

Medienmitteilung

Kilchberg, 21. Oktober 2013

Immer hungrig – Wenn die Seele nicht satt wird

Vielversprechende Behandlung von Essstörungen am Sanatorium Kilchberg



Gewichtsprobleme, Übergewicht und Adipositas stellen nicht nur Risikofaktoren für die körperliche Gesundheit dar, sondern können auch das psychische Wohlbefinden ungünstig beeinflussen. Umgekehrt können psychische Probleme und deren Behandlung das Auftreten von Gewichtsproblemen begünstigen.

Es kann vorkommen, dass Patienten, die wegen einer psychischen Erkrankung medikamentös behandelt werden, eine Gewichtszunahme beklagen. Das Risiko hierfür hängt von individuellen Faktoren und der Art des Medikaments ab. Dieses ist beispielsweise höher unter einer neuroleptischen Behandlung als unter einer antidepressiven Therapie. Die Gewichtszunahme wird einerseits erklärt mit veränderten Stoffwechselfvorgängen unter Psychopharmaka sowie andererseits mit einem Bewegungsmangel im Rahmen der Erkrankung bei gleichbleibender Nahrungsaufnahme. In manchen Fällen ist eine Ursache für die Gewichtszunahme auch im vermehrten Essen zur Bewältigung negativer Emotionen zu finden.

Bei Patienten mit einer «Binge Eating» Störung stehen die emotionalen Probleme im Mittelpunkt der Erkrankung. Betroffene berichten über wiederholte Essanfälle und entwickeln im Nachhinein oft Traurigkeit, Schuld- und Schamgefühle. Auslöser sind häufig Gefühle von Einsamkeit, Selbstwertzweifel und zwischenmenschliche Probleme. Da gegenregulierende Massnahmen unterbleiben, sind die Betroffenen meist übergewichtig bis adipös. Die «Binge Eating» Störung kommt bei einer Betroffenheit von 1,6-2% in der Bevölkerung deutlich häufiger vor als Anorexie oder Bulimie, beginnt etwas später im Leben mit etwa 25 – 30 Jahren und betrifft beide Geschlechter. Im Verlauf der Erkrankung entwickeln viele Patienten Depressionen und ziehen sich zunehmend von ihrem sozialen Umfeld zurück.

Im Publikumsvortrag «Immer hungrig – Wenn die Seele nicht satt wird» stellen erfahrene Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Psychologen differenzierte Ansätze der Diagnostik und Behandlung von psychisch und medikamentös bedingten Gewichtsproblemen vor.

Diese Ansätze kommen auch im Rahmen der Spezialsprechstunde für Essstörungen am Sanatorium Kilchberg zur Anwendung. Die Behandlung basiert auf vier Säulen. Zunächst

wird der Umgang mit Essanfällen thematisiert und bei den Patienten ein achtsamerer Umgang mit dem Körper gefördert. Zweitens wird ernährungstherapeutisch das Ziel einer Gewichtsstabilisierung bzw. –reduktion angestrebt. Dies erfolgt durch den Aufbau einer regelmässigen Mahlzeitenstruktur, einer reduzierten Fettzufuhr und einer an den Bedarf angepassten Kalorienzufuhr. Drittens sind Sport und Bewegung entscheidend für die langfristige Stabilisierung des Gewichts. Und viertens wird die aktuelle Medikation überprüft und gegebenenfalls angepasst.

Die Veranstaltung ist öffentlich und findet statt am **Donnerstag, 24. Oktober** von 18.30-19.30 Uhr im Sanatorium Kilchberg.

Für weitere Auskünfte steht gerne zur Verfügung:

Frau Jacqueline Baumann, Marketing & Kommunikation, Sanatorium Kilchberg
Tel. 044 716 42 22, Email: j.baumann@sanatorium-kilchberg.ch