

## 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 beihilfeversicherte Person** 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 versicherte Person** 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

Wir prüfen jede Anmeldung individuell und melden Ihnen zurück, ob wir Ihnen einen Behandlungsplatz anbieten können. Eine Entscheidung über Ihre Aufnahme kann erst anhand der vollständig eingereichten Unterlagen erfolgen.

## 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.

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

## Kontakt

Weitere Informationen zu Aufnahme, Warteleistungen 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 2251-0  
F 0821 78980-1016  
info-diessen@artemed.de

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



## Stationäre Behandlung von Essstörungen



PSYCHOSOMATISCHE KLINIK  
Kloster Dießen

## Unser Therapieansatz

Patient\*innen mit Essstörungen wie Anorexie, Bulimie und Binge-Eating-Disorder werden während ihres Aufenthalts in unserer Psychosomatischen Klinik im Rahmen eines integrativen, essstörungsspezifischen Therapiekonzepts behandelt. Im Mittelpunkt der Behandlung steht dabei die Verhaltenstherapie, welche dort, wo es therapeutisch sinnvoll scheint, durch tiefenpsychologische Elemente ergänzt und angereichert wird.

Die Therapie basiert auf gruppen- und einzeltherapeutischen Angeboten. Wesentliche Therapiemaßnahmen stellen die regelmäßige Einnahme therapeutisch vorgegebener Mahlzeiten mit dem Ziel einer Normalisierung des Essverhaltens, Maßnahmen zur Psychoedukation, zur Emotionsregulation, zum Beziehungsverhalten bzw. zur Verbesserung der sozialen Kompetenz sowie kunsttherapeutische und körpertherapeutische Behandlungen im jeweiligen Gruppensetting dar. Zur Verbesserung der Körperwahrnehmung stehen entsprechende Interventionen im Einzel- und Gruppensetting zur Verfügung. Unsere Diplom-Oecotrophologin leitet die Patient\*innen u.a. in einer speziellen Kochgruppe in unserer Therapeküche regelmäßig bei der Nahrungszubereitung an. Gruppenübergreifend werden die Empfehlungen der Leitlinien zur Behandlung von Essstörungen in den Gesamtbehandlungsplan eingebunden.

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 Patient\*innen. Die Unterbringung erfolgt vorwiegend in Einbettzimmern. Die hervorragende Versorgung und die Ruhe des ehemaligen Klosters tragen einen wichtigen Teil zur seelischen Gesundheit unserer Patient\*innen bei.

### Unsere Rahmenbedingungen für eine Behandlung

- + Vorliegen einer Essstörung nach ICD-10
- + BMI > 16 kg/m<sup>2</sup>
- + Fähigkeit, die Mahlzeitenstruktur eigenverantwortlich ohne Essbegleitung einhalten zu können

### Symptome bei Anorexie und Bulimie

- + streng kontrollierte bzw. eingeschränkte Nahrungsaufnahme
- + exzessiver Sport und Fitnesstraining
- + herbeigeführtes Erbrechen nach den Mahlzeiten
- + Gedanken kreisen ständig um Essen, Gewicht und Kalorien

### Symptome bei Binge-Eating-Disorder

- + Anfallsartig auftretende Essanfälle mit erlebtem Kontrollverlust
- + Keine gegenregulatorischen Maßnahmen nach einem Essanfall
- + Kontinuierliche Nahrungsaufnahme über den ganzen Tag (Grazing)
- + 25 % der täglichen Nahrungsaufnahme erfolgt nach dem Abendessen (Night-Eating-Disorder)

### Behandlungsziele

- + Normalisierung und Strukturierung des Essverhaltens und damit Reduktion der essstörungsspezifischen Symptomatik
- + Erkennen der Funktion der Essstörung und essstörungsspezifischen Psychopathologie
- + Positive Gewichtsentwicklung bzw. Gewichtsstabilisierung
- + Reduktion der psychischen Beeinträchtigung und damit Verbesserung des Lebensgefühls

### Ernährungsmanagement

Die Mahlzeitenstruktur setzt sich aus drei Hauptmahlzeiten (Frühstück, Mittagessen, Abendessen), zwei Zwischenmahlzeiten und einer Kuchenmahlzeit zusammen. Je nach Störungsbild erfolgt eine individuelle Anpassung dieser Struktur. Die Zusammensetzung der Mahlzeiten erfolgt nach so genannten Richtmengen. Die Umsetzung der Mahlzeitenstruktur wird anhand von Ernährungsprotokollen erfasst. Das gemeinsame Kochen in unserer Therapeküche ermöglicht ein positives Erleben des eigenen Essverhaltens.



**Dr. med. Sabine Dornhofer**  
Leitende Oberärztin



Frau Dr. med. Dornhofer wird seit 2012 durchgehend von der FOCUS-Liste als Expertin der Psychosomatischen Medizin im Bereich Essstörungen ausgewiesen.

### Gewichts- und Bewegungsmanagement

Mit untergewichtigen Patient\*innen wird zu Beginn der Behandlung die Notwendigkeit einer gestaffelten Gewichtszunahme besprochen. Für das individuelle Bewegungsverhalten sprechen wir Richtlinien und Empfehlungen aus, die eigenverantwortlich umgesetzt werden. Patient\*innen mit Binge-Eating-Störungen nehmen verbindlich 1x/ Woche an einem aktivierenden (z. B. Nordic Walking) und einem entspannenden (z. B. Yoga) Bewegungsangebot teil. Die Gewichtsentwicklung wird durch regelmäßiges Wiegen erfasst. Störungsübergreifend erfolgt bei ausbleibender Gewichtsentwicklung bzw. -stabilisierung eine Modifikation des Essplanes.

### Bausteine der Therapie

- + Störungsspezifische Gruppenpsychotherapie
- + Individualisierte Psychotherapie im Einzelgespräch
- + Soziales Kompetenz- und Selbstsicherheitstraining
- + Körpertherapie & Sport
- + Kunsttherapie & Musiktherapie
- + Co-Therapeutische Bezugspflege
- + Angeleitete Kochgruppe und Ernährungstherapie