



**Spital Thurgau**

PSYCHIATRISCHE DIENSTE



Spezialangebot der  
Adipositas-Sprechstunde:

**Psychologische Unterstützung bei  
Übergewicht**

 **Psychiatrie**

## **Fakten über Übergewicht**

Ca. 20% der Erwachsenen sind von Übergewicht betroffen. Das Risiko steigt mit dem Alter an. Das Übergewicht kann zu körperlichen und psychischen Beeinträchtigungen in Form von Bluthochdruck, Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus), Depressivität und Ängstlichkeit führen. Zudem herrscht leider nach wie vor eine starke gesellschaftliche Stigmatisierung übergewichtiger Menschen, womit diese tagtäglich zu kämpfen haben.

## **Entstehung von Übergewicht**

Heutzutage wird die Entstehung von Übergewicht durch ein bio-psycho-soziales Modell erklärt. So spielt bei manchen die Vererbung eine grosse Rolle, bei anderen Menschen soziale und psychologische Faktoren. Dies beinhaltet zum Beispiel Essen als Belohnung und Regulation von Gefühlen.

## **Unser Angebot**

Wir bieten individuelle Abklärungen an. Im Anschluss daran werden mit Ihnen Therapieoptionen besprochen. Ist tatsächlich der Wunsch nach einer Gewichtsabnahme zentral oder geht es darum, sich rundum wohler zu fühlen? Gegebenenfalls könnte sich eine ambulante Psychotherapie in Form regelmässiger Gespräche, die individuell auf Sie angepasst ist, anschliessen.

## **Wie kann eine Psychotherapie hilfreich sein?**

Übergewicht kann zu diversen Belastungen auf psychischer Ebene führen. Ziele können demnach sein:

- klare Benennung und Bearbeitung des Problems – Übergewicht oder Umgang damit
- Verbesserung des Selbstwerts und des allgemeinen Wohlbefindens
- Aussöhnung mit dem eigenen Selbst sowie Einnehmen einer akzeptierenden Haltung

## **Kontakt**

Adipositaszentrum, Kantonsspital Frauenfeld

Tel. +41 52 723 80 50

adipositaszentrum.ksf@stgag.ch

www.stgag.ch