



Therapievereinbarung für Patienten/Patientinnen mit Magersucht (Anorexia nervosa)

Die Magersucht ist eine schwere, lebensbedrohliche psychosomatische Krankheit, die zu schwerwiegenden Beeinträchtigungen der körperlichen, psychischen und sozialen Entwicklung führt und unbehandelt in 10-15% der Fälle tödlich endet.

Bei der Magersucht sind körperliche und psychische Beschwerden eng miteinander verknüpft.

Um körperliche und psychische Folgeschäden durch Untergewicht zu verhindern, ist ein wesentliches Ziel der Behandlung eine Normalisierung des Gewichts.

In dieser Therapievereinbarung erklärst du dich bereit, dich um ein gesundes Körpergewicht zu bemühen. Wir werden dir dabei verschiedene Hilfestellungen geben. Gelingt eine Gewichtszunahme nicht, können wir dir mit unseren Mitteln und Möglichkeiten nicht hinreichend helfen und müssen dich entlassen.

Normgewicht, Basisgewicht und Mindestgewicht

Wir benutzen zur Berechnung von Gewichtskriterien den

Body-Maß-Index (BMI) = (kg/m²) → siehe Anlage D

Bei deiner Körpergröße von ____m ist dein **Normgewicht** dasjenige Gewicht, das mindestens 50% der Gleichaltrigen mit deiner Körpergröße haben (BMI Alter/50. Perzentile).

Dein **Normgewicht** liegt bei: kg.

Dein **Basisgewicht** sollst du während deiner Behandlung bei uns erreichen. Es ist dasjenige Gewicht, das – abhängig von der Körpergröße – mindestens 25% der Gleichaltrigen haben (BMI Alter/25. Perzentile). Es ist Voraussetzung für alle körperlichen Grundfunktionen.

Dein **Basisgewicht** beträgt: kg.

Für eine Behandlung bei uns ist ein **Mindestgewicht** (Basisgewicht minus 6 kg) erforderlich.

Dein **Mindestgewicht** für die Behandlung in unserer Klinik liegt bei: kg.



Verstärkerplan, Protokolle, Gewichtskurve, Zusatzplan und Ernährungsplan

Der Verstärkerplan beginnt mit dem Tag der ersten Esssprechstunde. Diese findet in der Regel in der ersten Woche deiner Behandlung und im Verlauf 1x/ Woche statt. Bis zum Erreichen des **Basisgewichtes** hilft dir ein **Verstärkerplan** (Anlage A), ein gesundes Körpergewicht und Essverhalten zu erreichen.

Wir erwarten von dir eine **Gewichtszunahme von durchschnittlich 500g pro Woche oder mehr**, solange bis du dein Basisgewicht erreicht hast (siehe Gewichtskurve).

Zum Essen bekommst du ausgewogene Mischkost (auch vegetarisch), die auf 3 Haupt- und 2 Zwischenmahlzeiten verteilt ist. In Absprache mit deinem Arzt erhältst du einen festgelegten **Ernährungsplan** (Anlage E). Der Energiegehalt ist so gewählt, dass du, wie vereinbart, kontrolliert Gewicht zunehmen kannst. Daher ist es notwendig, dass du deine Portionen aufisst.

Die zum Essen benötigte Zeit soll 30 Minuten beim Mittagessen und 15 Minuten beim Frühstück und Abendessen nicht überschreiten. Zwischenmahlzeiten müssen von dir zu festgelegten Zeiten im Pädagogenbüro eingenommen werden. Da die Vermeidung bestimmter Nahrungsmittel zu deiner Krankheit gehört, sollst du in deiner Behandlung lernen, wieder alles zu essen. Du erhältst alle Nahrungsmittel von uns. Zusätzliche Nahrungsmittel müssen mit deinen Pädagogen bzw. in der Esssprechstunde abgesprochen sein.

Um besser einschätzen zu können, welche Fortschritte du machst, führst du ein **Selbstbeobachtungsprotokoll** (Anlage C) und eine **Gewichtskurve**, die in den Esssprechstunden mit der Ärztin und einem Pädagogen deiner Gruppe besprochen werden. Der Wechsel in eine andere Stufe des **Verstärkerplans** und andere Vereinbarungen werden in der Esssprechstunde festgelegt.

Du wirst 3x pro Woche, an wechselnden Tagen, gewogen. Als Entscheidungsgrundlage für deinen **Verstärkerplan** dient das letzte Gewicht vor der jeweiligen Esssprechstunde. Wenn die erwartete Gewichtszunahme unterhalb des vereinbarten „Korridors“ liegt, tritt der Zusatzplan (Anlage B) in Kraft.

Datum: _____ Patientin: _____
-

Mentorin: _____ Eltern: _____
-

Psycho-
therapeutIn: _____ ÄrztIn: _____
-



Anlage A

Verstärkerplan

Stufen	Gewichtsformel	errechnetes, individuelles Gewicht	Regelungen
Stufe A	Mindestgewicht (Basisgewicht minus 6 kg)		<ul style="list-style-type: none">• Aufenthalt ausschließlich auf der Stationsgruppe,• eine Stunde Bettruhe nach allen Hauptmahlzeiten
Stufe B	ab Basisgewicht minus 5 kg		<ul style="list-style-type: none">• Aufenthalt ausschließlich auf der Stationsgruppe,• eine Stunde Bettruhe nach allen Hauptmahlzeiten,• eine Stunde Werkstattbesuch am Morgen, → in Werkstattfreien Zeiten eine Stunde im Haus,• am Nachmittag 10 Minuten auf dem Gelände
Stufe C	ab Basisgewicht minus 4 kg		<ul style="list-style-type: none">• Bettruhe nach den Mahlzeiten aufgehoben,• eine Stunde Werkstattbesuch am Morgen, → in Werkstattfreien Zeiten eine Stunde im Haus,• eine Schulstunde am Morgen,• am Nachmittag und am Abend jeweils 30 Minuten auf dem Gelände
Stufe D	ab Basisgewicht minus 3 kg		<ul style="list-style-type: none">• normaler Schulbesuch und Werkstattbesuch, → in Werkstattfreien Zeiten eine Stunde im Haus,• am Wochenende Teilnahme an einer Aktion nach Absprache (kein Sport),• am Nachmittag und am Abend jeweils 30 Minuten auf dem Gelände
Stufe E	ab Basisgewicht minus 2 kg		<ul style="list-style-type: none">• Heimfahrt am Wochenende nach Absprache möglich,• Teilnahme am Aktionstag (kein Sport),• am Nachmittag und am Abend jeweils eine Stunde auf dem Gelände,• normaler Schul- und Werkstattbesuch
Stufe F	ab Basisgewicht minus 1 kg		<ul style="list-style-type: none">• zweimal in der Woche Stadtausgang für je zwei Stunden,• Heimfahrt am Wochenende nach Absprache möglich,• Teilnahme am Aktionstag (kein Sport),• normaler Schul- und Werkstattbesuch
Ende des Verstärkerplans	ab Basisgewicht		<p>ab hier gelten individuelle Vereinbarungen, → z.B. ist Sport möglich</p>



Anlage B

Zusatzplan

<p>→ 500g Gewichtszunahme im vereinbarten „Korridor“ nicht erreicht:</p>	<p>„gelbe Karte“</p>	<p>Auflagen:</p> <ul style="list-style-type: none">• 500g Gewichtszunahme + nicht erreichte Gewichtszunahme nachholen bis zur nächsten Esssprechstunde• für eine Woche zurück auf Stufe A• täglich 2 Flaschen Fresubin-Trinknahrung oder 2 Energieriegel zusätzlich zum Ernährungsplan
<p>→ nach „gelber Karte“ vereinbarte Gewichtszunahme nicht erreicht:</p>	<p>„rote Karte“</p>	<p>Konsequenzen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Timeout (1 Nacht)• individuelle Gewichtsvereinbarung bis zur nächsten Woche• täglich 3 Flaschen Fresubin-Trinknahrung oder 3 Energieriegel zusätzlich zum Ernährungsplan• für eine Woche auf Stufe A
<p>→ nach „roter Karte“ vereinbarte Gewichtszunahme nicht erreicht:</p>	<p>Entlassung</p>	

Alle verordneten Therapien finden in jeder Stufe des Verstärkerplans statt!
Sport findet erst nach Abschluss des Verstärkerplans statt.



Body-Maß-Index für weibliche Jugendliche
(Altersbezogene BMI-Werte für weibliche Jugendliche nach der
Saarländischen Wachstumsstudie 1994 - 2002)

-Body-Maß-Index: BMI = Körpergewicht/Körpergröße (kg/m²)

Alter (Jahre)	BMI (2,5%)	BMI (5%)	BMI (10%)	BMI (25%)	BMI (50%)	BMI (75%)
10	13,4	13,9	14,5	15,7	17,3	19,3
11	13,8	14,3	15,0	16,2	17,9	19,9
12	14,3	14,9	15,5	16,8	18,5	20,5
13	15,0	15,5	16,2	17,4	19,1	21,1
14	15,8	16,3	16,9	18,1	19,7	21,6
15	16,5	17,0	17,6	18,7	20,2	22,1
16	17,0	17,5	18,1	19,2	20,6	22,4
17	17,3	17,8	18,4	19,5	20,9	22,7
18	17,6	18,1	18,6	19,7	21,1	22,9
19	17,9	18,3	18,9	19,9	21,3	23,1
20	18,1	18,6	19,1	20,2	21,6	23,3

Body-Maß-Index für männliche Jugendliche
(Altersbezogene BMI-Werte für männliche Jugendliche nach der
Saarländischen Wachstumsstudie 1994 - 2002)

-Body-Maß-Index: BMI = Körpergewicht/Körpergröße (kg/m²)

Alter (Jahre)	BMI (2,5%)	BMI (5%)	BMI (10%)	BMI (25%)	BMI (50%)	BMI (75%)
10	14,1	14,5	15,0	15,9	17,2	19,0
11	14,6	15,0	15,5	16,6	18,0	19,9
12	14,9	15,4	16,0	17,1	18,6	20,6
13	15,3	15,8	16,4	17,5	19,1	21,2
14	15,7	16,2	16,8	18,0	19,7	21,8
15	16,1	16,7	17,3	18,6	20,4	22,5
16	16,6	17,2	17,9	19,3	21,1	23,3
17	17,1	17,7	18,5	19,9	21,7	24,0
18	17,6	18,2	19,0	20,4	22,3	24,6
19	18,0	18,6	19,4	20,9	22,8	25,1
20	18,3	19,0	19,8	21,3	23,3	25,6

Basisgewicht (kg) = 25. BMI-Altersperzentile * Körpergröße²



Ernährungsplan

Mahlzeit	Auswahlmöglichkeiten	persönliche Auswahl (wird in ESS ¹ festgelegt)
Frühstück 8.00 -8.15 Uhr (auch in den Ferien)	2 Brötchen oder 2-3 Scheiben Brot mit: <input type="checkbox"/> Butter/Margarine (P ²) <input type="checkbox"/> Marmelade/ Honig (P) <input type="checkbox"/> Nusspli (P) oder 1 großes Müsli oder Haferflocken ³ mit 1 Becher ⁴ Vollmilch und 1 Becher Vollmilch/Kakao oder Saft	
Zwischen- mahlzeit Ca. 10 Uhr	1 Becher Joghurt 3,5% natur /Fruchtjoghurt, 1 Apfel oder andere Portion Obst 1 Becher Saft	
Mittagessen 13.00 bis 13.30 Uhr	1 Portion (Hauptmahlzeit und Nachtisch) und 1 Becher Saft	Vorportioniert oder selbst portioniert mit Standardschüssel
Zwischen- mahlzeit Ca. 15.00 Uhr	1 Müsliriegel oder 1 süßes Teilchen und 1 Becher Saft	
Abendessen 18.30 Uhr - 18.45 Uhr	3 Scheiben Brot mit Butter, Wurst, Käse und Gemüse und 1 Becher Saft	

1 Esssprechstunde

3 Standardschüssel gefüllt bis oberer Rand

2 Standardportion

4 Standardbecher (transparent)

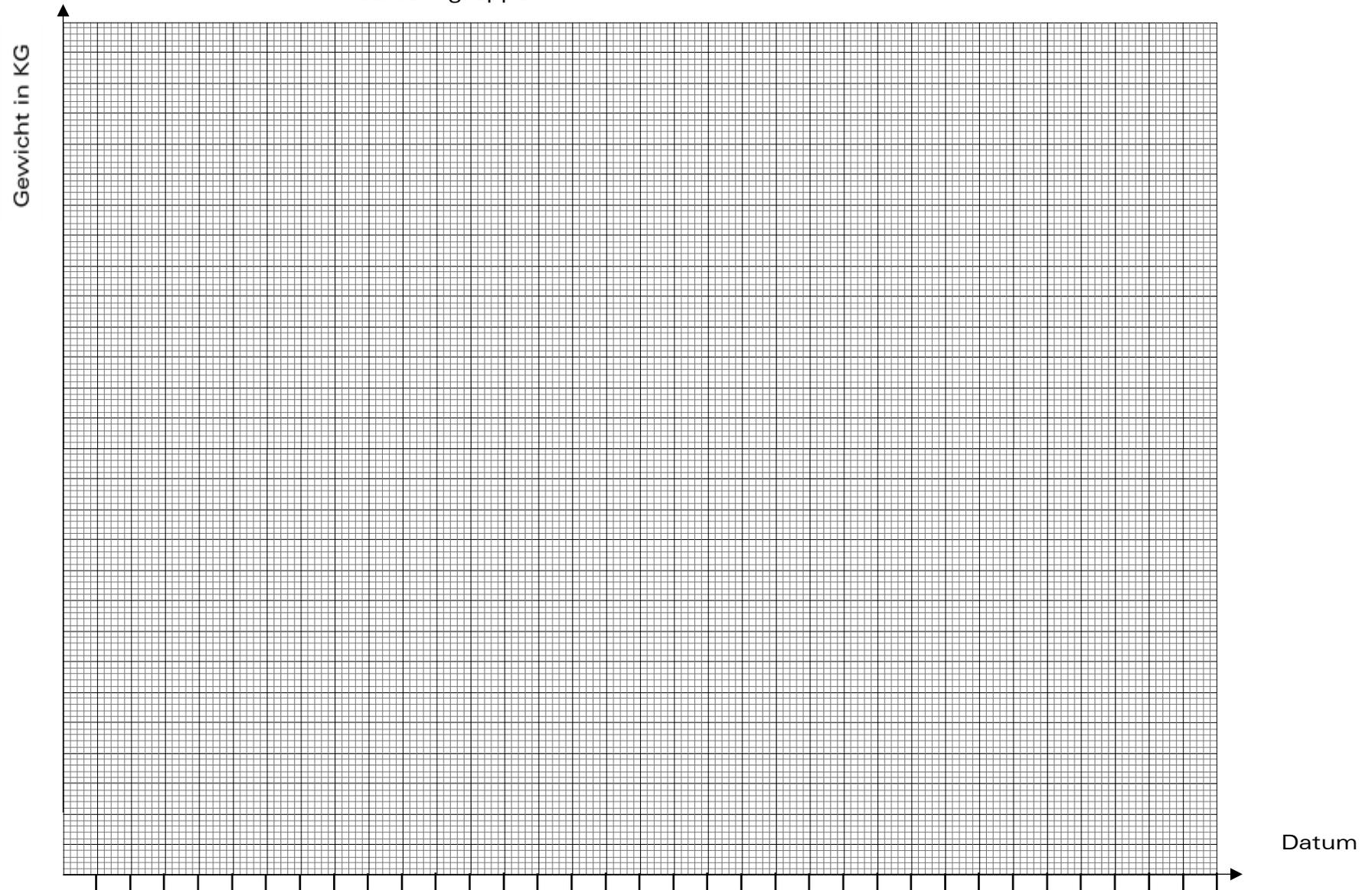
Aus gesundheitlichen Gründen solltest du noch zusätzlich 1 l Flüssigkeit zu Dir nehmen.



Klinik Haus Vogt Anorexiekonzept - Gewichtskurve

Patient:

Stationsgruppe:





Klinik Haus Vogt Beispielgewichtskurve - Ausgangsgewicht 40.4 kg

Patient: Maximiliane Mustermann

Stationsgruppe: 3

