

## Wege zur Aufnahme

Die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen ist ein Akutkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und führt stationäre Behandlungen für Erwachsene im gesamten Fachgebiet der Psychosomatik durch.

Wenn Sie als **Privat- oder Beihilfeversicherter** an einer Aufnahme in unsere Klinik interessiert sind, vereinbaren Sie bitte zunächst einen Gesprächstermin zur Klärung der Kostenübernahme mit unserem Patientenmanagement. Wenn die Indikation dahingehend geklärt ist, senden Sie uns bitte gesammelt folgende Unterlagen zu:

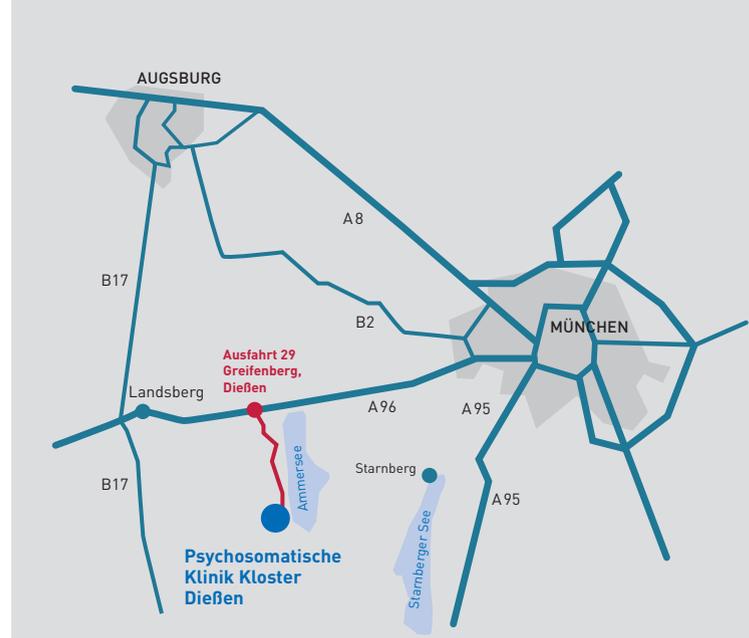
- Anmelde- und Patientenfragebogen (zum Download auf unserer Webseite)
- Vorbefunde relevanter ambulanter und stationärer Vorbehandlungen
- Ggf. Kostenzusage des Kostenträgers

Wenn Sie als **gesetzlich Versicherter** an einer Aufnahme in unserer Klinik interessiert sind, senden Sie uns bitte gesammelt folgende Unterlagen zu:

- Anmelde- und Patientenfragebogen (zum Download auf unserer Webseite)
- Vorbefunde relevanter ambulanter und stationärer Vorbehandlungen
- Aktueller Bericht Ihres einweisenden Arztes/Psychotherapeuten
- Einweisungsschein

Eine Entscheidung über Ihre Aufnahme kann erst anhand der vollständig eingereichten Unterlagen erfolgen.

Bitte beachten Sie, dass wir mit Aufnahme in den Bayerischen Landeskrankenhausplan dazu angehalten sind, vorwiegend Patienten aus Bayern aufzunehmen. Wir bitten um Ihr Verständnis.



## So finden Sie zu uns

### Mit der Bahn

Der Dießener Bahnhof wird regelmäßig von einer Regionalbahn angefahren. Die Buslinie 93 Richtung Obermühlhausen bringt Sie innerhalb von fünf Minuten zur Psychosomatischen Klinik, Haltestelle Klosterhof.

### Mit dem Auto

Nehmen Sie auf der A96 die Ausfahrt 29-Greifenberg und folgen Sie der Beschilderung in Richtung Dießen am Ammersee. An der Klinik stehen Ihnen Parkplätze zur Verfügung.

## Kontakt

Weitere Informationen zu Aufnahme, Wahlleistungen und dem Behandlungsangebot unserer Klinik erhalten Sie von unserem Patientenmanagement oder auf unserer Internetseite.

### Psychosomatische Klinik Kloster Dießen GmbH & Co. KG

Klosterhof 20 · 86911 Dießen  
T 08807 2251-411 · F 0821 78980-1016  
info-diessen@artemed.de

[www.psychosomatik-diessen.de](http://www.psychosomatik-diessen.de)

## BINGE-EATING-STÖRUNG

### Night-Eating-Störung und Grazing



PSYCHOSOMATISCHE KLINIK  
Kloster Dießen

# Sehr geehrte Patientinnen, sehr geehrte Patienten,

für Essstörungen insbesondere die Binge-Eating-Störung und die häufig gemeinsam auftretenden Begleiterkrankungen wie beispielsweise depressive Störungen bietet die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen ein spezifisches Therapiekonzept an.

## Symptome einer Binge-Eating-Störung

- Anfallsartig auftretende Essanfälle
- Durchschnittlich mindestens zwei Tage pro Woche über einen Zeitraum von 6 Monaten
- Schnelle Nahrungsaufnahme und größere Nahrungsmengen als die meisten Menschen zu sich nehmen würden
- Kontrollverlust
- Nach einem Essanfall werden nicht regelmäßig gegenregulatorische Maßnahmen ergriffen
- Mangelnde Essstruktur und Tendenz zum Überessen
- Essanfälle dienen der Emotionsregulation

## Symptome eines Grazing

- kontinuierliche Nahrungsaufnahme über den ganzen Tag
- Mahlzeitenstruktur ist annähernd aufgehoben

## Symptome einer Night-Eating-Störung

- 25% der täglichen Kalorienaufnahme nach dem Abendessen
- und/oder im Rahmen von Essanfällen mit nächtlichem Aufwachen an mindestens 3 Nächten pro Woche

## Unser Therapieansatz

Wir zeigen unseren Patienten mit Hilfe eines integrativen Behandlungskonzeptes einen Weg aus der Essstörung auf. Die verschiedenen eingesetzten Psychotherapieverfahren und die Ernährungstherapie unterstützen die Patienten dabei, sich auf eine veränderte Art und Weise zu erfahren und wieder an Selbstwirksamkeit und Selbstbewusstsein zu gewinnen. Wir möchten die Patienten beispielsweise dabei motivieren, mit Hilfe von achtsamkeitsbasierter Therapie typische Auslöser von Essanfällen kennenzulernen und alternative Reaktionsmöglichkeiten zu erarbeiten. Die Bewegungsangebote helfen den Patienten wieder beweglicher und aktiver zu sein und ihren Körper psychophysisch neu zu erfahren.

## Behandlungsziele

- Normalisierung und Strukturierung des Essverhaltens und damit Reduktion der Essanfälle
- Erkennen der Funktion der Essstörung und essstörungsspezifischen Psychopathologie
- Reduktion der psychischen Beeinträchtigung und damit Verbesserung des Lebensgefühls
- Behandlung der psychischen Begleiterkrankungen
- Verbesserung der komorbiden somatischen Begleiterkrankungen (bsp. hoher Blutdruck, diabetogene Stoffwechsellage)
- Ggf. erfolgt eine langsame schrittweise Reduktion des Körpergewichts (max. 500 g/Woche), wobei das Kernziel im zeitlich begrenzten Rahmen des stationären Aufenthaltes nicht die Gewichtsabnahme sondern die Normalisierung des Essverhaltens ist



LEITENDE OBERÄRZTIN  
DR. SABINE DORNHOFER

## Bausteine der Therapie

Die hohe klinische Kompetenz unserer Mitarbeiter gepaart mit der Einzigartigkeit des von schöner Natur und lebendiger Kultur umgebenen Klosters ergibt einen hilfreichen Raum für die Therapie unserer Patienten. Die Unterbringung unserer Patienten erfolgt vorwiegend in Einbettzimmern. Die hervorragende Versorgung und die Ruhe des ehemaligen Klosters tragen einen wichtigen Teil zur seelischen Gesundheit unserer Patienten bei.

## Im Rahmen eines speziellen Therapieplans für Patienten mit Essstörungen kommen folgende Therapiebausteine zum Einsatz:

- Verhaltenstherapeutische Gruppenpsychotherapie
- Individualisierte Psychotherapie im Einzelgespräch
- Normalisierung des Stoffwechsels und des Essverhaltens
- Begleitung und Strukturierung der Mahlzeiten durch Fachpersonal
- Erstellung von Essprotokollen
- Konfrontation mit angst- und heißhungerauslösenden Lebensmitteln
- Kunsttherapie & Musiktherapie
- Bewegungstherapie & Sport, ggf. Physiotherapie
- Co-therapeutische Bezugspflege
- Psychoedukation
- Achtsamkeitstherapie
- Natur- und tiergestützte Therapie
- Genusstraining