



Liebe Patientin, lieber Patient,  
nachfolgend möchten wir Sie über verschiedene Grundsätze unseres  
Behandlungsprogramms für Anorexie und Bulimie informieren.

Eine grundlegende Zielsetzung der Behandlung von Anorexie und Bulimie ist die  
Normalisierung Ihres Essverhaltens.

Damit verbunden können Sie die Erfahrung machen, belastende Symptome, wie z. B.  
Essattacken, Erbrechen oder eine ständige Nahrungseinschränkung zu bewältigen und  
sich schrittweise von einer gedanklichen Einengung auf Essen, Figur und Gewicht zu  
lösen.

Eine auch physiologisch wichtige Voraussetzung all dieser Zielsetzungen ist allerdings die  
Erarbeitung eines **regelmäßigen und ausreichenden Basisessverhaltens**.

Dieses **erste Behandlungsziel** ist oftmals die schwierigste Herausforderung und nicht  
selten mit Ängsten und Unsicherheiten verbunden.

Erfahrungen zeigen, dass die Umsetzung eines „normalen“ Essverhaltens häufig nicht  
einfach per Vorsatz und ohne weiteres gelingt, zu stark sind oftmals die  
Vermeidungsgewohnheiten.

Wenn Sie sich für einen *neuen Weg* „ohne Essstörung“ entschieden haben, sollen Ihnen  
die verschiedenen Angebote unseres Anorexie-/Bulimieprogramms eine Anleitung geben,  
das Essen gewissermaßen (wieder) „neu erlernen“ und neue Erfahrungen mit sich  
machen zu können.

Vor diesem Hintergrund haben sich verschiedene Rahmenbedingungen bewährt, die  
Unterstützung und Struktur gewährleisten und die wir verbindlich mit Ihnen vereinbaren  
möchten.

Bitte lesen Sie sich die aufgeführten Punkte aufmerksam durch und bringen das  
Informationspapier unterschrieben zum nächsten Gespräch mit Ihrem Bezugstherapeuten  
bzw. zur Aufnahme mit .

## Allgemeine Therapievereinbarung

Grundsätzlich werden Sie von Ihrem Bezugs-, Co- und Ernährungstherapeuten angeleitet  
Ihr Essverhalten und Ihren individuellen Umgang damit bereits von Beginn an aktiv zu  
verändern.

Die Erarbeitung eines geregelten Essverhaltens erfolgt auf der Basis strukturierter genau  
ausdifferenzierter Esspläne.

**Diese sog. Richtmengen (S. 5) sind die Grundlage Ihrer Therapie.**

Wir erwarten selbstverständlich nicht eine unmittelbare Verbesserung Ihrer gesamten  
Esssymptomatik, setzen aber die Bereitschaft voraus, dass Sie aktiv an einer  
Veränderung Ihres Essverhaltens mitarbeiten.

Entsprechend sind folgende Vereinbarungen für alle Patienten/innen mit Anorexia und  
Bulimia nervosa verpflichtend:

### **Die Teilnahme an dem Anorexie-, Bulimieprogramm:**

2mal wöchentlich eine themenzentrierte Gruppentherapie

1mal wöchentlich eine Körpererfahrungsgruppe

1mal wöchentlich eine Gruppe „Essprotokollbesprechung“

4mal wöchentlich therapeutisch angeleitete Mittagsmahlzeiten mit  
anschließender Strukturphase

Alle 2 Wochen therapeutisch begleitetes Kochen



**Die Teilnahme an allen Mahlzeiten im Speisesaal ist verbindlich.**

Freistellungen können nur durch den Bezugstherapeuten genehmigt werden.  
Zusätzlich melden Sie sich bitte noch persönlich an der Essensausgabe ab.

**Verbindlich ist die Veränderung des Essverhaltens auf Grundlage der Richtmengenpläne.**

Verbindlich ist ebenfalls das **regelmäßige Führen von Essprotokollen.**

**Die Mittagsmahlzeiten werden wochentags therapeutisch durch eine Ernährungsberaterin angeleitet und gemeinsam in einem dafür vorgesehenen Bereich des Speisesaals eingenommen.**

Eine anschließende **Strukturphase** dient der Überbrückung und aktiven Bewältigung der häufig belastenden Phase nach der Mittagsmahlzeit.

Am Wochenende sowie zu den Frühstücks- und Abendmahlzeiten können Sie Ihre Plätze frei im Speisesaal wählen.

**Zu diesen Mahlzeiten erfolgt die Essensausgabe ausschließlich bei einer Ernährungsberaterin am 3. Schalter**, wo Sie sich bitte auch zu allen Mahlzeiten in einer **Anwesenheitsliste** eintragen.

**2 mal wöchentliches Wiegen** ist für alle Patienten verbindlich (in Unterwäsche vor dem Frühstück).

**Tägliches Wiegen** und das Führen einer Gewichtskurve gilt ab einem BMI  $\leq 17$  (s.u.).

Es werden gelegentlich unangekündigt Gewichts- und Zimmerkontrollen durchgeführt.

---

Bei Nichteinhaltung der allgemeinen Therapievereinbarungen erfolgen nach Absprache mit dem/der Bezugstherapeuten/in entsprechende Konsequenzen.

**Bitte bestätigen Sie durch Ihre Unterschrift, dass Sie diese allgemeinen Therapievereinbarung akzeptieren.**

Bad Dürkheim, ..... Unterschrift .....



## Zusätzliche Therapievereinbarungen bei einem BMI $\leq$ 17

Eine stationäre Aufnahme in unsere Klinik erfolgt nur mit einem Körpergewicht ab einem BMI (Gewicht in kg/Körpergröße in m<sup>2</sup>) von mindestens 15.

Bitte senden Sie zur Bestätigung dieser Aufnahmevoraussetzung eine Woche vor dem geplanten Aufnahmetermin eine ärztliche Bescheinigung über Ihren Gewichtsstatus an die Aufnahmeplanung unserer Klinik. Haben Sie bis eine Woche vor Aufnahme das Mindestgewicht nicht erreicht, erfolgt zunächst keine Aufnahme. Ebenso erfolgt keine Aufnahme bei einem Gewicht unter einem BMI von 15 am Tag der Aufnahme.

### Informationen zum Gewichtszunahmeprogramm

Bei einem BMI von  $\leq$  17 kommt in Ihrer Behandlung ein sog. Gewichtszunahmeprogramm zum Tragen. Je nach Ihrem aktuellen BMI befinden Sie sich in Phase 1-2 (s.u.).

Das Prinzip der einzelnen Phasen basiert darauf, dass sich bei einem unter Umständen sehr niedrigen Gewichtsbereich vorübergehende Ausgangsbeschränkungen als notwendig und erfahrungsgemäß wirksam erweisen. Diese Einschränkungen werden dann im Zuge Ihrer Gewichtszunahme gelockert bzw. aufgehoben.

In allen Phasen wird eine tägliche Gewichtszunahme von mindesten 100 g angestrebt.

Das jeweilige Gewichtszunahmeprogramm tritt ab dem Montag nach der Aufnahmewoche in Kraft. Bis dahin gelten für Sie die Bedingungen der Eingewöhnungsphase.

### Eingewöhnungsphase

(Aufnahmetag bis Sonntag der Aufnahmewoche)

- Kein Gewichtszunahmeprogramm  
*Ausnahme:* bei einer Gewichtsabnahme von  $\geq$  300g tritt *sofort* das Gewichtszunahmeprogramm in Kraft.
- Tägliches Wiegen vor dem Frühstück (in Unterwäsche) und Eintragen des Gewicht in eine Gewichtskurve im Teamzimmer (bis 9.15 Uhr) und auf dem eigenen Zimmer.
- Wenn das Körpergewicht unter einen BMI von 15 fällt, tritt das Gewichtszunahmeprogramm I sofort in Kraft.
- Am 3. Tag mit einem BMI kleiner als 15 erfolgt die Entlassung oder gegebenenfalls die Verlegung auf eine internistische Station.

### Gewichtszunahmeprogramm I

BMI 15 bis  $\leq$  16

Ggf. Anwesenheitsverpflichtung Klinikgebäude

- Ziel ist eine tägliche Gewichtszunahme von mindestens 100 g.
- Wenn die vereinbarte Gewichtszunahme nicht gelingt, besteht eine **Anwesenheitsverpflichtung für das Klinikgebäude**, bis das Gewicht auf bzw. über der Kurve liegt.

Dieses darf nur für täglich 3 Frischluftpausen (jeweils 15 Min.) verlassen werden.

Die Patienten/innen tragen sich jeweils mit Beginn und Ende der Pausen in das an der Rezeption bereits für die Ausgangszeiten der jugendlichen Patienten vorliegende Buch ein.

► Im Rahmen therapeutischer Veranstaltungen darf die Klinik verlassen werden.



**Gewichtszunahmeprogramm II**  
**Keine Ausgangsbeschränkungen**

**BMI > 16 bis ≤ 17**

- Ziel ist eine tägliche Gewichtszunahme von mindestens 100 g.
- Ein Unterschreiten des Gewichtes hat jedoch keine Ausgangsbeschränkungen mehr zur Folge.

**Selbstkontrolle**

**BMI > 17**

Die Gewichtszunahme erfolgt gemäß den individuellen Vereinbarungen mit dem/der Bezugstherapeuten/in in Selbstkontrolle.

---

Bei Nichteinhaltung der allgemeinen Therapievereinbarungen und speziellen Regelungen im Falle eines BMI ≤ 17 erfolgen nach Absprache mit dem/der Bezugstherapeuten/in entsprechende Konsequenzen.

**Bitte bestätigen Sie durch Ihre Unterschrift, dass Sie die Allgemeine Therapievereinbarung und im Falle eines BMI ≤ 17 die zusätzlichen Bedingungen des Gewichtszunahmeprogramms akzeptieren.**

Bad Dürkheim, ..... Unterschrift .....



## Richtmengen

### Frühstück

2 Brötchen

2 Päckchen Butter (a 10 g)

1 Scheibe flächendeckender Belag pro Brötchenhälfte/ 2 Scheiben pro Brotscheibe  
oder mind. 1 TL Marmelade pro Brötchenhälfte / mind. 2 TL pro Brotscheibe

### Wahlmöglichkeiten

1 Brötchen = 1 Scheibe Brot

1 Brötchen = 5 EL Müsli + 1 volles Glas Milch

2 Päckchen Butter = 3 Päckchen Margarine

- Brot oder Brötchen müssen mit Butter und einem Brotbelag Ihrer Wahl flächendeckend belegt sein.
- Bitte verwenden Sie Quark, Joghurt oder Müsli nicht als Belag.

### Mittagessen

Wahlweise Suppe

Hauptmahlzeit mit Salat und Dressing

Dessert

Eintopf: 2 Teller Eintopf + 2 Scheiben Brot + 1 Päckchen Butter

- Bitte nehmen Sie nicht mehr als 1 Schälchen Salat.
- Bitte Schälchen nur bis zum Rand füllen.

### Abendessen

3 Scheiben Brot

2 Päckchen Butter

2 Scheiben flächendeckender Belag pro Brotscheibe

### Wahlmöglichkeiten

1 Brötchen = 1 Scheibe Brot

2 Päckchen Butter = 3 Päckchen Margarine

- Beilagen gelten als Zusatz:  
Bitte nehmen Sie nicht mehr als 2 Schälchen Beilagen (Rohkost/ Obst).
- Bitte Schälchen nur bis zum Rand füllen.