



# WOHIN BEI ESSSTÖRUNG?

Hilfsangebote im Landkreis Ravensburg

[www.rv.de](http://www.rv.de)





## **INHALT**

- 4**      Vorwort
- 5**      Begriffsbestimmungen
- 8**      Stationäre Hilfen für Erwachsene
- 11**     Stationäre Hilfen für Kinder/Jugendliche
- 14**     Ambulante Hilfen
- 17**     Selbsthilfegruppen
- 18**     Sonstige Hilfsangebote

## VORWORT

Als Essstörungen bezeichnet man Verhaltensstörungen, die zu massiven Gesundheitsschäden führen können. Sie äußern sich durch ein gestörtes Verhältnis zum Essen und zum eigenen Körper. Durch Essen oder Nicht-Essen wird versucht, Probleme zu bewältigen, die scheinbar nicht anders zu lösen sind. Sie haben also psychische Hintergründe und sind in vielen Bereichen einer Sucht sehr ähnlich. Deshalb bezeichnet man sie als psychosomatische Erkrankung mit Suchtcharakter. Bei Essstörungen ist das Suchtmittel weniger die Nahrung, sondern die Beschäftigung mit dem Essen und dem eigenen Körperbild. Wie bei allen Süchten sind die Suchtmittel veränderlich und die vielfältigen Formen der Essstörungen können ineinander übergehen oder sich vermischen.

Folgende Arten von Essstörungen lassen sich unterscheiden:

- Magersucht (Anorexia nervosa),
- Ess-Brech-Sucht (Bulimia nervosa)
- Binge-Eating-Störung
- Sonstige Essstörungen

Galten Essstörungen früher als Krankheiten, von denen hauptsächlich Mädchen und Frauen betroffen waren, so erkranken zunehmend auch Jungen und Männer. Mittlerweile ist jeder zehnte Magersüchtige und jeder vierte Bulimiker männlich.

Diese Broschüre soll Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften einen Überblick über die Hilfsangebote im Landkreis Ravensburg geben.



Reinhard Friedel

Dezernat für Arbeit und Soziales

# BEGRIFFS- BESTIMMUNG

## MAGERSUCHT (ANOREXIA NERVOSA)

Die Magersucht ist durch einen **absichtlich und selbst herbeigeführten Gewichtsverlust gekennzeichnet**. Der Körper wird als Feind erlebt und bekämpft. Durch Hungern und Kalorienzählen wird versucht, dem Körper möglichst wenig Nahrung zuzuführen.

Zudem soll häufig durch übertriebene körperliche Aktivitäten der Energieverbrauch gesteigert werden. Die betroffene Person sieht dabei den eigenen körperlichen Zustand häufig nicht: sie empfindet sich, selbst im Falle eines extremen Untergewichts, als zu dick. Entsprechend versuchen magersüchtige Menschen immer weiter Gewicht zu verlieren.

Etwa **95 % aller von Magersucht Betroffenen sind Frauen**, wobei die meisten im Alter von **12 bis 20 Jahren** erkranken. Bei **5 - 6% der Betroffenen verläuft die Erkrankung tödlich**.



**95 % aller Mager-  
sucht Betroffenen  
sind Frauen im Alter  
von 12 bis 20 Jahren.**

## ESS-BRECH-SUCHT (BULIMIA NERVOSA)

Bei der Ess-Brech-Sucht sind die Betroffenen meist normalgewichtig, haben aber **große Angst vor der Gewichtszunahme**. Gewicht und **körperliches Aussehen haben bei dieser Erkrankung eine zentrale Bedeutung** für das Selbstwertgefühl und die Selbstsicherheit der Betroffenen.

Sie ergreifen deshalb ungesunde Gegenmaßnahmen wie **Erbrechen, Medikamentenmissbrauch** (Abführmittel, Entwässerungstabletten etc.), **strenge Diäten, Fastenphasen oder exzessiven Sport**. Dadurch gerät 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 körperlichen Folgeschäden** führen (Herzrhythmusstörungen, Kreislaufprobleme, Nierenschäden, Störung des Elektrolyt-Stoffwechsels, Entzündungen der Speiseröhre, Zahnschäden).

Bulimie tritt häufig erst gegen **Ende des Jugendalters** und vor allem bei **Mädchen** auf. Man geht heute davon aus, dass **ca. 1 - 3% der 18 Jährigen bis Frauen** an Bulimie leiden.



Tritt häufig bei Mädchen gegen Ende des Jugendalters auf. Ca. 1 – 3% der Frauen sind betroffen.



# BINGE-EATING-STÖRUNG

Von Binge-Eating wird gesprochen, wenn während mindestens **sechs Monaten** an zumindest **zwei Tagen pro Woche Essattacken** auftreten, bei denen in kürzester Zeit **ungewöhnlich große Mengen an Nahrungsmitteln aufgenommen werden**. Diese Anfälle werden als zwanghaft und hemmungslos erlebt. Die **Betroffenen verlieren dabei die Kontrolle über die Nahrungsaufnahme**. Zusätzlich treten Symptome, wie hastiges „Schlingen“, Essen bis zu starkem Völlegefühl ohne körperlichen Hunger, Alleinessen aus Scham sowie Schuldgefühle, Depressionen und Selbstvorwürfe nach einem Essanfall auf.

Im Gegensatz zur Bulimie werden nach einer Essattacke keine Gegenmaßnahmen, wie Erbrechen, intensiver Sport oder Fasten unternommen, sodass **langfristig gesehen Übergewicht** oder Adipositas Folge der Erkrankung sind.

# SONSTIGE ESSSTÖRUNGEN

Hierunter fallen alle Essstörungen, die nicht eindeutig den vorgenannten Essstörungen zuzuordnen sind. Insbesondere **Mischformen der Haupterkrankungsformen Magersucht, Bulimie und Binge-Eating-Störung** zählen diagnostisch zur Kategorie der „Sonstigen Essstörungen“.

Diese Essstörungen haben genauso, **häufig sogar noch gravierendere, gesundheitliche Folgen als die klassischen Essstörungen** und bedürfen einer therapeutischen Behandlung.

# STATIONÄRE HILFEN FÜR ERWACHSENE

## ■ FACHKLINIK RINGGENHOF

### **Die Zieglerschen-Suchtkrankenhilfe**

Stationäre Behandlung von essgestörten Männern, die neben der Ess-Störung noch eine stoffgebundene Abhängigkeit haben.

### **Fachklinik Ringgenhof**

**Riedhauser Str. 57- 93**

**88271 Wilhelmsdorf**

Tel.: 07503 / 92 01 11

Fax: 07503 / 92 01 61

E-Mail: [willkommen-ringgenhof@zieglersche.de](mailto:willkommen-ringgenhof@zieglersche.de)

Internet: [www.zieglersche.de](http://www.zieglersche.de)

## ■ FACHKLINIK HÖCHSTEN

### **Die Zieglerschen-Suchtrehabilitation**

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.

### **Fachklinik Höchsten**

#### **Sonnenhof 1**

#### **88348 Bad Saulgau**

Tel.: 07581 / 202 90-121

Fax: 07581 / 202 90-118

E-Mail: [willkommen-hoechsten@zieglersche.de](mailto:willkommen-hoechsten@zieglersche.de)

Internet: [www.zieglersche.de/hoechsten](http://www.zieglersche.de/hoechsten)

## ■ KLINIK ALPENBLICK

### **Fachklinik für Psychosomatische Medizin**

Therapeutische Hilfe im Rahmen einer Rehabilitation für Erwachsene mit Essstörungen, von Übergewichtigen bis hin zur Adipositas permagna Grad III. Das Behandlungsprogramm beruht auf einem Drei-Säulen-Modell, welches Ernährung, Bewegung und Psychotherapie beinhaltet. Einen notwendigen Rehabilitationsantrag stellen Sie über ihren Arzt bei Ihrer Rentenversicherung bzw. Krankenkasse.

### **Klinik Alpenblick**

#### **Kurweg 9**

#### **88316 Isny - Neutrauchburg**

Tel.: 07562 / 71 14 11

Fax: 07562 / 71 14 95

E-Mail: [info@klinik-alpenblick.de](mailto:info@klinik-alpenblick.de)

Internet: [www.klinik-alpenblick.de](http://www.klinik-alpenblick.de)

## ■ KLINIK WOLLMARSHÖHE

### **Fachkrankenhaus für psychosomatische Medizin.**

Die Behandlung erfolgt nach einem ganzheitlichen medizinisch-therapeutischen Konzept und verbindet traditionelle medizinische Ansätze mit Verfahren der Naturheilkunde oder Bewegungstherapie.

### **Klinik Wollmarshöhe**

**Wollmarshofen 14**

**88285 Bodnegg**

Tel.: 07520 / 92 70

Fax: 07520 / 28 75

E-Mail: [info@wollmarshoehe.de](mailto:info@wollmarshoehe.de)

Internet: [www.wollmarshoehe.de](http://www.wollmarshoehe.de)

# STATIONÄRE HILFEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

## ■ ZENTRUM FÜR PSYCHIATRIE SÜDWÜRTTEMBERG (ZFP)

### **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 krankenhausahe Behandlung erforderlich wird. In einem ambulanten Vorstellungstermin wird der Behandlungsbedarf geklärt.

Das Behandlungskonzept umfasst psychiatrischpsychotherapeutische, familientherapeutische, körper- und erlebnistherapeutische sowie medizinische Therapieangebote. Milieutherapeutische, altersgegliederte Stationsgruppen. Schule für Kranke.

### **Zentrum für Psychiatrie Südwürttemberg Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters**

**Weingartshofer Str. 2**

**88214 Ravensburg-Weissenau**

Sekretariat

Tel.: 0751 / 76 01-2789

## ■ FACHKLINIKEN WANGEN

### **Waldburg - Zeil Kliniken**

#### **Rehabilitationsklinik für Kinder und Jugendliche**

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. Die Antragsstellung für eine Kinder- und Jugendlichenrehabilitation erfolgt über den Kinder-/Hausarzt bei der deutschen Rentenversicherung oder der Krankenkasse. Die Kosten werden von der Deutschen Rentenversicherung ggf. von den Krankenkassen übernommen.

### **Fachkliniken Wangen**

**Am Vogelherd 14**

**88239 Wangen**

Tel.: 07522 / 797 11 05-1462

Fax: 07522 / 797 11 19

E-Mail: [WG-Reha-Sekretariat@wz-klink.de](mailto:WG-Reha-Sekretariat@wz-klink.de)

Internet: [www.fachkliniken-wangen.de](http://www.fachkliniken-wangen.de)

## ■ OBERSCHWABENKLINIK GMBH

### **Klinik für Kinder- u. Jugendmedizin**

#### **Station für Kinder- und Jugendpsychosomatik**

Die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der OSK betreibt in Kooperation mit dem ZfP Südwürttemberg einen Bereich „Kinder- und Jugendpsychosomatik“. Hierzu gehören eine Ambulanz an der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters am ZfP Südwürttemberg (Weissenau) und eine Station für Kinder- und Jugendpsychosomatik. Die Station ist mit einem multiprofessionelle Team individuell auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen mit schweren, das Alltagsleben beeinträchtigenden psychosomatischen Störungsbildern, insbesondere auch Essstörungen, zugeschnitten.

Oftmals sind vor Beginn der Behandlung noch körperliche Krankheiten auszuschließen. Insbesondere wenn bereits ein ambulanter Behandlungsversuch abgebrochen wurde oder fehlgeschlagen ist, kann das multimodale Behandlungskonzept mit psychiatrisch-psychotherapeutischen, familientherapeutischen, körperund erlebnistherapeutischen, ergo- und musiktherapeutischen sowie medizinischen Therapieangeboten helfen. Vorgespräche schließen eine Besichtigung der Station ein.

### **Oberschwabenklinik GmbH**

#### **Station für Kinderpsychosomatik Pustebblume**

**Nikolausstraße 10**

**88212 Ravensburg**

Tel.: 0751 / 87 32 74

Fax: 0751 / 87 32 57

E-Mail: sekretariat.paed@oberschwabenklinik.de

Internet: [www.oberschwabenklinik.de](http://www.oberschwabenklinik.de)

# AMBULANTE HILFEN

## ■ PSYCHOLOGISCHE FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG DER CARITAS BODENSEE-OBERSCHWABEN

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

### **Ravensburg/Weingarten**

**Allmandstraße 10**

**88212 Ravensburg**

Tel.: 0751 / 359 01 50

E-Mail: [pfl-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de](mailto:pfl-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de)

Internet: [www.caritas-bodensee-oberschwaben.de](http://www.caritas-bodensee-oberschwaben.de)

### **Standort Bad Waldsee**

**Robert-Koch-Str. 52**

**88339 Bad Waldsee**

Tel.: 07524 / 401 16 80

Fax: 07524 / 401 16 818

E-Mail: [pfl-bw@caritas-bodensee-oberschwaben.de](mailto:pfl-bw@caritas-bodensee-oberschwaben.de)

Internet: [www.caritas-bodensee-oberschwaben.de](http://www.caritas-bodensee-oberschwaben.de)

**Standort Leutkirch**

**Marienplatz 11**

**88299 Leutkirch**

Tel.: 07561 / 906-60

Fax: 07561 / 906-620

E-Mail: [pfl-ltk@caritas-bodensee-oberschwaben.de](mailto:pfl-ltk@caritas-bodensee-oberschwaben.de)

Internet: [www.caritas-bodensee-oberschwaben.de](http://www.caritas-bodensee-oberschwaben.de)

**■ PSYCHOLOGISCHE BERATUNGSSTELLE  
IN DER DIAKONIE OBERSCHWABEN  
ALLGÄU BODENSEE**

**Erziehungs-, Jugend-, Familien-, Paar- und Lebens-  
beratung.**

Beratung und Begleitung von Eltern und Jugendlichen  
bei Essstörungen.

**Standort Ravensburg**

**Weinbergstraße 10**

**88212 Ravensburg**

Tel.: 0751/ 95223070

Fax: 0751/ 95223079

E-Mail: [pbs@diakonie-oab.de](mailto:pbs@diakonie-oab.de)

Internet: [www.diakonie-oab.de](http://www.diakonie-oab.de)

**Standort Wangen**

**Spitalstraße 16**

**88239 Wangen im Allgäu**

Tel.: 07522 / 70 75 00

Fax: 07522 / 70 75 021

E-Mail: [pbs@diakonie-oab.de](mailto:pbs@diakonie-oab.de)

## ■ ZENTRUM FÜR PSYCHIATRIE SÜDWÜRTTEMBERG [ZFP]

### **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 krankenhausahe 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.

### **Zentrum für Psychiatrie Südwürttemberg**

#### **Psychiatrische Institutsambulanz Weissenau (PIA)**

**Weingartshofer Straße 2**

**88214 Ravensburg-Weissenau**

Tel.: 0751 / 76 01 23 04

Fax: 0751 / 76 01 21 21

Internet: [www.zfp-web.de](http://www.zfp-web.de)

# SELBSTHILFE-GRUPPEN

## ■ CARITAS SUCHTHILFEN – BERATUNG REHABILITATION PRÄVENTION –

### **Selbsthilfegruppe für Frauen mit Ess-Störungen.**

Die Gruppe arbeitet nach dem Prinzip „Hilfe von Betroffenen für Betroffene.“ Sie bietet die Möglichkeit, sich mit der Thematik „Ess-Störungen“ auseinander zu setzen. Ziel der Gruppe ist der Austausch mit betroffenen Frauen, um sich aus der Isolation heraus zu holen. Die Zusammenhänge zwischen dem praktizierten Ess-Verhalten, dem eigenen Leben sowie der eigenen Gefühlswelt sollen erkennbarer werden. Außer Verständnis füreinander können auch neue Verhaltensweisen ausprobiert werden, um mehr Wohlbefinden und einen möglichst problemlosen Umgang mit dem Essen zu finden. Der Zugang zur Gruppe erfolgt über ein Einzel-Gespräch in der Beratungsstelle. Die Gruppenabende finden nach erfolgter Beratung im Familientreff der Caritas statt.

### **Caritas Suchthilfen**

**Wilhelmstraße 2**

**88212 Ravensburg**

Tel.: 0751 / 362 56 80

Fax: 0751 / 362 56 88

E-Mail:

[suchthilfen-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de](mailto:suchthilfen-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de)

Internet: [www.caritas-bodensee-oberschwaben.de](http://www.caritas-bodensee-oberschwaben.de)

## ■ SHG ADIPOSITAS ALLGÄU

### **Selbsthilfegruppe für adipöse Menschen**

Silke Reinhard

Tel.: 08381 / 948 98 95

E-Mail: fam-reinhard@t-online.de

Andrea Kauer

Tel.: 07529 / 431 06 33

E-Mail: shgadipositaswangen@web.de

Treffen:

Cafeteria der Oberschwabenklinik Wangen

Am Engelberg 29

88239 Wangen

## ■ AOK- DIE GESUNDHEITSKASSE BODENSEE OBERSCHWABEN

### **Ernährungsberatung**

**Margit Michelberger**

**Qualifizierte Diät & Ernährungsberaterin VFED**

**Charlottenstraße 49**

**88212 Ravensburg**

Tel.: 0751 / 371-263

Fax: 0751 / 371-269

E-Mail: Margit.Michelberger@bw.aok.de

Internet: [www.aok.de](http://www.aok.de)

## **ES HILFT IHNEN GERNE WEITER...**

**Nähere Informationen und Kontaktadressen  
erhalten Sie über das Landratsamt Ravensburg**

Landratsamt Ravensburg  
Kreishaus II  
Gartenstraße 107  
88212 Ravensburg  
Tel.: 0751/ 85 31 17  
E-Mail: [ksb@rv.de](mailto:ksb@rv.de)

### **IMPRESSUM**

Herausgeber:

Landratsamt Ravensburg  
Dezernat für Soziales und Arbeit  
Gartenstr. 107

88212 Ravensburg

Gestaltung:

Stabsstelle des Landrats

Stand: 10/2023

# WOHIN BEI ESSSTÖRUNG?

Prävention im Landkreis Ravensburg

**Landratsamt Ravensburg  
Gesundheitsamt**

Gartenstr. 107  
88212 Ravensburg  
Tel.: 0751 / 85 53 10  
Fax: 075 1/ 85 53 06  
E-Mail: [ge@rv.de](mailto:ge@rv.de)  
Internet: [www.rv.de](http://www.rv.de)



[www.rv.de](http://www.rv.de)



**Freund  
lichkeit<sup>3</sup>**  
*Bürger/innen  
Gemeinden  
Mitarbeiter/innen*