

Erkrankungen, die durch falsches Essverhalten und eine ungesunde Lebensweise bedingt oder gefördert werden, nehmen immer weiter zu. Die Behandlung dieser sogenannten Wohlstandskrankheiten verursacht inzwischen immense Kosten, die von Fachleuten auf über 60 Milliarden Euro jährlich beziffert werden.

Prävention und Therapie dieser meist chronischen Erkrankungen wurden lange vernachlässigt. Erst in den letzten Jahren hat man die Notwendigkeit einer frühzeitigen und konsequenten Behandlung erkannt. Neue Therapiekonzepte schließen nun auch präventive Maßnahmen ein.

Bei der Behandlung von ernährungsabhängigen Erkrankungen (siehe Tabelle) wird in der Klinik Hohenfreudenstadt, Klinik für Prävention und Rehabilitation, ein ganzheitliches Therapiekonzept unter Einbeziehung natürlicher Heilverfahren praktiziert.

Ernährungsbedingte Erkrankungen:

- Adipositas (Übergewicht)
- Arterielle Hypertonie
- Diabetes mellitus Typ 2
- Hyperurikämie und Gicht
- Fettstoffwechselstörungen
- Nierenerkrankungen
- Darmerkrankungen
- Krebserkrankungen
- Osteoporose
- Koronare Herzkrankheit
- Lebensmittelallergien
- Hauterkrankungen (z. B. Neurodermitis)
- Rheumatische Erkrankungen



Ernährungsumstellung in der Klinik Hohenfreudenstadt

Während des Aufenthaltes werden Sie durch ernährungsmedizinisch erfahrene Fachärzte und Ernährungsfachkräfte betreut. Zu Beginn werden die persönlichen Ernährungsprobleme besprochen, mit jedem Patienten ein individuell auf ihn zugeschnittenes Therapiekonzept entworfen und gemeinsame Therapieziele vereinbart. Im Mittelpunkt stehen dabei die tägliche Selbsterfahrung mit der neuen Ernährungsweise sowie praktische Hilfen bei der Umsetzung der neuen Erkenntnisse in Form von Einzelgesprächen, Ernährungsvorträgen, Seminaren und Lehrküchentraining.

Die ernährungstherapeutischen Maßnahmen werden dabei durch Bewegungstherapie und verhaltenstherapeutische Angebote ergänzt. Eine wichtige Herausforderung für uns ist:

Lassen sich die neuen Lebens- und Ernährungsweisen auch im Alltag beibehalten?

Denn eines ist klar: Nur durch eine nachhaltige Umstellung der Ernährungsgewohnheiten können die während des Aufenthaltes erreichten Erfolge auch langfristig gesichert werden. Hierüber aufgeklärt lernen die Patienten bereits von Anfang an, wie die erfolgreiche „Hilfe zur Selbsthilfe“ aussehen kann. Die Umsetzung im Alltag wird unterstützt durch Verhaltenstraining, Informationsmaterialien in Text- und Bildform, durch viele praktische Tipps sowie ein Nachsorgenetzwerk im Internet (www.ernaehrung.de)

- ärztliche Untersuchung und Beratungsgespräch mit Festlegung des Therapiekonzeptes *
- Einzelernährungsberatung *
- Seminar Gewichtsreduktion *
- Vorträge (gesunde Ernährung, Trainingsgestaltung)
- psychologisch geführte Essverhaltensgruppe *
- Adipositasportgruppe/Aquajogging
- Ausdauersport (Walking, Ergometertraining)
- Allgemeine Gymnastik
- Wassergymnastik
- Entspannungstechniken
- Massage (1x/Woche)
- Balneo-Hydrotherapie nach Kneipp (Kneipp'sche Güsse)
- Schwimmen im Hallenbad
- Sauna

Die mit * gekennzeichneten ärztlichen Leistungen werden nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) berechnet.