



Adipositas ganzheitlich behandeln

Die Kraft der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) im stationären Rahmen

Adipositas – Mehr als nur ein Gewichtsproblem

Adipositas ist eine komplexe, chronische Erkrankung. Oft haben Betroffene bereits zahlreiche Diäten und Rückschläge hinter sich. Der Frust sitzt tief und der Körper scheint im „Überlebensmodus“ gefangen zu sein. In unserer Klinik betrachten wir Übergewicht nicht als Ausdruck mangelnder Disziplin, sondern als mentales, emotionales und metabolisches Ungleichgewicht.

Übergewicht und Adipositas ist kein Thema „nur“ der Ästhetik, sondern ein ernstzunehmendes Gesundheitsproblem mit erheblichen Risiken für Betroffene. So steigt das Risiko bei Übergewichtigen mit jedem zusätzlichen Kilo Körpergewicht einen Diabetes 2 oder Bluthochdruck zu entwickeln. Bei Adipositas, BMI ü.30, steigen folgende Krankheitsrisiken:

- Bluthochdruck (Hypertonie)
- Insulinresistenz & Diabetes Typ 2
- Arteriosklerose (Verkalkung der Gefäße)
- Gicht (Hyperurikämie)
- Fettstoffwechselstörungen
- Fettleber
- Gelenkverschleiß (Arthrose)

Schritte in die Klinik am Steigerwald

- Rufen Sie an, wir senden Ihnen unseren Hausprospekt mit einem Fragebogen gerne per Post zu. Sie finden den Fragebogen für eine stationäre Krankenhausbehandlung auch unter:
- Nach Eingang des ausgefüllten Fragebogens wird Sie eine Ärztin der Klinik für Sie kostenfrei anrufen, um mit Ihnen Ihre persönliche Krankheitssituation und die Möglichkeiten eines stationären Aufenthaltes zu besprechen.
- Nach einer stationären Behandlung schließt sich in der Regel eine ambulante Weiterbehandlung an.
- Es besteht Beihilfefähigkeit
- Akutaufnahme ist möglich



[www.tcmklinik.de/
Schritte in die Klinik](http://www.tcmklinik.de/Schritte%20in%20die%20Klinik)



Klinik
am Steigerwald

Chinesische Medizin und
biologische Heilverfahren

Waldesruh, 97447 Gerolzhofen

Tel: 0 93 82 / 949 - 0

www.tcmklinik.de



ADIPOSITAS: DAS BEHANDLUNGSKONZEPT MIT CHINESISCHER MEDIZIN



Adipositas



Adipositas ganzheitlich mit Chinesischer Medizin behandeln

Ein erster Schritt in ein leichteres Leben

Ein Patient berichtet:

„Schon nach der ersten Woche merkte ich, was für eine Wirkung dieser Ort für mich hatte. Ich konnte mich entspannen, fühlte mich sehr wohl und aufgehoben. Einfach am richtigen Ort. Die Dekotte machten mich Anfangs leicht müde. Aber sie zeigten ihre Wirkung. In den fünf Wochen habe ich 15 kg abnehmen können. Mein Stoffwechsel kam endlich wieder in Fahrt. Meine anfängliche Gehunsicherheit (ich hatte Schwankschwindel) wich allmählich und jetzt kann ich wieder sicher auf meinen Beinen stehen, und auch wieder an kleinere Wanderungen denken. Alles in allem möchte ich mich bei den Ärzten und dem Pflgeatam bedanken. Sie haben alle sehr viel Erfahrung, Einfühlungsvermögen, und für mich viele neue Körpertherapien, die genau immer zum richtigen Zeitpunkt kamen. Ich gehe gestärkt nach Hause.“

Thomas R. Patient 2025

Ihr Aufenthalt bei uns

Was Sie erwartet:

Fachärztliche Betreuung: Eine enge Verzahnung von moderner Schulmedizin und Traditioneller Chinesischer Medizin.

Zeit für Diagnostik: Wir nehmen uns Zeit für eine ausführliche Erstanamnese und tägliche Folgediagnostik Gemeinschaft: Austausch mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen.

Nachhaltigkeit: Wir erarbeiten mit Ihnen einen Plan für die Zeit nach der Klinik, damit der „Jojo-Effekt“ keine Chance hat und Ihre ambulante Weiterbehandlung gesichert ist.

Müssen Sie Vorkenntnisse in TCM haben?

Nein, Ihr Wunsch und Ihre Bereitschaft zur Veränderung ist die einzige Voraussetzung.



Chefärztin Frau Dr. Silke Gerland erklärt die Therapie

Warum Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) bei Adipositas?

Während die westliche Medizin oft auf Kalorienzählen, Abnehmspritzen und chirurgische Eingriffe setzt, sucht die TCM nach der Wurzel des Problems.

Hilfen aus der Chinesischen Medizin – ein Perspektivwechsel

Das Betrachten des Essverhaltens ist sicherlich nicht falsch, aber ein verkürzter Blick. Für die Komplementärmedizin ist längst die Frage wichtig: Was kommt von den Mengen des Verzehrs denn tatsächlich im Organismus an – auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene?

Körperliche Ebene

Die Chinesische Medizin spricht von „Tan“, wenn der Patient ausleitungspflichtige Stoffe anreichert, die ausgeschieden werden sollten. Dieser Tan bildet Depots im Körper. Ab einer gewissen Größenordnung stellen sie ein Hindernis für fast alle versorgenden und ausleitenden Wege im Organismus dar. Es entsteht eine relative Unterversorgung im Organismus bei reich gefülltem Teller. Dem Hang etwas essen zu müssen, liegt also auch eine körperliche Ursache zugrunde.

Emotionale Ebene

Alle Menschen haben Wünsche und Bedürfnisse: nach Anerkennung und sozialer Bestätigung, beruflichem Erfolg, zwischenmenschlicher Nähe, Nahrung und Genuss, Schlaf und Erholung. Es ist eine wunderbare Fähigkeit des Menschen, die Unzufriedenheit, Verletzung oder Beschädigung in einem Bereich mit einem erreichbaren Wunsch aus einem anderen Bereich auszugleichen. Die Nahrungsaufnahme ist die naheliegendste Verlagerungstechnik. Das Angebot ist geradezu grenzenlos.



Kräuter für die Chinesische Arzneitherapie

Mentale Ebene – „Neinsagen“ können
Eigenverantwortung ist ein Zauberwort. Eigenverantwortung ermöglicht einen hohen Grad an Selbständigkeit und Erkenntnis, wie es im eigenen Leben weitergehen soll. Es basiert auf der Fähigkeit „Nein“ sagen zu können. Ein Nein wird meist als Gefährdung der sozialen Eingebundenheit erlebt und daher

eher gemieden. Wer das Nein-Sagen gar nicht gelernt oder verlernt hat, nimmt alles in sich auf und verliert sein Profil: als Person und möglicherweise auch figürlich.

Der Funktionskreis „Mitte“ der Chinesischen Medizin – Vereinigung der Ebenen

Alle traditionellen Medizinsysteme verbinden in ihrer Diagnostik körperliche, emotionale und mentale Ebenen. In der TCM vereinigt der Funktionskreis „Mitte“ die drei Bereiche und ermöglicht eine diagnostische Tiefe und zielgerichtete Therapie.

Mögliche Ursachen aus Sicht der TCM sind eine Schwäche der „Mitte“ (Milz-Qi-Mangel), Stauungen im Energiefluss (Leber-Qi-Stagnation), Ansammlung von „Feuchtigkeit“ und „Schleim“ im Körper.



Methoden

- Chinesische Arzneitherapie
- Akupunktur
- Körpertherapie (60 Min.)
 - Shiatsu
 - Tuina
 - Cranio-Sacral-Therapie
 - Massagen
 - Psychotonik
- Qi Gong
- Diätetik
- Bewegung
- Psychotherapeutische Gespräche
- Schulmedizinisches Basisprogramm

Unser Therapiekonzept – Stationäre Synergie

Unsere Therapie ist der Einstieg in eine langsame Entwicklung des Abnehmens. Die Kultur der Langsamkeit ist wichtig und durchzieht unser gesamtes Therapieprogramm. Es müssen nicht nur die stofflichen Prozesse neu ausgerichtet werden, sondern auch Gewohnheiten sich verändern. Emotionale Herausforderungen, die zuvor in den „Pfund“ eingebunden waren, werden sich zeigen und therapiert. Neue mentale Muster werden erprobt (z.B. Nein-Sagen können). Nur in diesem Zusammenspiel lässt

sich eine nachhaltige gesündere Lebenspraxis verwirklichen. Die Beeinträchtigung durch Folgeerkrankungen verringern sich. Dabei gibt es kein anzustrebendes Wunschgewicht, sondern einen neuen Ausgleich von Befinden, Bewegen, Verausgabung, Ruhe und Ernährung: mit sich selbst passender werden, mehr selbst werden.

Ein stationärer Aufenthalt bietet Ihnen den entscheidenden Vorteil: Abstand vom Alltag. In einem geschützten Rahmen können Sie sich voll und ganz auf Ihre Regeneration konzentrieren.



Akupunktur



Pulsdiagnostik

Die 5 Säulen unserer Behandlung

Individuelle Chinesische Arzneitherapie

Nach einer ausführlichen Anamnese mit Puls- und Zungendiagnose stellen unsere Ärzte Dekokte (Abkochungen) aus chinesischen Kräutern zusammen, die überschüssige „Feuchtigkeit“ ausleiten und ihre Lebensenergie stärken.

Akupunktur

Gezielte Nadelreize helfen, das Hungergefühl zu regulieren, den Stoffwechsel anzuregen und die psychische Stabilität zu fördern.

TCM-Ernährungslehre (Diätetik)

Vergessen Sie strenge Verbote. Wir lehren Sie das Prinzip der „thermischen Wirkung“ von Lebensmitteln. Warmes Frühstück statt kalter Rohkost stärkt Ihre Verdauungskraft (Milz-Qi). Abendfasten kann ein Schlüsselement in der Behandlung sein.

Körpertherapie

Intensive körpertherapeutische Behandlungen spielen bei der Behandlung von Adipositas und deren Folgeerkrankungen eine große Rolle. Die Ausleitung wird unterstützt z.B. in einer Lymphdrainage. Ein gutes Körpergefühl erstmals erfahren oder zurückzugewinnen, dabei helfen unsere Körpertherapeuten. Psychotonik, Shiatsu oder Tuina Massagen unterstützen den Genesungsprozess, der durch die Chinesische Arzneitherapie initiiert wird.

Bewegung

Sanfte Bewegungsabläufe des Qi Gong helfen Ihnen, wieder ein positives Körpergefühl zu entwickeln und Stress abzubauen. Bogenschießen bewirkt eine neue Fokussierung und Spannungsregulierung. Spaziergänge im Wald bringen eine neue Erfahrung von Innen und Außen, Spannung und Entspannung.



Essen aus der Klinikküche