

5. Auflage, Januar 2010
Auflagenzahl: 1000

Herausgeber:

Landratsamt Ravensburg

Sozialdezernat

Kommunale Suchtbeauftragte

Elke Hofer

Liebigstraße 1

88239 Wangen im Allgäu

Telefon: 0 75 22 / 9 96 - 37 90

Fax: 0 75 22 / 9 96 - 37 05

E-Mail: elke.hofer@landkreis-ravensburg.de

Christopher Schlegel

Gartenstraße 107

88212 Ravensburg

Telefon: 07 51 / 85 - 31 20

Fax: 07 51 / 85 - 30 05

E-Mail: christopher.schlegel@landkreis-ravensburg.de

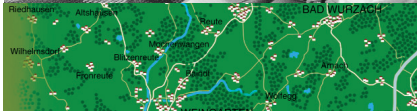


Wohin bei

Hilfsangebote

Essproblemen?

im Landkreis Ravensburg



Landratsamt
Ra~~v~~ensburg

Inhaltsverzeichnis

Vorwort _____	1
Begriffsbestimmungen	
- Magersucht _____	2
- Ess-Brech-Sucht _____	3
- Esssucht _____	4
- Essanfälle _____	5
Stationäre Hilfen ...	
- ... für Erwachsene _____	6 - 8
- ... für Kinder und Jugendliche _____	9 - 11
Ambulante Hilfen _____	12 - 14
Selbsthilfegruppen _____	15
Sonstige Hilfsangebote _____	16 - 17

Vorwort

Als "Essstörungen" bezeichnet man ernsthafte Verhaltensstörungen, die zu massiven Gesundheitsschäden führen können.

Bei allen Essstörungen handelt es sich um Sucht-Mechanismen bzw. Abhängigkeiten. Bei den Essstörungen ist das Suchtmittel weniger die Nahrung an und für sich, sondern die Beschäftigung mit dem Essen und dem eigenen Körperbild. Wie bei allen Süchten sind die Suchtmittel veränderlich und die vielfältigen Formen der Essstörung können ineinander übergehen oder sich vermischen.

Außerdem liegen bei Erstdiagnose der Essstörung bei etwa 10 bis 30% der Betroffenen (Erwachsenen) zusätzliche Abhängigkeiten bzw. ein Suchtmittelkonsum (Alkohol, Medikamente etc.) vor.

Die häufigsten Essstörungen sind die Magersucht (Anorexia nervosa), die Ess-Brech-Sucht (Bulimia nervosa), die sogenannte unspezifische Esssucht und die Essanfälle (engl. "Binge Eating").

Diese Broschüre soll sowohl Betroffenen als auch Fachkräften helfen, sich einen Überblick der Hilfsangebote im Landkreis Ravensburg zu verschaffen.



Diana E. Raedler
Sozialdezernentin

Magersucht

Anorexia nervosa

Die Magersucht ist durch einen absichtlich und selbst herbeigeführten Gewichtsverlust gekennzeichnet. Durch Hungern und Kalorienzählen wird versucht, dem Körper möglichst wenig Nahrung zuzuführen. Zudem wird häufig versucht, durch körperliche Aktivitäten den Energieverbrauch zu steigern. Die betroffene Person sieht dabei den eigenen körperlichen Zustand häufig nicht, sie empfindet sich als zu dick, auch noch mit extremem Untergewicht (Körperschemastörung).

In Deutschland sind etwa 100.000 Menschen von der Magersucht betroffen. 90% der Betroffenen sind Frauen zwischen 15 und 35 Jahren. 5 - 10% sind Männer. Bei 5 bis 15% der Betroffenen verläuft die Erkrankung tödlich.



Ess-Brech-Sucht

Bulimia nervosa

Bei der Ess-Brech-Sucht sind die Betroffenen meist normalgewichtig, haben aber große Angst vor der Gewichtszunahme. Sie ergreifen deshalb ungesunde Gegenmaßnahmen wie Erbrechen, exzessiven Sport, Abführmittelmissbrauch, Fasten oder Einläufe. Dadurch kommt der Körper in einen Mangelzustand und es kommt zu sog. Ess-Attacken, wobei große Mengen Nahrung auf einmal verzehrt werden. Das Überessen und nachfolgende Erbrechen wird häufig als „entspannend“ erlebt.

Diese Form der Essstörung kann zu schweren Störungen des Elektrolyt-Stoffwechsels, zu Entzündungen der Speiseröhre, zu Zahnschäden und sonstigen Mangelerscheinungen führen. Von der Ess-Brechsucht sind in Deutschland etwa 600.000 Menschen betroffen. 10 - 15% davon sind männlich.

Esssucht

Esssüchtige Menschen denken dauernd an Essen und beschäftigen sich zwanghaft damit. Sie essen entweder zu viel oder sie kontrollieren ihr Gewicht mit einem komplizierten System von Essen, Diäten, Fasten und Bewegung.

Esssüchtige sind meist übergewichtig oder fettleibig (adipös), mit den zugehörigen gesundheitlichen und sozialen Problemen. Die Adipositas stellt in ihrer Gesamtzahl weltweit ein zunehmendes Problem dar. So spricht die Weltgesundheitsorganisation (WHO) inzwischen von einer globalen Epidemie. Weltweit leben rund eine Milliarde Menschen mit starkem Übergewicht (WHO). Sollte sich dieser Trend fortsetzen, wird die Zahl der übergewichtigen Menschen innerhalb der nächsten 10 Jahre auf 1,5 Milliarden ansteigen.

Die gesundheitlichen und sozialwirtschaftlichen Folgen von Übergewicht sind enorm. Etwa 50% der Esssüchtigen sind männlich.



Essanfälle

Binge Eating

Von Binge Eating wird gesprochen, wenn während mindestens sechs Monaten an zumindest zwei Tagen pro Woche ein Anfall von Heißhunger auftritt, bei dem in kürzester Zeit ungewöhnlich große Mengen an Nahrungsmitteln aufgenommen werden. Der/die Betroffene verliert dabei die Kontrolle über die Nahrungsaufnahme.

Obwohl die Essattacken nur kurz dauern, kann Binge Eating zu Adipositas (Fettleibigkeit) führen. Von der Bulimie unterscheidet sich das Binge Eating durch die ausbleibenden Maßnahmen, eine Gewichtszunahme durch Erbrechen, intensiven Sport oder Fasten zu verhindern.

Vom Binge Eating sind etwa 2% der Bevölkerung betroffen. Es stellt damit die häufigste Essstörung dar.

Stationäre Hilfen

Zieglersche Anstalten e.V. Fachkrankenhäuser Ringgenhof und Höchsten

Fachkrankenhaus Ringgenhof

Stationäre Behandlung von essgestörten Männern, die neben der Essstörung noch eine stoffgebundene Abhängigkeit haben.

Kontakt:

Thomas Greitzke
Riedhauser Str. 57 - 93
88271 Wilhelmsdorf
Tel.: 0 75 03 / 9 20 - 193
Fax: 0 75 03 / 9 20 - 161
E-Mail: greitzke.thomas@zieglersche.de
Internet: www.zieglersche.de

Fachkrankenhaus Höchsten

Stationäre Behandlung von essgestörten Frauen, die neben der Essstörung (Anorexie, Bulimie, Adipositas) noch eine stoffgebundene Abhängigkeit haben. Die Patientinnen erhalten ein spezielles therapeutisches Angebot, das beide Störungsbilder im Blick hat.

Kontakt:

Dietmar Hulan
Rubacker 4
88693 Deggenhausertal
Tel.: 0 75 55 / 8 09 - 136
Fax: 0 75 55 / 8 09 - 174
E-Mail: hulan.dietmar@zieglersche.de
Internet: www.zieglersche.de

Stationäre Hilfen

Klinik Alpenblick

Fachklinik für Psychotherapie und Psychosomatik

Therapeutische Hilfe im Rahmen einer Rehabilitation für Erwachsene mit Essstörungen von Übergewichtigen, die unter ihrem Übergewicht leiden, bis hin zur Adipositas pernagna Grad III. Das Behandlungsprogramm beruht auf einem Drei-Säulen-Programm, welches Ernährung, Bewegung und Psychotherapie beinhaltet. Einen notwendigen Rehabilitationsantrag stellen Sie über ihren Arzt bei den Rentenversicherungen bzw. den Krankenkassen.

Kontakt:

Kurweg 9

88316 Isny-Neutrauchburg

Tel.: 0 75 62 / 71 14 11

Fax: 0 75 62 / 71 14 95

Internet:

www.klinik-alpenblick.de

www.wz-kliniken.de

Stationäre Hilfen

für Kinder und Jugendliche

Klinik Wollmarshöhe

Privates Krankenhaus für Psychosomatische
Medizin, Innere Medizin, Neurologie und
Psychiatrie

Individualisiertes 7-Phasen-Programm, entwickelt
mit der Forschungsstelle für Psychotherapie in
Heidelberg

Kontakt:

G. Wetzel

Wollmarshofen 14

88285 Bodhegg

Tel.: 0 75 20 / 9 27 - 0

Fax: 0 75 20 / 28 75

E-Mail: info@wollmarshoehe.de

Internet: www.wollmarshoehe.de



Stationäre Hilfen

für Kinder und Jugendliche

Zentrum für Psychiatrie Südwestfalen

Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters

Die kinder- u. jugendpsychiatrische Abteilung des ZfP Weissenau bietet therapeutische Hilfe für Kinder und Jugendliche mit Essstörungen, bei denen eine stationäre oder krankenhaushnahe Behandlung erforderlich wird. In einem ambulanten Vorstellungstermin wird der Behandlungsbedarf geklärt. Das Behandlungskonzept umfasst psychiatrisch-psychotherapeutische, familientherapeutische, körper- und erlebnistherapeutische sowie medizinische Therapieangebote. Milieutherapeutische, altersgegliederte Stationsgruppen. Schule für Kranke.

Kontakt:

Prof. Dr. Renate Schepker

Dr. Isabel Böge, Ltd. Oberärztin

Weingartshofer Str. 2

88214 Ravensburg

Tel.: 07 51 / 76 01 - 23 04

Fax: 07 51 / 76 01 - 21 21

E-Mail: gudrun.dangel@zfp-weissenau.de

Sekretariat der Institutsambulanz:

Tel.: 07 51 / 76 01 - 23 04

Stationäre Hilfen

für Kinder und Jugendliche

Waldburg-Zeil Kliniken

Fachkliniken Wangen
Rehabilitationskinderklinik
Psychosomatik

Die psychosomatische Abteilung der Rehabilitationskinderklinik bietet therapeutische Hilfen für Kinder- und Jugendliche mit leichten oder mittelgradigen Essstörungen, wie auch bei Adipositas, wenn ambulante Maßnahmen keinen Erfolg brachten. Vorschulkinder können mit einem Elternteil aufgenommen werden; Schulkinder kommen in der Regel alleine. Ein notwendiger Rehabilitationsantrag liegt bei der Krankenkasse oder dem Rentenversicherungsträger vor. Die Antragstellung erfolgt über den Kinder-/Hausarzt. Die Kosten werden von der Krankenkasse oder der Deutschen Rentenversicherung übernommen.

Kontakt:

Dr. Dirk Dammann

Am Vogelherd 14

88239 Wangen

Tel.: 0 75 22 / 7 97 - 11 05

Fax: 0 75 22 / 7 97 - 11 17

E-Mail: dirk.dammann@wz-kliniken.de

Internet: www.fachkliniken-wangen.de

Stationäre Hilfen

für Kinder und Jugendliche

Oberschwabenklinik gGmbH

Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin

Diagnostik, Beratung, Intensivtherapie

Kontakt:

CA Dr. med. PhD Andreas Artlich

Elisabethenstr. 15

88212 Ravensburg

Tel. 0 75 1 / 87 - 32 74

Fax: 0 75 1 / 87 - 32 57

E-Mail: sekretariat.paed@oberschwabenklinik.de

Internet: www.oberschwabenklinik.de

Ambulante Hilfen

Psychologische Familien- und Lebensberatung der Caritas

Erziehungs- und Jugendberatung, Familienberatung

Beratung und Begleitung von betroffenen Jugendlichen und/oder deren Eltern.
Gruppenangebote für Jugendliche und Eltern.

Kontakt:

Ursula Kiedaisch-Müller
Kapuzinerstr. 12
88212 Ravensburg
Tel.: 07 51 / 30 23
Fax: 07 51 / 30 35
E-Mail: kiedaisch-mueller@caritas-bodensee-oberschwaben.de
Internet: www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Paar- und Lebensberatung, Familienberatung

Beratung von betroffenen Erwachsenen

Kontakt:

Monika Braun
Allmandstr. 10
88212 Ravensburg
Tel.: 07 51 / 3 24 79
Fax: 07 51 / 1 66 84
E-Mail: braun@caritas-bodensee-oberschwaben.de
Internet: www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Ambulante Hilfen

Psychologische Familien- und Lebensberatung der Caritas

Erziehungs- und Jugendberatung,
Familienberatung, Paar- und Lebensberatung
Beratung von betroffenen Jugendlichen und /
oder deren Eltern sowie Beratung von betroffenen
Erwachsenen.

Robert-Koch-Str. 52
88339 Bad Waldsee
Tel.: 0 75 24 / 40 11 68 0
Fax: 0 75 24 / 40 11 68 18

Haus "Regina Pacis"
Bischof-Sproll-Str. 9
88299 Leutkirch
Tel.: 0 75 61 / 80 66 0
Fax: 0 75 61 / 90 66 20

Psychologische Beratungsstelle im Diakonischen Werk Ravensburg (PB)

Erziehungs-, Familien-, Paar- und
Lebensberatung (EB/EFL)

Beratung und Begleitung von Eltern und
Jugendlichen bei Essstörungen.

Kontakt:

Christina Günther
Marktstr. 53
88212 Ravensburg
Tel.: 07 51 / 39 77
Fax: 07 51 / 39 75
E-Mail: Kontakt@psychberatung.dw-rv.de
Internet: www.psychberatung.dw-rv.de

Ambulante Hilfen

Zentrum für Psychiatrie Südwestfalen

Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des
Kindes- und Jugendalters
Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)

Die kinder- u. jugendpsychiatrische Institutsambulanz des ZfP Weissenau bietet therapeutische Hilfe für Kinder und Jugendliche mit Essstörungen sowie ihre Familien, bei denen eine krankenhausaufnahme Behandlung erforderlich wird. In einem ambulanten Vorstellungstermin wird der Behandlungsbedarf geklärt und ein Behandlungsplan entwickelt. Das Behandlungsangebot umfasst psychiatrisch-psychotherapeutische, familientherapeutische, körper- und gestaltungstherapeutische sowie medizinische Therapieangebote.

Kontakt:

Ltd. Psychologe Erik Nordmann
Weingartshofer Str. 2
88214 Ravensburg
Tel.: 07 51 / 76 01-23 04
Fax: 07 51 / 76 01-21 21
E-Mail: erik.nordmann@zfp-weissenau.de

Sekretariat der Institutsambulanz:
Tel. 07 51 / 76 01-23 04
Internet: www.zfp-zentrum.de

Selbsthilfegruppen

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke und -gefährdete der Caritas (PSB)

Selbsthilfegruppe für Frauen mit Essstörungen

Die Gruppe will Hilfe zur Selbsthilfe durch Austausch mit betroffenen Frauen geben, die Heimlichkeit und Isolation durchbrechen, Hintergründe erkennen, Verständnis füreinander finden und neue Verhaltensweisen ausprobieren, um symptomfrei zu werden.

Zudem findet die Auseinandersetzung mit der Thematik Essstörung statt.

Kontakt:

Ingeborg Jaoutzis

Seestraße 44

88214 Ravensburg

Tel.: 07 51 / 3 62 56 80

Fax: 07 51 / 3 62 56 60

E-Mail: psb-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de

Internet: www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Sonstige Hilfsangebote

AOK Allgäu-Oberschwaben

Beratung

Kontakt:

Alexandra Mück

Ernährungsberaterin

Welfenstr. 2

88212 Ravensburg

Tel.: 07 51 / 37 12 63

Fax: 07 51 / 37 12 69

E-Mail: alexandra.mueck@bw.aok.de

Internet: www.aok.de

Ernährung + Diät Therapie und Beratung

Kontakt:

Dipl. oec. troph. Alkistis Anastassiades

Oberamteigasse 3

88214 Ravensburg

Tel./Fax: 07 51 / 3 52 71 61

E-Mail: info@ernaehrung-diaet.de



Sonstige Hilfsangebote

Kinder im Gleichgewicht - Folgeprojekt (KIG 2) Euregio Bodensee

KIG 2 ist ein länderübergreifendes EU-Projekt zum Aufbau einer Gesundheitsförderung und Primärprävention mit dem Ziel, Übergewicht und Adipositas bei Kindern zu vermeiden - rund um den Bodensee und grenzübergreifend.

Kontakt:

Internationale Projektleitung

Petra Laux-Schumpp

Friedensstr. 6

88212 Ravensburg

Tel.: 07 51 / 85 - 92 70

Fax: 07 51 / 85 - 92 05

E-Mail: kig@landkreis-ravensburg.de

Internet: www.kig-adipositas.de

Landratsamt Ravensburg

Gesundheitsamt

Kontakt:

Franz-Stapf-Straße 8

88212 Ravensburg

Tel.: 07 51 / 85 - 5311

Fax: 07 51 / 85 - 5305

E-Mail: ges@landkreis-ravensburg.de

Internet: www.landkreis-ravensburg.de