

## Anmeldung

Bitte vereinbaren Sie einen Vorstellungstermin bei unseren Ärzten für Kinder- und Jugendpsychiatrie zusammen mit Ihrem Kind, entweder

- im Wagenhaus MVZ, Am Stadtsee 9 in Rendsburg, Tel. 04331-1323201, oder
- im Zollhaus Gesundheits-Zentrum Schiffbrücke 8 in Eckernförde, Tel. 04351-893408.



?

Wie kann ich mit Genuss satt werden, ohne zuzunehmen?

?

Wie kann ich mich wohlfühlen in meiner Haut und mit anderen?

?

Wie bekomme ich wieder Spaß an Bewegung?

?

Wie können wir als Eltern unser Kind beim Gewicht halten oder Abnehmen unterstützen?

?

aktiver  
gesünder

*Kinderleicht*  
Rendsburg

**Behandlung von  
Übergewicht bei  
Kindern und  
Jugendlichen**

Wagenhaus Medizinisches Versorgungszentrum  
Am Stadtsee 9, 24768 Rendsburg  
Tel. 04331-13 23 201, Fax 04331-13 23 297  
[www.wagenhaus-mvz.de](http://www.wagenhaus-mvz.de)

Zollhaus Gesundheits-Zentrum  
Schiffbrücke 8, 24340 Eckernförde  
Tel. 04351-893407 / [www.zogez.de](http://www.zogez.de)

## Kinderleicht

„Kinderleicht“ ist ein Angebot unserer Zentren bei Übergewicht von Kindern und Jugendlichen.

Die Frage, wann Übergewicht behandelt werden sollte, wird von Patienten, Eltern und anderen Personen häufig sehr unterschiedlich beantwortet. Die Folgen von Übergewicht können sowohl psychischer als auch organischer Art sein. Gewöhnung und Gewohnheiten spielen bei der Gewichtsentwicklung eine zentrale Rolle. Demnach kann nur eine gesunde Lebensführung von dauerhaftem Erfolg sein.

★

Das **Angebot** richtet sich an Kinder, Jugendliche und deren Eltern. Da bei der Behandlung der erzieherische Einfluss der Eltern und die Anpassung der Lebensgewohnheiten eine wichtige Rolle spielen, werden die Eltern bei uns intensiv mit einbezogen.

★

Das oberste **Ziel** ist es, eine gesunde Lebensführung zu erreichen, die die Gewichtsprobleme löst. Kinder im Wachstum sollten dafür ihr Gewicht über einen längeren Zeitraum konstant halten. Bei Jugendlichen, die nicht mehr wachsen, ist eher eine stetige geringe Gewichtsabnahme erforderlich, die über mehrere Monate anhält. Das „Wohlfühlen in der eigenen Haut“ führt häufig auch zu mehr Selbstbewusstsein in anderen Lebensbereichen.

★

Um einen geeigneten **Behandlungsbeginn** festzulegen, beziehen wir die individuelle Situation der Patienten und ihrer Familien mit ein.

★

Die **Therapie** besteht aus drei wesentlichen Bereichen: Bewegung, Ernährung und Erziehung. Die gesunde Lebensführung steht im Mittelpunkt der Therapie. Um einen dauerhaften Erfolg zu sichern, ist meist eine längerfristige Begleitung sinnvoll, die hilft, einen Stillstand der positiven Entwicklungsschritte zu überwinden. Empfehlungen für Diäten, die Einnahme von Medikamenten oder chirurgische Eingriffe gehören **nicht** in unser Therapiekonzept.

★

### Themenbeispiele

- Was ist eigentlich gesunde Ernährung?
- Was kann ich selbst tun, um gesund zu leben?
- Wie kann ich meinen Alltag aktiv gestalten?
- Welchen Sport kann ich treiben?
- Notwendige Verhaltensregeln
- Regelmäßige Gewichtskontrolle?
- Wie können Eltern die gesunde Lebensführung ihres Kindes unterstützen?

★

★

Das **Angebot** wird als Einzelbehandlung stattfinden.

★

Die **Kosten** für eine Einzelbehandlung übernehmen die Krankenkassen.

★

**Weitere Informationen** erhalten Sie in einem Vorstellungstermin, den unsere Anmeldung vergibt.

★