

# NEWSLETTER 1/10

## ZENTRUM FÜR ESSSTÖRUNGEN



### EDITORIAL

Liebe Kolleginnen und Kollegen

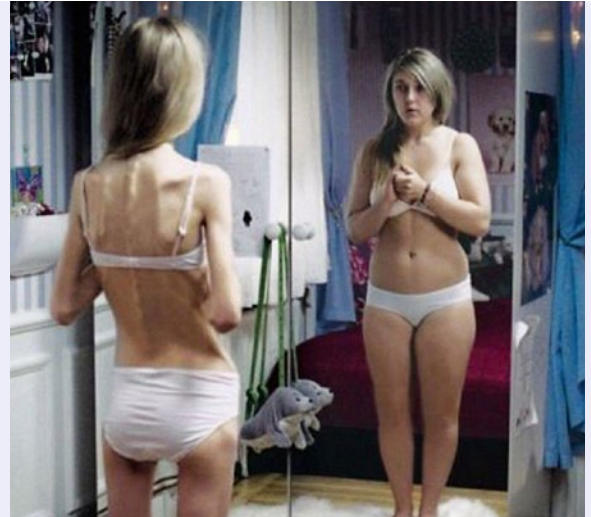
Seit zwölf Jahren widmen wir uns ganz der Behandlung von Menschen mit Essstörungen. Viel hat sich seit den Anfängen verändert. Das Angebot ist gewachsen, die Therapien sind individueller gestaltet, das gesamte Behandlungskonzept beinhaltet mehr Flexibilität und geht auf die Bedürfnisse der Einzelnen vermehrt ein. Die Behandlungen – ob ambulant, stationär oder in tagesklinischer Form – streben in erster Linie eine Verbesserung des Essverhaltens sowie deren komorbiden Störungen an. Die Integration und Stabilisierung der erreichten Erfolge im Alltag sind weitere wichtige Ziele. Um diese zu erreichen, sind nicht selten einschneidende Veränderungen nötig, wobei die Patientinnen unsere volle Unterstützung brauchen. Sie auf diesem steinigen Weg zu begleiten und zu betreuen ist unser Alltag. Dazu ist ein multimodaler und interdisziplinärer Behandlungsansatz unentbehrlich. Hinter diesen Fachausdrücken steht ein engagiertes Team, welches grosse Erfahrungen mit den Nöten und Sorgen von Menschen mit Essstörungen hat. Das Behandlungsteam begegnet den Patientinnen mit Professionalität, wobei auch Humor einen Platz in der Therapie haben darf und schwierige Situationen entschärfen kann.

Die Behandlung von Essstörungen braucht Ausdauer. Nach all diesen Jahren bin ich immer noch fasziniert von der facettenreichen Problematik dieser speziellen Patientengruppe.

Wir freuen uns, Ihnen mit dem ersten Newsletter des Zentrums für Essstörungen einen Einblick in unsere Tätigkeit zu geben.

Mit freundlichen Grüssen

Gabriella Milos



### INHALT

- 2 Über das Zentrum
- 4 Persönlich
- 5 Patientengeschichten
- 8 Serviceteil

## Über das Zentrum **SEITE 2**

Das Zentrum bietet komplexe Behandlungen von Essstörungen.

## Patientengeschichten **SEITE 5**

Zwei junge Frauen erzählen ihr Schicksal und wie sie ins Zentrum für Essstörungen gekommen sind.



UniversitätsSpital  
Zürich

## Über das Zentrum

Das **Zentrum für Essstörungen (ZES)** ist spezialisiert auf die komplexe Behandlung von Essstörungen unterschiedlichen Schweregrads. Die Behandlungskette umfasst ambulante, stationäre und tagesklinische Therapien. Für Patientinnen, die eine längere Begleitung brauchen, besteht seit 2003 eine teilbetreute Wohngemeinschaft. Die Behandlungen sind an die persönlichen Lebenssituationen angepasst, um die Integration in Ausbildung und Arbeitsleben, nicht zu gefährden. Im ZES werden alle Formen von Essstörungen abgeklärt und/oder behandelt: Anorexia nervosa, Bulimia nervosa und atypische Essstörungen (inkl. Binge-eating-Störungen).

### Spezielsprechstunde für Essstörungen

Hier finden Abklärungen, Standortbestimmungen und Psychotherapien in verschiedenen Settings statt. Zuweiser sind meist Hausärzte, Kliniken und Somatiker aus den verschiedensten Disziplinen sowie Psychotherapeuten, jedoch können sich Patientinnen auch selbst bei uns anmelden.

Die Abklärungsphase erstreckt sich über 2–5 Sitzungen. Je nach Kapazitäten werden die Patientinnen bei uns im Hause oder bei niedergelassenen Kolleginnen oder Kollegen, welche mit uns eine intensive Zusammenarbeit pflegen, behandelt.

Standortbestimmungen werden bei Patientinnen gemacht, welche schon in einer laufenden Therapie sind, jedoch der therapeutische Prozess stagniert

oder einen ungünstigen Verlauf nimmt. Diese Standortuntersuchungen finden hauptsächlich in Zusammenarbeit mit niedergelassenen Therapeuten, Hausärzten und der medizinischen Poliklinik statt und haben zum Ziel, die gesamte Situation zu beurteilen und das gesamte Behandlungskonzept neu zu definieren.

Die psychotherapeutische Arbeit beinhaltet primär die Normalisierung des Essverhaltens und des Gewichtes sowie die Krankheitseinsicht. Um dies umzusetzen, ist oft eine grosse Motivationsarbeit erforderlich, welche nicht selten sehr zeitintensiv ist. Es wird vorwiegend mit essstörungsspezifischen verhaltenstherapeutischen Methoden gearbeitet und (v. a. bei sehr jungen Personen) durch einen systemischen Ansatz ergänzt. Die Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung hat sich speziell bewährt bei Patientinnen, welche konkrete Antworten auf ernährungstechnische Fragen suchen.

« Ohne eine gute Tagesstruktur gibt es auch keine gute Essstruktur »

Gabriella Milos

Eine ambulante Gruppentherapie mit Schwerpunkt auf Körperwahrnehmungsprobleme und der Mittagstisch ergänzen unser ambulantes Therapieangebot. Der betreute Montagsmittagstisch ist konzipiert, um Zusammensetzung und Menge von einer ausgewogenen Ernährung zu erfahren und erlaubt Menschen mit Essstörungen konkrete Schritte in eine konstruktive Richtung zu wagen.

Eine weitere Aufgabe der Sprechstunde sind die psychiatrischen Beurteilungen, welche zu den interdisziplinären Untersuchungen bei Personen mit starkem Übergewicht gehören, bei denen ein bariatrischer Eingriff geplant ist.

Die Unterstützung von unserem Sozialdienst ist eine wichtige Hilfe bei Menschen mit schweren psychosozialen Einschränkungen.

### Stationäre Therapie

Das ZES bietet stationäre Behandlungsprogramme an. Die übliche Behandlungsdauer liegt in der Regel bei drei Monaten. Seit kurzem ermöglicht das ZES zudem ein vierwöchiges stationäres Kurzprogramm. Die Behandlungskette wurde durch die Einführung



eines tagesklinischen Programms erweitert, um die Übergänge zwischen den verschiedenen Therapie-settings zu optimieren. Die Intensivierung der interdisziplinären Zusammenarbeit mit zahlreichen somatischen Disziplinen erlaubt die komplexen Situationen schwer untergewichtigen und bulimischen Patientinnen adäquat zu erfassen und anzugehen.

Die Abteilung bietet Platz für elf Patientinnen. Das Therapieprogramm der Station ist eingebettet in einer milieutherapeutischen Gemeinschaft und besteht aus verschiedenen Phasen. Der strukturierte Alltag wird von den Patientinnen zusammen mit einem sehr erfahrenen Team gestaltet.

Das Milieuteam setzt sich täglich gemeinsam mit den Patientinnen mit Fragen zu den Mahlzeiten und der Tagesstruktur auseinander. Das Verhalten in Bezug auf das Essen, Beziehungsgestaltung, Ausbildung, Beruf, Finanzen oder Zukunftsplanung wird thematisiert.

Die Station hat den Charakter einer Einzel Psychotherapie AA. Nebst den Schlafzimmern gibt es einen Essraum, einen Aufenthaltsraum, eine Küche, einen Gruppenraum sowie eine Turnhalle. Auf der Station sollen sich die Patientinnen nicht nur intensiv mit sich selber beschäftigen, sondern sich ihre Freizeit allein oder in Gesellschaft mit ihren Mitpatientinnen gestalten.

Haben Patientinnen die stationäre Therapie erfolgreich abgeschlossen, unterstützt eine geleitete, ambulante Gruppe den Übergang von der stationären Therapie in die Selbständigkeit.

### Hauptelemente des stationären Therapieprogramms

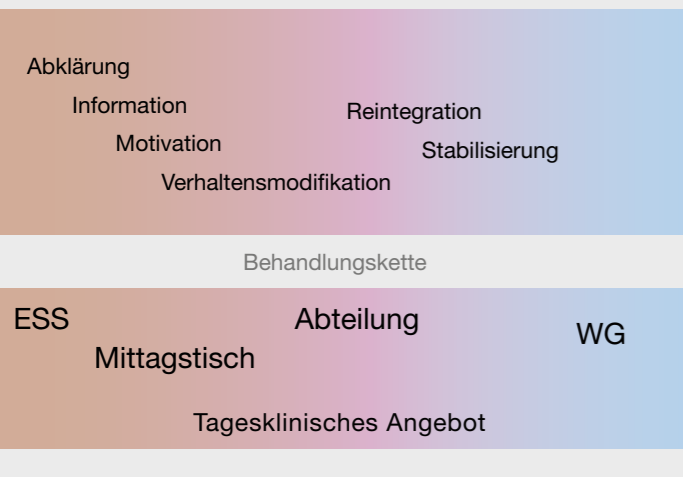
- Strukturierte ausgewogene Mahlzeiten/Essnachbesprechungen
- Gewichtsmonitoring
- Gruppe Gesprächstherapie
- Psychodidaktik
- Einzeltherapie (Esstagebuch, Zielorientiert)
- Körpertherapie (Körperwahrnehmungsstörungen)
- Kreativtherapie
- Muskelaufbau
- Ernährungsberatung
- Kochtraining
- Arbeitstraining
- Sozialberatung

### Die Wohngemeinschaft Mattenhof

Als eine weitere Alternative steht eine teilbetreute Wohngruppe zur Verfügung, die zusammen mit dem Verein Interessengemeinschaft für Sozialpsychiatrie (IGSP) für Patientinnen mit Essstörungen betrieben wird. Die Wohngruppe richtet sich an Patientinnen, die eine intensive Therapie für Essstörungen hinter sich haben. Wichtig ist, dass die jungen Frauen bereit sind, Verantwortung für sich und die Gemeinschaft zu übernehmen und mindestens 50% des Tages in einer festen Tagesstruktur (Schule, Ausbildung oder Berufstätigkeit) eingebunden sind. Die Miete für das Zimmer muss von den Patientinnen selber übernommen werden, die therapeutische Begleitung wird von den Krankenkassen übernommen.



### Therapeutischer Inhalt und geeignete Therapiesettings





## Die Leiterin des Zentrums: PD Dr. Gabriella Milos

Gabriella Milos beschäftigt sich seit 14 Jahren mit dem Thema Essstörungen. Der Leiterin des Zentrums für Essstörungen ist es wichtig, dass sich die Patientinnen im ZES verstanden und gut aufgehoben fühlen.

### Warum beschäftigen Sie sich mit der Behandlung von Menschen mit Essstörungen?

*Ich finde die Problematik von Menschen mit Essstörungen psychiatrisch, medizinisch und gesellschaftlich hochinteressant.*

*Essen ist ein Grundbedürfnis, das oft mit angenehmen Gefühlen gekoppelt ist. Gerade dies funktioniert bei Menschen mit Essstörungen nicht mehr. Hunger und Sättigung sind nicht mehr vorhanden. Essen ist oft mit negativen Gefühlen verbunden wie Angst, Ekel, Verzicht, Schuld.*

*Essstörungen sind vielschichtige Erkrankungen, deren Ursachen mit einem multifaktorialen Erklärungsmodell zu erklären sind. In der Regel entstehen Essstörungen in der Adoleszenz oder im frühen Erwachsenenalter. Die Lebensgeschichten der Betroffenen sind sehr verschieden, es ist immer wieder aufschlussreich zu sehen, wie das Zusammenspiel von eigenen Persönlichkeitszügen, Lebensereignissen, sozialen Umständen zum Ausbrechen einer Essstörung führt. Wie die betroffenen Menschen, welche häufig junge Frauen sind, mit der Essstörungsproblematik umgehen und wie die Umgebung auf diese Problematik reagiert, ist unterschiedlich. Die eine bekommt sehr viel Aufmerksamkeit, die andere wird ausgegrenzt. Der Wechsel der Symptome, deren Ausprägung sowie Verbesserungen und Verschlechterungen in Abhängigkeit der Lebensumstände sind bei jeder Patientin anders. Die Arbeit mit Menschen mit Essstörungen ist hochkomplex und anspruchsvoll, aber auch sehr bereichernd.*

### Was ist spannend an der Essstörungstherapie?

*Oft kommen schwer kranke, untergewichtige junge Menschen auf unsere Abteilung, meist nur noch ein Schatten ihrer selbst. Mithilfe von vielen verschiedenen Therapien und Interventionen können sie das Gewicht Schritt für Schritt normalisieren und dadurch einen gesünderen Körper bekommen. Sie werden wieder zu lebensfreudigen, gutaussehenden jungen Frauen, die ihre eigenen Interessen und Kontakte pflegen. Sie nehmen wieder eine Ausbildung oder eine*



PD Dr. Gabriella Milos  
Leiterin des Zentrums  
für Essstörungen

*berufliche Tätigkeit in Angriff. Nicht selten ist es der Therapie auch möglich, belastete Beziehungen innerhalb der Familie zu klären. Bei Frauen, welche unter einer Bulimie leiden, ist eindrucklich, wie sie die gewonnene Zeit, die sie früher an Essanfälle und Erbrechen gewidmet haben, nutzen. Meist haben diese Frauen vielseitige Interessen, welche sie während der Erkrankung Stück für Stück aufgegeben haben. Diese Entwicklungen sind für mich und das ganze Team eine grosse Belohnung für unsere Arbeit. Für mich kommt das fast schon einer Geburt gleich.*

«Das Überspringen einer Mahlzeit ist die Vorbereitung des nächsten Essanfalls»

Gabriella Milos

### Was möchten Sie mit dem Zentrum für Essstörungen erreichen?

*Mithilfe von gezielten wissenschaftlichen Prüfungen der Therapien möchten wir die Behandlungen stets optimieren. Mein Traum wäre es, die psychotherapeutische und neurobiologische Forschung zu kombinieren und damit völlig neue Behandlungskonzepte entwickeln zu können.*

## Zwei Patientengeschichten

### Patientenbericht 20 J. Studentin

Angefangen hat es vor rund sechs Jahren. Stress in der Schule, Streit zu Hause, Liebeskummer und ein traumatisches Erlebnis führten dazu, dass ich aufhörte zu essen.

Um die innere Leere und die Spannungen abzubauen, machte ich jeden Tag mehrere Stunden Sport. Anstatt an meiner Vergangenheit zu denken, begann ich Kalorien zu zählen, um mich abzulenken. Ich nahm an Körpergewicht ab, ohne dass ich mir darüber im Klaren war.

Plötzlich nahmen mich meine Eltern wahr und kümmerten sich um mich, indem sie sich Sorgen machten. Ich begann ein «Leben» völlig isoliert von meiner Umwelt zu leben. Dafür legte ich mir klare Strukturen zurecht: Am Morgen ein paar Stunden trainieren bevor ich etwas Kleines essen durfte, dann in die Schule gehen und wieder trainieren usw. Wenn ich dann einmal etwas zu viel ass oder etwas, das ich mir verboten hatte, dann erbrach ich es wieder oder musste doppelt so lang rennen gehen. Mein Leben wurde immer mehr eingeschränkt und von meinen Zwängen regiert. Mein soziales Umfeld litt sehr darunter und zu Hause ging ein Machtkampf am Esstisch los: «Iss doch mehr, du verhungerst sonst!»

Lange sah ich nicht ein, dass ich ein ernsthaftes Problem hatte. Im Sommer ass ich an einem Tag so wenig und trainierte in der Hitze so lange, bis ich zusammenbrach. Ich verstand noch immer nicht wieso. In meiner ambulanten Therapie konnte es so nicht mehr weitergehen und meine Ärzte sowie meine Eltern suchten nach einer geeigneten Lösung für mich. Noch bevor wir eine geeignete Lösung gefunden hatten, wurde ich in eine geschlossene Psychiatrische Klinik eingewiesen, da meine psychische Verfassung nicht mehr zu verantworten war.

Leider konnte ich dort aber meine Essensportionen selber aussuchen und verbrachte die Tage auf dem Hometrainer im Aufenthaltsraum. Nach einer Woche hatte ich nochmals fast zwei Kilogramm abgenommen und ich wurde zu einem Erstgespräch im ZES an die Culmannstrasse eingeladen. Dort besichtigte ich auch die Station. Nach rund einem Monat Wartezeit durfte ich schliesslich eintreten.

Erst dann wurde mir richtig bewusst, dass ich ernsthaft Hilfe benötigte. Es gab mir neue Hoffnung mit anderen Patientinnen über Gefühle, Ängste und Zweifel zu sprechen. Auch das Pfl egeteam, welches rund um die Uhr da war, unterstützte mich in schwierigen Situationen. Zum Klinikprogramm gehören verschiedene Therapien, um an sich selbst zu arbeiten und um mit verschiedenen Ressourcen Zugang zu sich selbst zu finden (Kreativtherapie, Bewegungstherapie, Gruppengespräche und Wassertherapie). Mit dieser vielfältigen Auswahl von Möglichkeiten kann man lernen, mit sich selbst und einer schwierigen Situation besser umzugehen sowie Krisensituationen zu bewältigen.

Ich bin sehr froh, dass ich mich damals für diesen stationären Aufenthalt entschieden habe. Ich konnte neue Lebenskraft tanken und bin auf dem Weg zurück ins Leben mit der Unterstützung meiner Ärzte, Therapeuten, Mitpatientinnen und Familie.



**Patientenbericht**  
**Sachbearbeiterin, 24-jährig**

Die Krankheit «Magersucht, Anorexie» begleitet mich schon seit meinem 16. Lebensjahr als ich in die KV-Lehre kam. Dazumal wurde mir das Ultimatum gestellt, entweder die Lehre abzubrechen oder eine Therapie zu machen. Mehr oder weniger widerwillig entschied ich mich für die Therapie. Als «geheilt» wurde ich entlassen mit 48 kg (BMI 18,5) und es ging mir wieder gut – ich konnte LEBEN.

Das Gewicht mehr oder weniger zu halten ging gut, bis zum Herbst 2008, nachdem ich eine Prüfung absolviert hatte. Ich fiel in ein ziemliches Loch; wusste nicht für wen ich überhaupt existieren muss oder will, was das Leben von mir abverlangt beziehungsweise was ich mit 23 Jahren vom Leben will?! Die Krankheit hatte mich wieder im Griff! Gegessen habe ich zum Glück immer, aber halt einfach zu wenig und vor allem möglichst wenig Kalorien respektive Fett. Dazu habe ich mich übermässig bewegt (spazieren/walken, Nordic Walking, Steppen und vieles mehr). Mahlzeiten habe ich ausgelassen, wenn ich wusste, dass ich auswärts zum Abendessen eingeladen war. Ich habe aber weder erbrochen noch bewusst gewisse Medikamente zum Abnehmen genommen.

Das Hamsterrad drehte sich immer schneller und schneller und ich fand keinen Ausweg. Weder Akupunktur, Fussreflexmassage, ambulante Psychotherapie, Hirninfarkt von meinem Papi, Krebsstod vom Onkel, zureden von den Eltern und meinem Bruder – nichts half! Sogar mein Arbeitgeber hat mich angesprochen was los ist und hatte Angst um mich, jedoch ich selber nicht!

Zwischen Weihnachten/Neujahr 2009 kam die Kehrtwende und ich lief auf dem Zahnfleisch, wusste weder ein noch aus. Jetzt wurde mir selber klar: So kann es nicht weitergehen! Im Sommer 2010 werde ich 25-jährig und das kann doch nicht mein LEBEN sein? Entweder lebe ich so weiter, bring mich irgendwann selber um (Suizid), mein Herz und meine Organe versagen von alleine oder ich unternehme etwas gegen meine Krankheit.

Der letzte Entscheid war der Beste und bis jetzt bereue ich ihn überhaupt nicht. Dank der sehr schnellen Reaktion meines Hausarztes bekam ich

die Adresse der «Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie» in Zürich mit der Leitenden Ärztin Frau Dr. Gabriella Milos.

Ende Februar 2010 hatte ich das Erstgespräch und durfte die Station anschauen, wobei mir Patientinnen den Tagesablauf und die Struktur erklärten. Ich wusste, da bin ich an einem guten, richtigen Ort und liess mich auf die Warteliste setzen, jedoch mit Priorität «hoch» weil ich einen BMI von 12.9 hatte und immer noch 100 % arbeitete.

Mitte März 2010 war es dann soweit; mein Eintritt in die Klinik in der Culmannstr. 8 in Zürich wurde Tatsache. Aber ich wusste, es würde ein harter, steiniger Weg bis zum Gipfel werden!

Ich mag mich noch sehr gut an das erste Abendessen erinnern. Jeder nahm sein angeschriebenes Esstablett aus dem Esswagen und ich setzte mich an einen Tisch. Nur wir Patientinnen waren an den Tischen ohne Beobachtung von der Pflege oder sonstigen Personen. «Werden wir nicht kontrolliert?» war meine Frage und als Antwort kam: «Wir sind freiwillig hier und man macht es für sich selber, die Kontrolle ist die Waage am Dienstag und Freitag!» Für mich war das beruhigend und von Anfang an hab ich alles gegessen.

Die ersten zwei Wochen hatte ich jedoch die kleinere Portion, damit sich mein Körper, Kopf und Geist ans «Neue» gewöhnen konnte. Anschliessend erhielt ich auch die normale Portion.

**Mein Wochenablauf auf der Station mit einem BMI unter 15.5 bzw. in der Therapiephase 2**

Montags findet die Weekend-Nachbesprechung mit der Gruppe statt. Jene, die am Weekend zu Hause waren, erzählen wie es ihnen ergangen ist mit Essen, Bewegung, Freunden und Familie. Jene, die auf der Station bleiben mussten, erzählen von ihren Aktivitäten. Anschliessend gibt es eine Ruhezeit, die man im Zimmer, in Aufenthaltsräumen oder im Hof verbringt. Bei der Essensnachbesprechung am morgen wird besprochen wie sich jede nach dem Essen fühlt und welche Ängste und Zwänge aufkommen. Es wird auch darüber geredet, warum man etwas nicht gegessen hat, zum Beispiel den Rahm auf dem Dessert oder wie man sich fühlt, nachdem man es zu sich genommen hat. Ziel ist es, möglichst alles zu essen.

Der Dienstagmorgen ist gebucht für die «Bewegungstherapie», bei der man lernt, seinen Körper wieder zu spüren mit abklopfen, massieren oder schütteln. Auch die Psychodidaktik in der Gruppe mit Frau Dr. Gabriella Milos findet am Dienstag statt. Am Mittwochmorgen ist Abteilungsversammlung. Dort wird besprochen, wer Gruppenchefin respektive Stv. ist, wer Küchendienst (Teewasser vorbereiten und andere kleine Ämtli) hat, wer am Mittwochabend kochen möchte. Wegen dem Kochabend für alle Patientinnen ab der Phase 3 (BMI 15.5), findet denn auch die Essnachbesprechung am Abend um halb sieben statt. Ebenfalls am Mittwoch wird der Dienstplan des 24-Stunden-Betreuungsteam verkündet.

Die «Kreativtherapie», die mir persönlich sehr gut gefällt, findet am Donnerstagmorgen statt. Zu einem vorgegebenen Thema können sich die Patientinnen mit diversen Materialien kreativ betätigen. Das anschliessende Gruppengespräch ist für jedes Thema offen, das eine der Patientinnen einbringt.

Am Freitagmorgen gibt es die Weekendvorbesprechung, bei der die Pläne vom Wochenende besprochen werden.

Nach dem gemeinsamen Frühstück am Samstagmorgen dürfen die Patientinnen der letzten Therapiephasen nach Hause. Spätestens um 21 Uhr müssen sie am Sonntag zurück auf die Station kommen. Alle, die im Zentrum bleiben, können die Tage,

abgesehen von den Mahlzeiten, relativ frei – jedoch abhängig vom Gewichtsverlauf – gestalten. Nur die Zeit draussen ist reglementiert. Anfangs darf man zweimal 30 Minuten mit Begleitung raus, dann drei Stunden mit Begleitung, dann fünf Stunden ohne Begleitung und anschliessend ohne Beschränkung. Sobald ein BMI von 15.5 erreicht ist, darf man auch in die Körpertherapie im Wasser. Dies findet im warmen Rheumabad des Universitätsspitals statt. Dort geht es hauptsächlich darum, seinen Körper wieder wahr zu nehmen mit einfachen und angenehmen Übungen im Wasser. Zusätzlich ist zweimal wöchentlich Muskelaufbau.

Nicht zu vergessen ist auch die Einzelgesprächstherapie, welche meist nachmittags ein- bis zweimal pro Woche stattfindet.

Meine zehnte Woche geht zu Ende und ich bereue bis jetzt keinen Tag, den ich hier war. Es hat mich sehr geprägt, mit zehn sehr unterschiedlichen Frauen auf kleinem Raum zu leben. Anfangs hatte ich es nicht leicht, war bei allen anderen, nur nicht bei mir. Mittlerweile kann ich mich sehr gut auf mich selber konzentrieren und bei mir bleiben.

Wie zu Beginn geschrieben; der Weg ist hart und steinig aber es lohnt sich zu LEBEN. Das Leben hat so viele wunder-wunderschöne Dinge für uns bereit, wir müssen sie nur sehen! Wenn man ständig nur Kalorien zählt und einem Ideal hinterher rennt, verliert man den Blick fürs Schöne.

## Vorankündigung

### Internationales Symposium USZ

«Von der Neurobiologie zur Psychotherapie von Essstörungen»

Samstag, 19. März 2011

Internationale Experten:  
Prof. Dr. Janet Treasure – London  
Prof. Dr. Beate Herpertz-Dahlmann – Aachen  
Prof. Dr. Palmiero Monteleone – Neapel



### Hauptbehandlungsziele für alle Essstörungen

- Normalisierung des Essverhaltens: 3 Hauptmahlzeiten, 2–3 Zwischenmahlzeiten
- Bei Untergewicht → stufenweise Normalisierung des Gewichtes (BMI 18.5–20 kg/m<sup>2</sup>)
- Bei Normal- oder Übergewicht → stufenweise Stabilisierung des Gewichtes (BMI 20 bis 25 kg/m<sup>2</sup>)
- Psychiatrische und somatische Komorbiditäten angehen
- Faktoren, die die Essstörung unterstützen angehen

### Welche Berufsgruppen arbeiten im Zentrum für Essstörungen:

- ÄrztInnen,  
Fachbereich Psychiatrie und Psychotherapie
- Pflegefachpersonen für Psychiatrie
- Psychologin
- Körpertherapeutinnen
- Kreativtherapeutin
- Ernährungsberaterinnen
- Physiotherapeutinnen

### In Zusammenarbeit mit unseren interdisziplinären Hauptpartnern (USZ):

- Medizinische Poliklinik
- Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Klinische Ernährung
- Klinik für Gastroenterologie und Hepatologie
- Rheumaklinik und Institut für Physikalische Medizin, Osteoporose Zentrum
- Kliniken für Gynäkologie und Reproduktions-Endokrinologie
- Klinik für Viszeralchirurgie
- Zahnärztliches Institut der Universität Zürich

### Impressum

Herausgeber:  
Zentrum für Essstörungen  
Klinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie  
Culmannstrasse 8  
8091 Zürich

Telefon 044 255 52 80  
Fax 044 255 45 30

Verantwortlich:  
Gabiella Milos (gabiella.milos@usz.ch)

Auflage : 1000 Exemplare

Möchten Sie diesen Newsletter in  
Zukunft nicht mehr erhalten?  
Stimmt Ihre Adresse nicht?  
Möchten Sie diesen Newsletter in  
Zukunft in elektronischer Form erhalten?  
Wenden Sie sich an unser Sekretariat:  
Annemarie Schmidt (annemarie.schmidt@usz.ch)

