

Stationäre Behandlung von
Frauen mit Essstörungen
in der Privatklinik Aadorf

Apropos



DIE ANGST VOR DEM GEWICHT ÜBERWINDEN

Bei Essstörungen wie Magersucht und Bulimie geraten die Betroffenen häufig in einen gefährlichen Kreislauf aus fragwürdigem Gewichtsideal, gestörtem Essverhalten und vermindertem Selbstwertgefühl. Einen Ausweg zu finden, ist nicht einfach. Oftmals gelingt dies erst in einer integrativen Therapie. Die Privatklinik Aadorf hat sich auf die stationäre Behandlung von Frauen mit Ess- und Persönlichkeitsstörungen spezialisiert.

Gemeinsames Leitsymptom von Essstörungen ist eine zwanghafte Fixierung auf die Ernährung, die das Denken, Fühlen und Handeln der Betroffenen bestimmt. Deshalb folgt die Behandlung in der Privatklinik Aadorf einem symptomorientierten Vorgehen. Ausserdem fokussiert sich die Psychotherapie darauf, den Kampf um Autonomie und Identität besser zu verstehen und die damit verbundenen Abwehrstrategien zu bearbeiten.

Eine Besonderheit ist die Tatsache, dass es sich im Rahmen der Therapie von Ess- und Persönlichkeitsstörungen in der Privatklinik Aadorf nicht nur bei den Patientinnen, sondern auch beim gesamten Behandlungsteam auf der spezialisierten Station Oase um Frauen handelt. Das spezifische Wissen und die vertiefte Erfahrung der Mitarbei-

terinnen sowie zielgerichtete Konzepte und ein ganzheitlicher Ansatz gewährleisten eine fundierte und hochwertige Therapie. Ebenso wertvoll sind Menschlichkeit und Empathie, die vertrauensvolle und zwanglose Atmosphäre, das diskrete und sichere Umfeld in unmittelbarer Nähe zur Natur. Dank dieser Verbindung von Professionalität und Persönlichkeit bietet die Privatklinik Aadorf Chancen, um eine Essstörung in einem individuellen Gesundheitsprozess zu überwinden.

Bulimie und ihre Behandlung

In Europa leiden rund fünf Prozent der 15- bis 30-jährigen Frauen an einer Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht) – mit steigender Tendenz. Bei der Bulimie kommt es zu wiederholten Heisshungeranfällen mit Kontrollverlust. Innerhalb kürzester Zeit werden grosse, kalorienreiche Nahrungsmengen verschlungen. Die Betroffenen fühlen sich diesem Geschehen machtlos ausgeliefert. Um einer Gewichtszunahme entgegenzuwirken, wird unmittelbar danach versucht, den Vorfall durch selbst induziertes Erbrechen rückgängig zu machen. Dies führt zu kurzfristigem Spannungsabbau. Im Verlauf kann dieses Vorgehen automatisiert ablaufen. Als gegensteuernde Massnahmen werden Appetitzügler, Abführmittel, Entwässerungsmittel, Schilddrüsenhormone oder übermässige Bewegung genutzt.

Die stationäre Behandlung einer Bulimie erfolgt nach integrativem, methodenübergreifendem Ansatz mit verhaltenstherapeutischen, systemischen und tiefenpsychologischen Anteilen. Im Vordergrund stehen das Einhalten regelmässiger Mahlzeiten mit normalen Portionen sowie das Aufgeben eines nicht realistischen Zielgewichtes. Mit Hilfe von verhaltenspsychotherapeutischen Techniken wird den Frauen das Erlernen von Bewältigungsstrategien in Anspannungssituationen ermöglicht, um die Phasen ohne Ess- und Brechanfälle verlängern zu können. Parallel erfolgt die Bearbeitung der auslösenden Konflikte und Problembereiche. Ergänzend kommen bei Bedarf antidepressive Medikamente (Serotoninwiederaufnahmehemmer) zum Einsatz.

Magersucht: Wenn Essen zur Qual wird

Wie die Bulimie ist auch die Anorexia nervosa eine Erkrankung, die sich auf viele wichtige Lebensbereiche auswirkt. Sie kommt bei etwa einem Prozent der 15- bis 30-jährigen Frauen vor. Der Erkrankungsgipfel liegt zwischen 14 und 16 Jahren. Aufgrund einer verzerrten Wahrnehmung haben Betroffene die feste Überzeugung, trotz bestehendem Untergewicht zu dick zu sein und sind von einer ausgeprägten Angst vor Gewichtszunahme beherrscht. Sie entwickeln zahlreiche Strategien, um ihr Gewicht tief zu halten.

Im Vordergrund steht die restriktive Nahrungseinnahme; vor allem kalorienreiche Lebensmittel werden vermieden. Ein Teil der Betroffenen macht zudem exzessiv Sport, erbricht das Wenige, was eingenommen wird, oder betreibt Medikamentenmissbrauch mit Appetitzüglern, Abführ- und Entwässerungsmitteln. Meist kommt es in der Folge zu Beeinträchtigungen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit, der Lebenszufriedenheit, zu Schwierigkeiten in Beziehungen und im schulischen oder im beruflichen Bereich. Während das natürliche Hunger- und Sättigungs-Gefühl gestört ist, werden Nahrungsaufnahme und Gewicht zum zentralen Fokus der Aufmerksamkeit und bestimmen den eigenen Selbstwert.

Voraussetzung für eine Behandlung der Anorexia nervosa ist die Eigenmotivation der Betroffenen. Ziel einer stationären Therapie ist das Erreichen eines Normalgewichtes (BMI mindestens 18,5). Ein wichtiges therapeutisches Instrument in der Privatklinik Aadorf stellt das Estagebuch der Betroffenen dar, welches im Rahmen der Behandlung besprochen wird. Die Einnahme regelmässiger Mahlzeiten, die Aufnahme von normalen Essensmengen oder das Annehmen von Verdauungsvorgängen sind Meilensteine auf dem Weg hin zu einem geregelten Essverhalten. Es gilt, den Kreislauf von niedrigem Gewichtsideal, gestörtem Essverhalten, vermindertem Selbstwertgefühl und mangelnden Konfliktbewältigungsstrategien zu durchbrechen. In der Einzelpsychotherapie werden überdies Auslöser, Hintergründe, aufrechterhaltende Faktoren und die Funktion der Essstörung erarbeitet sowie alternative Fertigkeiten und Bewältigungsstrategien im Umgang mit beeinträchtigenden Gefühlszuständen erlernt.

Aussicht auf Erfolg

Vor allem bei Frauen sind Essstörungen wie Bulimia oder Anorexia nervosa relativ weit verbreitet. Mit erfahrenen und qualifizierten Spezialisten, durchdachten Konzepten und einem sicheren Umfeld können heute auch schwere und lang andauernde Essstörungen mit Erfolg behandelt werden. Die Privatklinik Aadorf hat sich diesbezüglich als Kompetenzzentrum etabliert – und bietet ihren Patientinnen Wege, um die Angst vor dem Gewicht zu überwinden.



Dr. med. Stephan N. Trier, M.H.A.
Ärztlicher Direktor
Privatklinik Aadorf

PRAXIS UND WISSENSCHAFT

Ein wichtiger Grundpfeiler der Kompetenz an der Privatklinik Aadorf ist der Wissenschaftliche Beirat, zu welchem unter anderem PD Dr. med. Gabriella Milos zählt, führende Expertin für Essstörungen und Beteiligte an der Erar-

beitung des Behandlungskonzepts der Station Oase. Das hochkarätig besetzte Gremium unterstützt die Arbeit der Klinik und gewährleistet unter anderem den Informationsaustausch mit der universitären Lehre und Forschung.

Wissenschaftlicher Beirat



Prof. Dr. phil.
Matthias Burisch
Fachbereich Psychologie
der Universität Hamburg,
Experte für Burnout, Autor
des Standardwerks «Das
Burnout-Syndrom»



PD Dr. med. **Urs Hepp**
Chefarzt Externe
Psychiatrische Dienste des
Kantons Aargau, Experte für
Angststörungen, depressive
Störungen, Persönlichkeits-
störungen



Prof. Dr. med. Dr. phil.
Andreas Maercker
Leiter Fachrichtung
Psychopathologie und
Klinische Intervention,
Universität Zürich, Experte
für Psychotraumatologie und
Alterspsychotherapie



PD Dr. med. **Gabriella Milos**
Leitende Ärztin Zentrum
für Essstörungen, Klinik für
Psychiatrie und Psychothera-
pie Universitätsspital Zürich,
Expertin für Essstörungen



Prof. Dr. med.
Hartmut Radebold
Lehrstuhl für klinische
Psychologie der Universität
Kassel (1976–1997), gilt als
Nestor der Psychotherapie
Älterer

BEHANDLUNG UND THERAPIEN AUF UNSERER STATION OASE



Die Behandlung in der Privatklinik Aadorf erfolgt nach integrativem, methodenübergreifendem Ansatz. Sie wird individuell auf jede Patientin abgestimmt, mit ihr geplant und interdisziplinär bearbeitet. Wir bieten in enger Zusammenarbeit der einzelnen Berufsgruppen unterschiedliche Behandlungsmodulare an, die für unsere Patientinnen ein umfassendes Behandlungskonzept bereitstellen.

- Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppenpsychotherapie
- Fachpflegerische Betreuung
- Spezialtherapien:
 - Ergotherapie, Kreativtherapie, Kunst-/Gestaltungstherapie: Einzel und in der Gruppe
 - Ausdrucksmeditation, Bewegungstherapie, Tanztherapie: Einzel und in der Gruppe
 - Nordic Walking
 - Ernährungsberatung: Einzel und in der Gruppe
 - Therapeutische Kochgruppe
 - Psychopharmakologische Behandlung
 - Sozialdienst



Informieren Sie sich detaillierter auf unserer Webseite www.klinik-aadorf.ch oder bestellen Sie unsere themenspezifische Dokumentation.

QTOOLS: OUTCOME MESSUNG IM GESUNDHEITSWESEN

Mit der Einführung von qtools hat die Privatklinik Aadorf ihr Qualitätsmanagement um eine weitere Komponente bereichert.

qtools ist eine Lösung zur elektronischen Erfassung, Archivierung und Auswertung von Qualitätsdaten im Gesundheitswesen. Sie richtet sich explizit an die Bedürfnisse der Behandelnden und berücksichtigt die Vorgaben der behördlichen Instanzen in Bezug auf die Ergebnis- und Prozessqualität. Entwickelt wurde die Lösung von der architects-at-work AG in Aarau in Zusammenarbeit mit der Klinik «Integrierte Psychiatrie Winterthur» und der Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich.

Sinnvolles Qualitätsmanagement

Aufwändig erhobene Befragungsdaten an der Privatklinik Aadorf werden durch qtools besser nutzbar. Die Datenerfassung erfolgt mittels Fremd- oder Selbsteinschätzung direkt im Programm, wodurch alle Informationen von Beginn an in elektronischer Form vorliegen und sich jederzeit effizient weiterverarbeiten lassen. Die systematische Dokumentation der einzelnen Behandlungen und vielfältige Auswertungsfunktionen tragen massgeblich zur Optimierung der Daten- und Prozessqualität bei.

Vielfältige Auswertungsfunktionen

Die behandelnden Fachpersonen an der Privatklinik Aadorf können die Befragungsdaten einzelner oder mehrerer Patienten unmittelbar nach der Erfassung grafisch visualisieren und mit Referenzgruppen vergleichen. Zur Befragung steht eine umfangreiche Bibliothek mit Basisdokumentationen und Bewertungsfragebogen zur Verfügung. Auch eigene Fragebogen lassen sich in qtools konstruieren und als Vorlagen abspeichern.

Nicht zuletzt in Anbetracht von steigendem Kosten- und Leistungsdrucks ist qtools eine sinnvolle und einfache Lösung, um den steigenden Anforderungen im Bereich der Qualitätssicherung und des Qualitätsmanagements im Gesundheitswesen zu begegnen. Dank effizienter Datenerfassung und sofortiger Auswertung der Befragungsdaten erhalten Behandelnde bessere Informationsgrundlagen für die Diagnostik – und mehr Zeit für die Betreuung ihrer Patientinnen und Patienten.

Privat
Klinik
Aadorf

Psychotherapie
persönlich

Professionalität in drei Kerngebieten:

Burnout, Depressionen, Angststörungen

Individuelle Behandlungsangebote,
kompetent und menschlich

Psychotherapie 50+

Altersgerechte Therapieformen
mit ausgewiesenem Sachverstand

Ess- und Persönlichkeitsstörungen bei Frauen

Betreuung durch ausschliesslich
weibliches Fachpersonal

Klinik Aadorf AG
Fehrenbergstrasse 23
CH-8355 Aadorf
Tel. +41 (0)52 368 88 88
Fax +41 (0)52 368 88 99
info@klinik-aadorf.ch
www.klinik-aadorf.ch

ISO 9001–2008 zertifiziert

Die Privatklinik Aadorf ist ein
Unternehmen der di Gallo Gruppe.