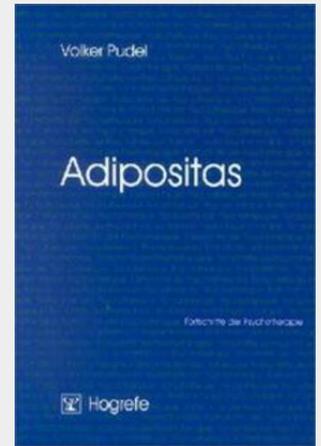


Pudel

Adipositas

Bei der Adipositas therapie stand lange Zeit die 'positive Energiebilanz' im Vordergrund. Die Kalorienrestriktion war das Lernziel für Patienten. Neue Forschungsergebnisse belegen, dass genetische und evolutionsbiologische Programme in die Steuerung des Essverhaltens und der Gewichtsregulation eingreifen. So besteht heute das Ziel der Verhaltenstherapie der Adipositas darin, die Patienten in einem Verhaltensmanagement gegen diese biologischen Dispositionen zu trainieren. Nicht Kalorien zählen, sondern fettkontrolliertes, kohlenhydratliberales Essen sowie eine flexible Verhaltenskontrolle sind - neben einer Steigerung der Alltagsbewegung - die wesentlichen Prinzipien. Das Buch bietet einen Überblick über den Stand der Forschung und zeigt die sich daraus ergebenden Konsequenzen für die Therapie der Adipositas auf. Schritt für Schritt werden praxisnahe Hinweise gegeben, wie die Verhaltenstherapie im konkreten Fall als Trainingsprogramm gestaltet werden kann. Die Gewichtsabnahme selbst dient nicht mehr als Erfolgskriterium der Therapie, sondern nur die Stabilisierung des reduzierten Gewichts. Die Patienten erleben eine kognitive Umstrukturierung, wenn sie trainieren, mehr Nahrungsmenge, aber weniger Fettenergie zu sich zu nehmen.



19,95 €
18,64 € (zzgl. MwSt.)

Nicht mehr lieferbar

Artikelnummer: 9783801713928
Medium: Buch
ISBN: 978-3-8017-1392-8
Verlag: Hogrefe Verlag GmbH + Co.
Erscheinungstermin: 22.04.2003
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 1. Auflage 2003
Serie: Fortschritte der Psychotherapie
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 202 g
Seiten: 83
Format (B x H): 167 x 241 mm

