

Inhalt

Vorwort	11
Die Autoren	13
Teil A: Grundlagen	15
1 Einführung: Zur Bedeutung von Adipositas	17
<i>Sandra Becker und Stephan Zipfel</i>	
2 Diagnosekriterien der Adipositas	18
<i>Sandra Becker und Stephan Zipfel</i>	
2.1 Klassifikation	18
2.2 Epidemiologie	19
3 Ätiologie	20
<i>Sandra Becker, Isabelle Mack und Stephan Zipfel</i>	
3.1 Genetische Veranlagung	20
3.2 Essverhalten	21
3.3 Bewegungsmangel	22
3.4 Psychische Faktoren	23
3.5 Hormonelle Störungen	23
3.6 Medikamente	23
4 Stand der Therapieforschung	24
<i>Sandra Becker und Stephan Zipfel</i>	
4.1 Behandlungsmaßnahmen bei Adipositas	24
4.2 Verhaltenstherapie bei Adipositas	25
4.3 Lebensstilinterventionen bei Adipositas	28
4.4 Web-basierte Behandlung bei Adipositas	30
4.5 Grenzen von psychotherapeutischer Behandlung der Adipositas	31
5 Was empfehlen und fordern Leitlinien?	32
<i>Martin Teufel</i>	
5.1 Aktuelle Leitlinien zur Prävention und Behandlung der Adipositas	32

Teil B: Therapievoraussetzung	35
6 Interdisziplinäre Diagnostik	37
<i>Sandra Becker</i>	
6.1 Endokrinologische Diagnostik	37
6.2 Sportmedizinische Diagnostik	38
6.3 Ernährungstherapeutische Diagnostik	39
6.4 Psychosomatische Diagnostik	39
6.5 Chirurgische Diagnostik	40
6.6 Interdisziplinäre Behandlungspfade	40
7 Motivation zur Veränderung	43
<i>Sandra Becker</i>	
7.1 Herstellen eines tragfähigen therapeutischen Arbeitsbündnisses	43
7.2 Interventionen zur Überprüfung der Veränderungsmotivation	44
8 Indikationskriterien für ambulante bzw. stationäre oder teilstationäre psychotherapeutische Behandlung	49
<i>Martin Teufel</i>	
Teil C: Therapie	51
9 Standardbehandlung der Adipositas bei einem BMI zwischen 30 und 40 kg/m²	53
<i>Sandra Becker, Roswitha Schabert und Isabelle Mack</i>	
9.1 Behandlungsinhalte und Rahmenbedingungen	53
9.2 Einführung in das Gruppentherapieprogramm (Sitzung 1)	57
9.3 Gewichtsziele und Bewegungsmanagement (Sitzung 2)	63
9.4 Ernährungsmanagement (Sitzung 3 und 4)	68
9.5 Ernährungsmanagement und Analyse von ungünstigem Essverhalten (Sitzung 5 und Sitzung 6)	73
9.6 Erarbeitung von Bewältigungsstrategien für ungünstiges Essverhalten (Sitzung 7 und Sitzung 8)	78
9.7 Ernährung- und Bewegungsmanagement (Sitzung 9)	82
9.8 Körperbild und Körperwahrnehmung (Sitzung 10)	85
9.9 Zwischenbilanz zum bisherigen Verlauf (Sitzung 11)	88
9.10 Kognitive Intervention zum Körperbild (Sitzung 12 und Sitzung 13)	92
9.11 Selbstfürsorge und Achtsamkeit (Sitzung 14 und Sitzung 15)	96
9.12 Rückfallprophylaxe (Sitzung 16)	101
9.13 Bilanzierung und Überleitung zur Phase der Gewichtsstabilisierung (Sitzung 17)	104
9.14 Abschied und Übergang in die Nachsorgephase (Sitzung 18)	107
9.15 Nachsorgephase	108

10	Behandlung der Adipositas bei komorbiden psychischen Störungen	111
	<i>Sandra Becker</i>	
10.1	Psychische Komorbidität bei Adipositas	111
10.2	Einführung zur Binge-Eating-Störung (BES)	112
10.3	Klassifikation und diagnostische Kriterien der BES	112
10.4	Unterschiede zwischen Adipositas mit BES und Adipositas ohne BES	114
10.5	Epidemiologie	114
10.6	Ätiologie	115
10.7	Verlauf und Prognose	116
10.8	Psychotherapeutische Behandlungsansätze	117
11	Begleitende Psychoedukation und Psychotherapie nach einer bariatrischen Operation	119
	<i>Martin Teufel und Beate Wild</i>	
11.1	Psychoedukation nach Adipositaschirurgie	119
11.2	Psychotherapie nach Adipositaschirurgie	124
12	Neurophysiologie und Pharmakologie bei Adipositas	128
	<i>Albrecht Rilk</i>	
12.1	Physiologische Regulation der Nahrungsaufnahme	128
12.2	Adipositas und Psychopharmaka	129
12.3	Antiadiposita	133
	Literatur	136