

## Die AHG Klinik Berus

In der AHG Klinik Berus werden seit 1986 psychosomatische Erkrankungen behandelt, unter anderem auch „Adipositas“.



Die AHG Klinik Berus arbeitet nach einem **verhaltensmedizinischen Konzept**. Vor dem Hintergrund dieses ganzheitlichen psychosomatischen Ansatzes bemühen sich **Fachleute unterschiedlicher Berufsgruppen** (qualifizierte Ärzte und Pflegekräfte, Diplom-Psychologen, Sport-, Ergo-, Sozio- und Physiotherapeuten) darum, mit den Patienten und Patientinnen gemeinsam **individuelle Lösungsansätze** zu entwickeln und sie bei der Umsetzung zu unterstützen. Unsere Behandlungskonzepte unterliegen einer ständigen Qualitätssicherung und einer wissenschaftlichen Begleitung.

Als Besonderheit besitzt die AHG Klinik Berus einen **hauseigenen Kindergarten** zur Betreuung von Patientenkindern. Darüberhinaus verfügt die Klinik über ein **zweisprachiges Behandlungsteam**, so dass alle Therapien auch in französischer Sprache angeboten werden.

### Komfort der AHG Klinik Berus:

- Einzel- und Doppelzimmer, überwiegend mit Balkon
- behindertengerechte Zimmer
- abwechslungsreiche Küche nach ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten
- Sauna, Hallenbad, Fitnessraum usw.



## Ihre Ansprechpartner

Für das Behandlungsangebot „Adipositas“ der AHG Klinik Berus kontaktieren Sie bitte folgende Ansprechpartner:

- **Dr. med. Thomas Stau**  
Arzt für Innere Medizin, Facharzt für Psychosomatische Medizin, Tel.: +49 (0)6836 - 39-186, E-Mail: [tstau@ahg.de](mailto:tstau@ahg.de)
- **Aufnahmesekretariat/Anschrift**  
AHG Klinik Berus - Europäisches Zentrum für Psychosomatik und Verhaltensmedizin, Orannastraße 55, D-66802 Überherrn-Berus, Tel.: +49 (0)6836 - 39-161, Fax: +49 (0)6836 - 39-178, E-Mail: [klinikberus@ahg.de](mailto:klinikberus@ahg.de), Internet: [www.ahg.de/berus](http://www.ahg.de/berus)
- **Chefarzt**  
Dr. med. Dipl.-Psych. Winfried Carls, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Sozialmedizin

## Lage der AHG Klinik Berus

Die AHG Klinik Berus befindet sich in der Gemeinde Berus im Bundesland Saarland - idyllisch gelegen auf einem grünen Höhenrücken inmitten des reizvollen Dreiländerecks „Saar-Lor-Lux“. Sie bietet ein breites und attraktives Angebot an Sport-, Freizeit- und Ausflugsmöglichkeiten.



Adipositas

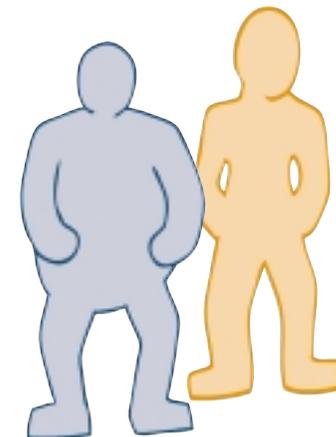
## AHG Klinik Berus

Europäisches Zentrum für Psychosomatik und Verhaltensmedizin



## Adipositas

### Das Behandlungsangebot



## Erscheinungsbild

Übergewichtig zu sein, bedeutet für viele Betroffene nicht nur, unter quälenden Figur- und Selbstwertproblemen zu leiden, sondern oft bekommen Übergewichtige zusätzlich schwerwiegende körperliche, seelische und soziale Folgen zu spüren. Im Zusammenhang mit diesen Belastungen und meist zahlreichen vergeblichen Bemühungen zur Gewichtsreduktion kommt es häufig zu einer zermürbenden Entwicklung, die hilflos und behandlungsbedürftig macht.

Therapeutische Hilfe ist notwendig:

- Wenn das Gewicht so hoch ist, dass es als Risikofaktor für die Entstehung von Herz-Kreislauferkrankungen, Stoffwechselstörungen oder Erkrankungen des Bewegungsapparates zu bewerten ist.
- Wenn andere Risikofaktoren zusätzlich vorhanden sind oder diese Erkrankungen schon bestehen.
- Wenn psychische Folgen vorhanden sind: Dicke sind häufig Zielscheiben von Spott und abwertenden Bemerkungen. Auch infolge der gesellschaftlichen Stigmatisierungen als willensschwach oder faul entwickeln Übergewichtige ein negatives Selbstbild, verlieren Selbstvertrauen und Selbstsicherheit, was zu einer depressiven Entwicklung führen kann.
- Wenn soziale Folgen entstehen wie z.B.: berufliche Benachteiligung, Vermeiden von Kontakten und gesellschaftlichen Aktivitäten, Probleme in der Partnerschaft sowie zunehmende Isolierung und Vereinsamung.

## Therapieziele

- Förderung kontrollierter Gewichtsreduktion und Erlernen von Strategien, um das Essverhalten zu normalisieren
- Abbau innerer Anspannungszustände mit Strategien, die unkontrolliertes Essen und Trinken ersetzen
- Wiederaufbau eines gesunden Bewegungsverhaltens zur Steigerung des Wohlbefindens
- Bearbeitung von ursächlichen Hintergrundproblemen in Privatleben und Beruf mit Erlernen entsprechender Problemlösestrategien
- Förderung der Selbstsicherheit und Abgrenzungsfähigkeit
- Klärung beruflicher und privater Perspektiven
- Rückfallprophylaxe



## Behandlung

- Verhaltenstherapeutische Einzeltherapie mit individueller Verhaltensanalyse und Anleitung zur Selbsthilfe für eine langfristig erfolgreiche Umstellung der Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten
- Adipositasgruppe mit Vermittlung theoretischer Kenntnisse zu Ernährung, Bewegung, Übergewicht und Folgen, Aufbau sinnvoller alternativer Verhaltensweisen sowie Bearbeitung spezieller Probleme bei Übergewicht
- Definierte Reduktionskost
- Ernährungsberatung und Lernen in der Lehrküche
- Sport und Bewegungstherapie mit Anleitung zu einer im Alltag praktikablen Form der Bewegung zur Steigerung des Wohlbefindens
- Entspannungsmethoden, z.B. Progressive Muskelentspannung und Tiefenentspannung
- Euthyme Angebote, z.B. Genussgruppe, Meditatives Gestalten, Yoga oder Tai Chi
- Selbstsicherheitsgruppe oder Problemlösegruppe
- Ggf. Physio-, Soziotherapie, weitere themenzentrierte Gruppen, z.B. Depressionsgruppe, Gesundheitsgruppe

## Kostenträger

Die AHG Klinik Berus wird von folgenden Kosten- und Leistungsträgern belegt:

- Deutsche Rentenversicherung
- Gesetzliche und private Krankenkassen
- Unfallversicherungen
- Beihilfe