten Weiterbehandlung findet eine Übergabe statt.

Individueller Veränderungsprozess – optimal begleitet

Unser Ziel ist es, jeden Menschen in seinem persönlichen Veränderungsprozess optimal psychotherapeutisch und psychiatrisch zu begleiten. Alle Therapieschritte werden gemeinsam besprochen und individuell abgestimmt. Die Behandlung erfolgt durch ein multiprofessionelles Team sowie in enger Kooperation mit niedergelassenen Behandler:innen. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse erweitern regelmäßig unser Therapiekonzept.

Intensive Psychotherapie – unser Angebot

- Kognitiv-verhaltenstherapeutisch basiertes Behandlungskonzept, ergänzt um modernste Therapiemethoden der sog. 3. Welle
- Zwei-Phasen-Anorexie-Behandlung ab einem BMI von 12,5 kg/m^2, ohne Sondenernährung
- Durchschnittlich acht Einzelpsychotherapie-Einheiten à 50 min pro Woche in Phase 2
- Ergänzende Gruppentherapien, individuell abgestimmt
- Aufnahme von Erwachsenen und Jugendlichen ab 14 Jahren
- Kostenübernahme durch private Versicherungen, Beihilfen, Berufsgenossenschaften sowie gesetzliche Versicherungen auf der Basis von Einzelfallentscheidungen
- Einbettzimmer
- Mitten in Münster – Mitten im Leben

© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022

© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022

Christoph Dornier
Klinik für Psychotherapie

Kontakt

Christoph Dornier Klinik für Psychotherapie
Tibusstraße 7 – 11, 48143 Münster (NRW)
Tel. +49 251 4810-0
Fax +49 251 4810-144
info@christoph-dornier-klinik.de
www.christoph-dornier-klinik.de

Christoph Dornier
Klinik für Psychotherapie

ANOREXIE

Behandlungsschwerpunkt
Essstörungen

Symptome der Magersucht erkennen

Die Übergänge zwischen gesund und krank sind fließend. Oft fühlt es sich gar nicht krank an, obwohl das Essverhalten schon lange nicht mehr gesund ist. Deshalb ist es wichtig, genau hinzuschauen, was sich verändert hat und wie sich diese Veränderungen auswirken.

- Kreisen Ihre Gedanken ständig ums Essen, Ihr Gewicht und Ihre Figur?
- Haben Sie große Angst zuzunehmen?
- Lassen Sie bestimmte Lebensmittel oder ganze Mahlzeiten aus?
- Finden Sie sich zu dick, obwohl Ihr Umfeld Ihnen das Gegenteil sagt?
- Haben Sie wiederholt Essanfälle und versuchen Sie, die Kalorien durch Erbrechen, Sport oder Medikamente wieder loszuwerden?
- Sinkt Ihr Selbstwertgefühl, wenn Ihr Gewicht steigt?
- Fallen Ihnen Haare aus? Frieren Sie sehr? Fühlen Sie sich körperlich geschwächt oder energielos?

All dies können Anzeichen einer Magersucht (Anorexie) sein. Halten diese Symptome länger an, nehmen sie weiter zu oder immer mehr Raum in Ihrem Leben ein, ist es wichtig, sich professionelle Hilfe zu holen.

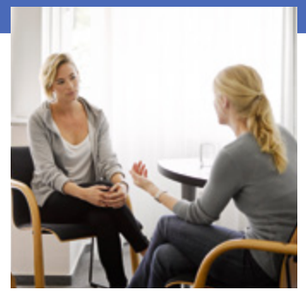
© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022

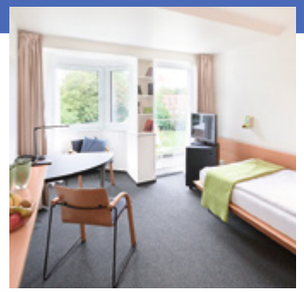
Komplikationen verstehen

Die Magersucht (Anorexie) ist eine schwere psychische Erkrankung, die aus eigener Kraft kaum zu überwinden ist. Sie schädigt den Körper und nimmt die Freude an Hobbys und sozialen Kontakten. Ängste, Zwänge, Depressionen und Suizidgedanken können die Folge sein und das Leben noch stärker belasten.

Als körperliche Folgen, die ärztlich behandelt werden müssen, können Herz-Rhythmus-Störungen, Nierenschäden, Durchblutungsstörungen, Blutarmut, Unfruchtbarkeit, Magen-Darm- und Zahnbeschwerden und Osteoporose auftreten. Manche Schäden können bleibend sein.

© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022





Hilfe annehmen

Die Magersucht und deren Komplikationen können bei rechtzeitiger Behandlung gut heilbar sein. Wichtig ist anzuerkennen, dass die Magersucht, obwohl sie schwerwiegende Probleme verursacht, gleichzeitig helfen kann, Spannungen abzubauen und mit inneren Konflikten umzugehen. Auch deshalb fällt es oft schwer, sich von ihr zu lösen. Letztendlich aber zerstört sie mehr, als dass sie hilft. Umso wichtiger ist es, so früh wie möglich alternative Lösungswege und ein Leben ohne Essstörung aufzubauen. Gerne unterstützen wir Sie in der Christoph-Dornier-Klinik dabei.

Insbesondere wenn die notwendigen Veränderungen im häuslichen Umfeld nicht umsetzbar sind, kann eine stationäre Therapie sehr hilfreich sein. Auch psychische und körperliche Begleit- und Folgeerkrankungen können die Behandlung in einer Klinik notwendig machen.

Das Wichtigste ist zugleich das Schwierigste: wieder normal zu essen. Am Anfang erscheint es vielen wie eine unüberwindbare Hürde, auch das gehört zur Krankheit. Deshalb verläuft die Anorexie-Therapie in der Christoph-Dornier-Klinik in zwei Phasen.

© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022

Lösungen finden

Therapeutisch begleitete Essgruppe: Selber zu essen ist die einzige Alternative

In Phase 1 steht die „Essgruppe" im Vordergrund. Dort werden alle Mahlzeiten therapeutisch begleitet. Ausgewogene Essenspläne, die intensive professionelle Unterstützung und das gemeinsame Erleben in der Gruppe erleichtern es, Essverhalten und Gewicht zu normalisieren.

Der Anteil an Einzelpsychotherapie wird in dieser Phase abhängig vom Gewicht von durchschnittlich zwei Sitzungen à 50 Minuten pro Woche stetig gesteigert. Denn je weniger der Körper um sein Überleben kämpfen muss, desto mehr Energie bleibt für die Frage, was hinter der Erkrankung steckt.

Engmaschige ärztliche Behandlung – in allen Phasen

Da alle Patient:innen durchgängig fachärztlich betreut werden, können wir auch Menschen mit sehr starkem Untergewicht behandeln (ab einem BMI von 12,5 kg/m^2). Die Ernährung erfolgt ohne Sonde auf natürlichem Wege, um von Anfang an ein natürliches Essverhalten zu fördern.

© Christoph-Dornier-Klinik GmbH 2022