

Vorwort

Angesichts des rasanten Anstiegs der Prävalenzraten sind Übergewicht und Adipositas derzeit eine der großen Herausforderungen für unser Gesundheitssystem. Bis vor wenigen Jahren wurde Adipositas noch mit fehlendem Willen, mangelnder Compliance, eigenem schuldhaften Verhalten oder auch mit spezifischen Persönlichkeitsfaktoren in Verbindung gebracht. Bis heute sind fettleibige Menschen Stigmatisierungen, Diskriminierungen und Vorurteilen wie »Dick gleich faul« oder »Dick gleich undiszipliniert« ausgesetzt. Zeitschriften und Magazine bestärken immer wieder von neuem den Irrglauben an Wunderdiäten. Leider tragen auch Medien, wie bspw. so genannte Abnehmshows, in denen übergewichtige Kandidaten um den größten kurzfristigen Gewichtsverlust wetteifern, zu einem unseriösen und völlig verzerrten Bild dieser Erkrankung bei. Adipositas lässt sich jedoch nicht einfach auf ein Missverhältnis von Nahrungsaufnahme und körperlicher Bewegung, gegen das mit Willenskraft angekämpft werden kann, reduzieren. Die aktuellen Forschungsergebnisse, auf denen die gerade neu veröffentlichte Adipositas-Leitlinie (Deutsche Adipositas-Gesellschaft et al. 2014) basiert, machen deutlich, dass die erfolgreiche Behandlung vielmehr einen interdisziplinären Ansatz erfordert. In Abhängigkeit vom Ausmaß des Adipositas, den damit verbundenen körperlichen Folgeerscheinungen sowie der vorhandenen psychischen Komorbidität kommen unterschiedliche Interventionsmaßnahmen in Betracht. Auch Persönlichkeits- und Motivationsfaktoren des Patienten sowie seine früheren Therapieversuche spielen bei der Auswahl der Therapieempfehlung eine Rolle. Zielführend sind Beratungs- und Behandlungskonzepte, bei denen diese individuellen Faktoren, aber auch die jeweilige Lebensrealität des Patienten berücksichtigt werden.

Mit dem vorliegenden Buch möchten wir einen Beitrag zur Weiterentwicklung und Umsetzung einer differenzierten und bedürfnisorientierten Behandlung des betroffenen Übergewichtigen leisten. Dazu gehört neben einem fundierten theoretischen Hintergrund (Teil A) eine frühzeitige interdisziplinäre Diagnostik, die eine auf den Einzelfall bezogene Indikationsstellung für ein individualisiertes Behandlungskonzept ermöglicht und im Teil B beschrieben wird. In der Darstellung der möglichen Behandlungsoptionen (Teil C) konzentrieren wir uns auf psychotherapeutische Interventionen zur Lebensstilmodifikation sowohl in Bezug auf die Standardbehandlung der Adipositas bei einem BMI zwischen 30 und 40 kg/m² als auch in Kombination mit chirurgischen Maßnahmen. Unser Ziel dabei ist es, eine praxisorientierte Anleitung zu geben, wie eine schwerpunktmäßig psychotherapeutische Behandlung der Adipositas – basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und Behandlungsleitlinien – aussehen sollte. Die

Durchführung unserer Behandlungsmaßnahmen ist für ein ambulantes Gruppensetting entwickelt, kann aber auch im einzeltherapeutischen Rahmen stattfinden. Zu jeder Sitzung werden inhaltliche Strukturierungshilfen und Arbeitsblätter, die über die Kohlhammer-Website heruntergeladen werden können, zur Verfügung gestellt. Diese sind als Unterstützung für die Einhaltung eines »roten Fadens« in der Behandlung gedacht. Es ist jedoch nicht zwingend erforderlich, dass die von uns vorgeschlagene Reihenfolge und Strukturierung der Sitzungen eingehalten wird. Je nach Patientengruppe kann eine zeitweilige Abweichung vom geplanten Vorgehen oder eine Vertiefung bzw. Verkürzung mancher Inhalte und Themenbereiche indiziert sein. Auf diesem Hintergrund sollten auch die Arbeitsblätter, die mit den Patienten besprochen und bearbeitet werden, optional und flexibel eingesetzt werden.

Danken möchten wir an dieser Stelle allen Autoren für die aktive Mitgestaltung des Buches sowie allen Kollegen und Mitarbeitern, die in den letzten Jahren an der Weiterentwicklung unseres Behandlungskonzeptes für adipöse Patienten mitgearbeitet haben.

Tübingen, im Januar 2015

Sandra Becker
Stephan Zipfel
Martin Teufel