



professionell
umfassend
menschlich

Kontakt

Kantonsspital St.Gallen
Ostschweizer Adipositaszentrum
Oberwaid - Das Hotel. Die Klinik.
Rorschacher Strasse 311
CH-9016 St.Gallen

Tel. +41 71 494 37 37
adipositaszentrum@kssg.ch
www.kssg.ch/adipositaszentrum



Das Ostschweizer Adipositaszentrum (OAZ) ist eine Kooperation des Kantonsspitals St.Gallen und des Ostschweizer Kinderspitals.

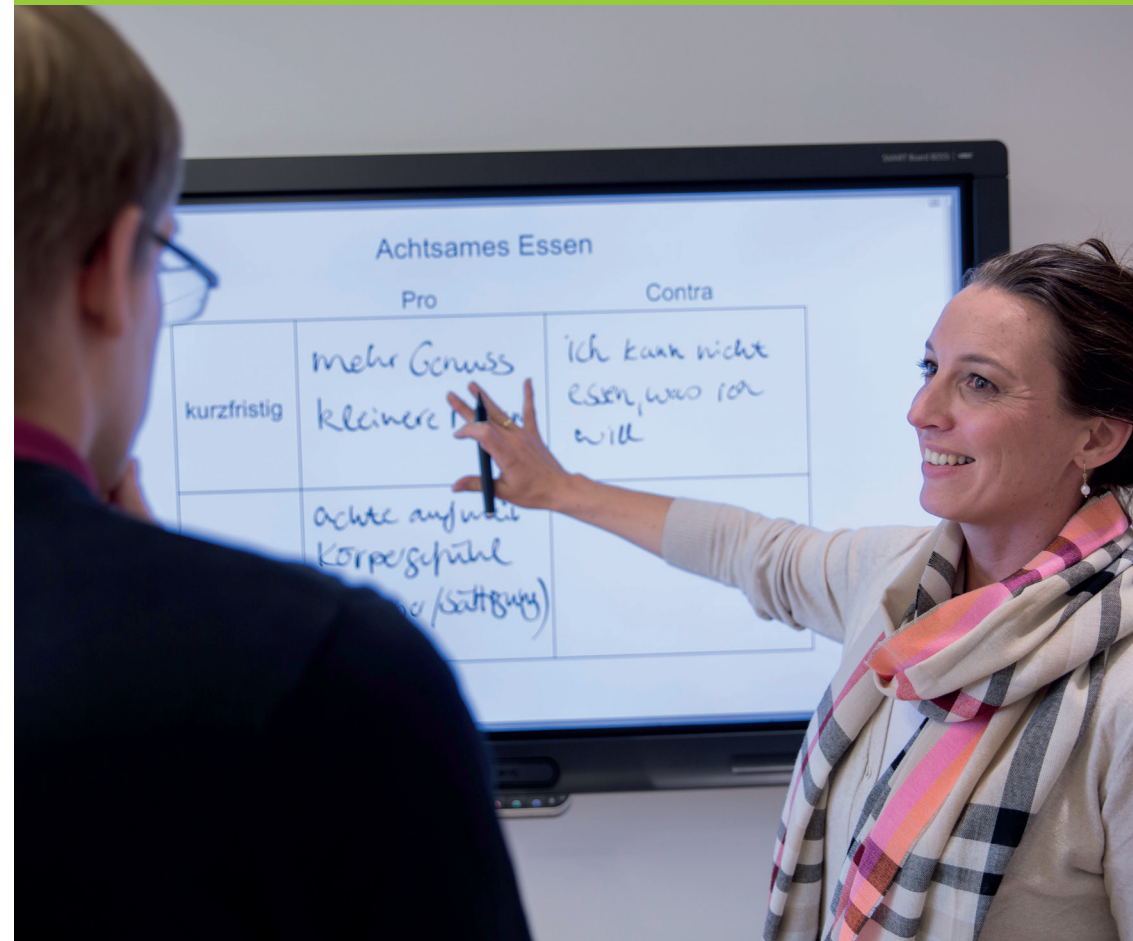
1010021 5.2021

Psychologische Begleitung bei Übergewicht

Klinik für Psychosomatik und Konsiliarpsychiatrie



OSTSCHWEIZER
ADIPOSITASZENTRUM



Zusammenhänge zwischen psychischer Stresssituation und stressregulierendem Essverhalten erkennen

Liebe Patientinnen und Patienten

Die Behandlung zur langfristigen Gewichtreduktion benötigt die Zusammenarbeit und Unterstützung verschiedener Fachrichtungen. Das Angebot der psychologischen Psychotherapie im Ostschweizer Adipositaszentrum umfasst sowohl die psychologische Evaluation bei geplanten bariatrischen Eingriffen, als auch die Beratung und begleitende Psychotherapie während der gesamten konservativen oder bariatrischen Adipositas-Behandlung.

Methodisch stützen wir uns schwerpunktmässig auf die kognitive Verhaltenstherapie als anerkanntes Behandlungsverfahren innerhalb der interdisziplinären Therapie der Adipositas.

Im Fokus stehen für uns die psychischen Ursachen und Auslösekomponenten für unausgewogenes Ess- und zu geringes Bewegungsverhalten. Im Verlauf der Therapie werden mit den Patientinnen und Patienten alternative Reaktions- und Verhaltensmuster erarbeitet und eingeübt. Neben der individuellen Begleitung besteht die Möglichkeit, an Gruppenangeboten teilzunehmen.

Bei Fragen sind wir gerne für Sie da.
Herzliche Grüsse

Ihr Team
Klinik für Psychosomatik und Konsiliarpsychiatrie
Ostschweizer Adipositaszentrum



Unser Angebot

Das Psychotherapeuten-Team bietet verschiedene Möglichkeiten, Patientinnen und Patienten bei der Gewichtsreduzierung zu unterstützen.

Ambulante Psychotherapie

Im Einzelgespräch werden Hintergründe und Auslöser für problematisches Essverhalten sowie weitere ungünstige Verhaltensmuster bewusst gemacht. Im Vordergrund steht die Motivation zu ausgewogenem Ess- und Bewegungsverhalten.

Gruppenkurs

«Mit Achtsamkeit bewusst essen»

Im Gruppenkurs lernen und üben Patientinnen und Patienten, ihr Essverhalten achtsamer zu gestalten, seelische und körperliche Bedürfnisse besser wahrzunehmen und ungünstige Gewohnheiten zu verändern.

Gruppenkurs

«Vorbereitung Übergewichtsoperation»

Falls für Patientinnen und Patienten eine Magenoperation in Frage kommt, informieren wir gerne über die psychologischen Einflussfaktoren anlässlich unserem Gruppenkurs und therapeutischen Möglichkeiten im Zusammenhang mit einer Magenoperation.

Anmeldung und Kosten

Die Anmeldung erfolgt in der Regel durch den Haus-, Spezial- oder Spitalarzt an das Ostschweizer Adipositaszentrum.

Die Kosten werden von der Grundversicherung übernommen.