

Esstörungen – die Volkskrankheit Nr. 1

Bewegungsmangel, falsche Ernährung, Stress, gesundheitliche Probleme:
Übergewicht und Adipositas haben viele Ursachen. Immer mehr Menschen – Männer wie Frauen, Kinder und Jugendliche – leiden unter der „Volkskrankheit Nr. 1“.

Der Druck, sich modischen Schönheitsidealen anzupassen, ist ebenfalls enorm. Auch hieraus entstehen oft Essstörungen: Adipositas und Übergewicht auf der einen Seite, Bulimie und Anorexie auf der anderen.

Die Behandlung von Essstörungen dauert in der Regel mehrere Jahre. In der Rehaklinik Kandertal machen Sie mit unserer Unterstützung den richtigen Start: ein multimodales Therapieprogramm speziell für Essstörungen, das mit dem nötigen Abstand vom krankmachenden Alltag besonders gut anspricht.

Ziel ist, das Gewicht schon während des Rehaaufenthalts zu reduzieren (bei Anorexie natürlich Gewicht zuzulegen) und die Vermittlung von Informationen und Techniken für die richtige Einstellung daheim.

Das Behandlungsprogramm

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Essstörungen mit ineinander greifenden Angeboten in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Medizin und Psychotherapie behandelt werden müssen. Das Therapieprogramm wird individuell auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt.

Ernährung

Analyse der Ernährungsgewohnheiten,
Ernährungsberatung,
Ernährungsumstellung

Bewegung

Individuell abgestimmte
Bewegungsangebote wie Gymnastik,
Nordic Walking, moderates Training

weiter zum [Rehaantrag](#)

Medizin

- Medizinische Untersuchung und Betreuung
- Diagnostik, Indikationsstellung, Schulung

- Außerdem je nach Bedarf Physio- und Entspannungstherapie

Psychotherapeutische Betreuung

Gruppen- und Einzeltherapie zu
Essverhalten und Essgewohnheiten

Ambulante Versorgung, Nachsorge und Selbsthilfe

Selbstverständlich unterstützen wir Sie
dabei, passende Angebote in Ihrer Nähe
zu finden.

Fachkonzept Adipositas

In der Regel kontinuierliche Gewichtszunahme über mehrere Jahre, Bewegungsmangel, falsche Ernährung. Insbesondere bei Jugendlichen ist mit der Erkrankung Einsamkeit und Scham über den eigenen Körper verbunden. Der aus dem Übergewicht resultierende Frust wird mit Essen bekämpft. Häufig entwickeln sich Folgekrankheiten wie hoher Blutdruck, Knie- und Rückenschmerzen. Therapieschwerpunkte sind Bewegung und Ernährungsberatung.

Fachkonzept Bulimie

Nahrung wird nach dem Essen erbrochen. Damit verbunden ist oft eine fürchterliche Angst, zuzunehmen. Bei der Therapie setzen wir auf gemeinsames Essen der Betroffenen und gemeinsame Verarbeitung der Krankheit. Wichtig ist auch die Ernährungsberatung in der Lehrküche.

Fachkonzept Anorexie

Ziel der Therapie der magersüchtigen Patienten ist natürlich eine sinnvolle Gewichtszunahme. Auch hier bietet die Gruppe beste Chancen, die Funktionsweise der Magersucht zu erkennen und den Kreislauf der Krankheit zu durchbrechen.

[Fachkonzept lesen](#)

[Das Konzept als pdf](#)

[Das Konzept in der Druckfassung bestellen](#)

Kontakt:

Kur + Reha GmbH

Eggstraße 8

79117 Freiburg

Beratungsteam 0800 2 23 23 73

Firmentelefon 0761 / 4 53 90 - 0

eMail [info\(at\)kur.org](mailto:info(at)kur.org)