

Über uns

Die Fachabteilung Integrierte Therapie der Adipositas besteht seit 1999, aufbauend auf Erfahrungen in der Behandlung von Essstörungen seit 1987.

Zum Team gehören

- Psychologische PsychotherapeutInnen
- TherapeutInnen für Konzentrierte Bewegungstherapie
- ÄrztInnen
- FachärztInnen für Psychotherapeutische Medizin
- InternistInnen
- Krankenschwestern und Arzthelferinnen
- Diätassistentinnen
- MotologInnen
- SozialarbeiterInnen
- PhysiotherapeutInnen



Klinik und Freizeit

Für die Unterbringung in der Klinik stehen ausschließlich Einzelzimmer mit Dusche und WC, meist mit Balkon, zur Verfügung. Zur Gestaltung der Freizeit gibt es eine Cafeteria, eine Sporthalle, ein Schwimmbad eine Sauna und eine Kegelbahn. Bad Wildungen und der nahegelegene Edersee bieten vielfache Gelegenheit für sportliche Aktivitäten (Reiten, Tennis, Golf, Segeln, Surfen). Zu Ausflügen, Besichtigungen und kulturellen Veranstaltungen laden neben Bad Wildungen die Städte Fritzlar und Kassel ein.



Parkland-Klinik

Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie

Fachabteilung für Integrierte Therapie der Adipositas

Leitung: Oberarzt Martin Boldt

Im Kreuzfeld 6

34537 Bad Wildungen-Reinhardshausen

Telefon 0 56 21-7 06-7 06

Telefax 0 56 21-7 06-7 05

info@parkland-klinik.de

Service-Telefon
08 00-0 18 91 27
kostenfrei

www.parkland-klinik.de



Parkland-Klinik

Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie

Adipositas



Sich selbst akzeptieren lernen

Menschen mit einem krankhaften Übergewicht bzw. Adipositas leiden auf unterschiedlichen Ebenen: Manchmal spüren sie bereits Einschränkungen durch die Folgeerkrankungen; sie sind mit ihrem Aussehen nicht zufrieden; sie erfahren zum Teil offene Ablehnung oder fühlen sich aufgezogen; oft haben sie aufgegeben, da frühere Versuche der Gewichtsabnahme gescheitert sind. Diese Situation führt dann häufig zu einem negativen Selbstbild und zu sozialem Rückzug, wobei es nicht selten zu Depressionen und psychosomatischen Beschwerden kommt.

Mit anderen Betroffenen etwas für sich tun

In unserer Klinik behandeln wir Essstörungen schon seit vielen Jahren. Aus verhaltenstherapeutischen Ansätzen hat sich dabei in den letzten Jahren auch ein spezielles Programm zur Behandlung der Adipositas entwickelt. In diesem integrativen Behandlungskonzept erfolgt zunächst eine Aufklärung über fettnormalisierte Ernährung bei kohlehydratliberaler Kost. Körperliche Aktivität mit moderater Leistungssteigerung ist ein weiterer Teil des Programms. In der verhaltensmedizinisch orientierten Gruppen- und Einzeltherapie sollen die psychologischen Funktionen des Essens und die soziokulturellen Regeln beleuchtet und konkret beim Einzelnen verstanden werden. Neben einem Verständnis für die Entstehung und Aufrechterhaltung des eigenen Problemverhaltens sollen übergewichtige Menschen vor allen Dingen sich selbst wieder als erfolgreich bzw. selbstwirksam handelnd erleben können. Durch den körpertherapeutischen Ansatz der Konzentrativen Bewegungstherapie gelingt es, Phänomene der Körperhaltung und des Körperausdrucks wahrzunehmen, zu erleben und als Teil der eigenen Lebensgeschichte zu verarbeiten. Während der gesamten stationären psychosomatischen Behandlung wird eine begleitende intermistische und orthopädische Diagnostik und Therapie gewährleistet.

Diät oder Psychotherapie?

Auch wenn bei der Entwicklung der Adipositas psychische Probleme gar nicht wesentlich waren (wir wissen heute, dass Adipositas zumindest genetisch mitverursacht wird), so entsteht doch durch das Leiden unter der Erkrankung die Notwendigkeit einer psychosomatischen Behandlung.

Mut finden, etwas zu verändern

In der Parkland-Klinik können alle Adipösen einen Schritt gehen in Richtung eines veränderten Essverhaltens, unabhängig von der Ursache ihres Übergewichtes. Für uns kommt es dabei nicht auf den schnellen Erfolg einer Diät an (mit dem bekannten Jojo-Effekt), sondern wir wollen mit Hilfe unseres Programms langfristige Veränderungen erreichen. Bei Erhaltung der Freude am Essen soll eine flexible Selbstkontrolle des Essverhaltens möglich werden.

Wir kombinieren in unserer Adipositasstherapie verschiedene Bausteine:

- Gruppengespräche
 - Zur Information, Verhaltensanalyse, Übungen zur Veränderung problematischer Verhaltensweisen, Verbesserung der sozialen Kompetenz, Genusstraining
 - Einzeltherapie
 - Individuelle Betreuung
 - Konzentrierte Bewegungstherapie
 - Den eigenen Körper neu erleben
 - Ernährungsberatung/Lehrküche
 - Information über Nahrungsmittel und Essen, gemeinsame Zubereitung von Mahlzeiten
 - Sport und Krankengymnastik
 - Wieder in Bewegung kommen, allmählich Freude an körperlicher Aktivität (wieder-) gewinnen
 - Medizinische Begleitung
- Bei Folge- und Begleiterkrankungen

