

Der erste Schritt –

Ich fälle eine Entscheidung!

Ich brauche Hilfe!

Der erste Schritt besteht darin, sich einzugestehen: Ich schaffe es nicht allein.

Der zweite Schritt ist die Entscheidung, Hilfe zu suchen und anzunehmen. Dies ist ein Wendepunkt.

Selten gelingt es das Problem alleine zu lösen. Es gibt viele Möglichkeiten der Hilfe. Sich einem vertrautem Menschen – dem Partner, einer guten Freundin, einem Familienmitglied anzuvertrauen, ist ein erster Schritt Hilfe anzunehmen.

Wann beginnt eine Ess-Störung?

- Sie haben permanent Angst zu dick zu sein?
- Drehen sich Ihre Gedanken nur noch ums Essen?
- Verschlingen Sie heimlich Unmengen von Nahrungsmitteln, um sie danach zu erbrechen?
- Wird ihr Umgang mit Essen immer zwanghafter?
- Machen Sie häufig Diäten? Nehmen Sie Entwässerungs- oder Abführmittel oder treiben übermäßig Sport? Glauben Sie zu fett zu sein obwohl immer wieder Leute sagen, wie dünn Sie sind?

Kreis Paderborn

Gesundheitsamt

Geschäftsstelle

der kommunalen Gesundheitskonferenz

Tel. 05251/308288

Riesenbergm@kreis-paderborn.de

Internet: www.kreis-paderborn.de

Ess-Störungen

Hilfsangebote im Kreis Paderborn



Kreis
Paderborn

Ein Hilfenetz für Beratung, Behandlung und Nachsorge im Kreis Paderborn

Die Zahl der Menschen mit Ess-Störungen steigt. Es sind inzwischen auch zunehmend mehr junge Männer betroffen. Bei Ess-Störungen handelt es sich keineswegs um eine vorübergehende Erscheinung, sondern um eine ernsthafte Erkrankung. Ess-Störungen bedeuten häufig großes Leid für Betroffene und ihre Angehörigen und können eine Reihe von gravierenden Folgeerkrankungen nach sich ziehen.

Die Übersicht beinhaltet Hilfsangebote für Menschen mit Ess-Störungen und deren Angehörige. Sie wurde von den Mitgliedern der Arbeitsgruppe „Essstörungen“ der kommunalen Gesundheitskonferenz unter Vorsitz des Landrates Manfred Müller erstellt. Die Auflistung gibt einen Überblick über Unterstützungsmöglichkeiten. Es gibt die Möglichkeit der Einzelberatung, des Gruppengesprächs, telefonischer Beratung, ambulanter und stationärer Behandlung.

Ziel ist es frühzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Die Informationen und Hinweise auf diesem Flyer ersetzen keinen Arztbesuch.

Übersicht über die Angebote im Kreis Paderborn

Menschen mit Ess-Störungen brauchen medizinische, psychotherapeutische und psychosoziale Behandlung. Eine zusätzliche Beratung von Angehörigen ist wichtig. Es sollte der eigene Wunsch nach Veränderung vorhanden sein.

Sozialpsychiatrischer Dienst

Tel.: 05251/308295

E-Mail: rotthoffc@kreis-paderborn.de

Information über Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten auch für Betroffene mit Ess-Störungen und deren Angehörige incl. Adressenliste über Hilfsangebote, Aufklärung zum Betreuten Wohnen nach Klinikentlassung, Information über Krankheitsbilder

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche in Paderborn

Tel.: 05251/26317

E-Mail: eb-paderborn@caritas-pb.de

in Schloß Neuhaus

Tel.: 05254/ 4095

E-Mail: eb-paderborn@caritas-pb.de

in Büren

Tel.: 02951/3542

E-Mail: eb-paderborn@caritas-pb.de

Freies Beratungszentrum- Schwerpunkt Erziehung in Paderborn

Tel.: 05251/150950

E-Mail: fbz.paderborn@t-online.de

Suchtkrankenhilfe, Angeleitete Selbsthilfe-Gruppe für Essgestörte in Paderborn

Tel.: 05251/22508

E-Mail: skh-verwaltung@caritas-pb.de
waagemut@online.de

Lobby – Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche In Konfliktsituationen

Tel.: 05251-207469

E-Mail: lobby@caritas-pb.de

Übersicht über Angebote im Kreis Paderborn und Auswärtige Informations- und Hilfsangebote:

Psychotherapie für Essgestörte

Information: www.psychotherapeutenverein.de

Therapieplatzvermittlung in Paderborn:

Tel.: 05251/6931652 Mo-Fr 9-12 Uhr,

Therapieplatzvermittlung der Kassenärztlichen

Vereinigung WL: Tel.: 0231/94323-851bis 855

Kinder- und Jugendpsychiatrie und – psychotherapie in Paderborn

Tel.: 05251/146528 (Tagesklinik)

Tel.: 05251/1465-0 (Ambulanz)

E-Mail: rainer.fischer@wkp-lwl.org

LWL- Klinik in Paderborn

Tel.: 05251/295114 (Ambulanz)

Tel.: 05251/16092230 (Tagesklinik)

FAX: 05251/595-300

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige zu erfragen über:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn

Tel.: 05251/8782960

Spechzt: Mo –Mi 9.30 -12.30 Uhr, Do 15-18 Uhr

E-Mail: selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org

Telefonberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) :

Tel.: 0221/892031. Sprechzt: Mo- Do 10 - 22 Uhr u.
Fr bis So 10 und 18 Uhr einschl. Feiertage.

SkF „Belladonna“

Beratung für Frauen, Kinder und Jugendliche

bei sexueller Gewalt und häuslicher Gewalt

Tel.: 05251/12196-19, Mo-Fr 9-11.30 Uhr

E-Mail: belladonna@skf-paderborn.de

Universität Paderborn, Psychologische Beratung

Tel.: 60-3831

E-Mail: barbara-sawall@upb.de