



## **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie** **SPEZIALSPRECHSTUNDE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE MIT ESSSTÖRUNGEN**



Zum Thema Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen verfügen wir über folgende Angebote:

- Beratungssprechstunden für Eltern und Betroffene
- Ambulante Diagnostik und Behandlung
- Trialogabende
- Gruppentherapie für Betroffene

### Beratungssprechstunden

Wenn Sie sich über das Essverhalten Ihrer Tochter oder Ihres Sohnes Sorgen machen, weil sie oder er zu wenig Nahrung zu sich nimmt, Gewicht verloren hat, Diät hält, obwohl sie oder er schlank ist, das Essen erbricht, ein auffälliges Essverhalten zeigt, sich sehr einseitig ernährt oder sich ständig um ihre bzw. seine Figur sorgt, können Sie mit



uns einen Termin für ein Beratungsgespräch vereinbaren, am besten gleich mit Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn. Im gemeinsamen Gespräch klären wir, ob bereits eine behandlungsbedürftige Essstörung vorliegt. Denn je früher eine Essstörung erkannt wird, desto erfolgreicher kann sie behandelt werden.

Jugendliche können sich auch selbst anmelden. Ebenso können sich Eltern beraten lassen, deren Kinder (noch) nicht zu einer Behandlung bereit sind.

## Ambulante Diagnostik und Behandlung

Unser Angebot umfasst folgende Elemente:

- Umfassende Diagnostik
- Aufklärung
- Einzelpsychotherapie
- Elternberatung
- Familientherapie
- Home Treatment
- Vermittlung von stationären Behandlungsplätzen
- Zusammenarbeit mit Ernährungsberaterinnen und -beratern sowie Hausärztinnen und -ärzten

### Diagnostik

Zu Beginn der Behandlung erfolgt eine umfassende Diagnostik. Besteht eine behandlungsbedürftige Störung? Handelt es sich um eine Essstörung wie Mager-

sucht oder Bulimie, eine körperliche Erkrankung oder eine andere psychische Störung? Nach dieser ersten Einschätzung geben wir eine Therapieempfehlung ab. Wir helfen bei der Entscheidung, ob eine ambulante Therapie möglich, oder ob eine stationäre Einweisung erforderlich ist.

### Aufklärung

In einem ersten Schritt geben wir umfassende Informationen über Symptome, Verlauf, Gefahren und Behandlungsmöglichkeiten von Essstörungen. Dieses Wissen dient den Betroffenen selbst und den Eltern als Grundlage zur Entscheidung über das weitere Vorgehen. Sachliche Informationen helfen auch den betroffenen Jugendlichen und ihren Eltern, konstruktiv über die Problematik ins Gespräch zu kommen.

### Einzelpsychotherapie

In der Einzelpsychotherapie erfolgt eine intensive Bearbeitung der Symptome sowie der zugrunde liegenden Problematik. Wir geben klare Hilfestellungen für die Überwindung der Essstörung und orientieren uns in unserer Arbeit an verhaltenstherapeutischen und gesprächspsychotherapeutischen Grundsätzen.

## **Elternberatung**

In der Beratung helfen wir Eltern, den richtigen Umgang mit der Essstörung ihrer Tochter oder ihres Sohnes zu finden. Wie reagieren wir auf den Rückzug und die Essensverweigerung? Sollen wir Druck ausüben oder gewähren lassen? Solche und ähnliche Fragen beschäftigen Eltern, deren Kinder ein gestörtes Essverhalten zeigen.

## **Familientherapie**

Familientherapie stellt gerade bei jüngeren Kindern und Jugendlichen einen wichtigen Bestandteil der Behandlung dar. Dabei geht es in erster Linie nicht um die Ursachenforschung, sondern darum, sich gemeinsam gegen die Krankheit zu verbünden. Was können Eltern tun, um den Gesundungsprozess zu fördern? Welche Verhaltensweisen oder Konflikte in der Familie hingegen halten die Krankheitssymptome eher aufrecht? Zumeist sind Jugendliche mit ihren Eltern in einen Teufelskreis im Kampf ums Essen verstrickt. In der Familientherapie werden gemeinsam Möglichkeiten gesucht, diesen Teufelskreislauf zu überwinden und positive Beziehungsaspekte zu fördern.

## **Home Treatment**

Im Home Treatment helfen aufsuchende Pflegefachpersonen den Familien zu

Hause im Umgang mit der Essstörung und zeigen den Eltern, wie sie die Gesundung ihrer Kinder wirksam unterstützen können.

## **Vermittlung von stationären Behandlungsplätzen**

Falls eine stationäre Behandlung notwendig wird, unterstützen wir die Betroffenen und ihre Familien dabei, die richtige Klinik zu finden, und begleiten sie bei der Einweisung. Ein Teil der Patientinnen und Patienten kann auf einer unserer Stationen für Jugendliche behandelt werden. Ebenso stehen wir in intensivem wechselseitigen Austausch mit den verschiedenen Kliniken der Region, welche ebenfalls stationäre Behandlungsplätze für Jugendliche mit Essstörungen anbieten.

## **Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung und mit Hausärzten**

Unsere Patientinnen und Patienten werden neben der Behandlung bei uns von ihren Hausärztinnen und -ärzten körperlich kontrolliert und behandelt.

Bei Bedarf überweisen wir Betroffene ergänzend zur psychiatrisch-psychotherapeutischen Behandlung an eine Ernährungsberaterin oder an einen Ernährungsberater.

## Triologabende für Eltern von Jugendlichen mit Essstörungen gemeinsam mit den Betroffenen

Die Triologabende dienen der Informationsvermittlung sowie dem Austausch unter den betroffenen Familien. Eltern und betroffene Jugendliche erfahren nützliche Strategien, die im Umgang mit der Erkrankung hilfreich sein können.

Die fünf Abende beinhalten folgende Themen:

- 1. Abend:** Den Essstörungs-Teufelskreis in den Beziehungen erkennen und durchbrechen
- 2. Abend:** Hilfe, die Essstörung isst uns auf! Wie können wir den Blickwinkel erweitern?
- 3. Abend:** Einfühlung und Verbesserung der Kommunikation im Umgang zwischen Betroffenen und ihrer Familie
- 4. Abend:** Sorge, emotionale Wärme, Verantwortung – die richtige Balance finden
- 5. Abend:** Gemeinsam Strategien entwickeln. Was hilft?

## Gruppentherapie für Jugendliche mit Essstörungen (Magersucht, Bulimie)

Musst du ständig kontrollieren, was du isst? Fühlst du dich zu dick? Verlierst du manchmal die Kontrolle beim Essen? Gibt es zu Hause ständig Streit ums Essen? Hast du Gewicht verloren? Erbrichst du nach dem Essen? Hast du das Gefühl, niemand versteht dich? In unserer Gruppe kannst du gemeinsam mit anderen Betroffenen an deinen Schwierigkeiten arbeiten.

Es handelt sich um eine kognitiv-verhaltenstherapeutische Gruppe mit systemischem Schwerpunkt, die von erfahrenen Therapeutinnen und Therapeuten geleitet wird.

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich  
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie  
Zentrum für Jugendpsychiatrie

### **Sprechstunde und Behandlungsangebote für Essstörungen**

Neumünsterallee 3, Postfach 1482  
8032 Zürich  
Zentrale +41 (0)43 499 26 26  
kjpp.jugendliche@puk.zh.ch  
www.pukzh.ch

Auflage: 100/09.2017