

Neues aus der Strandklinik

*mit Dr. Mark Dankhoff,
Head Physician and CEO - Strandklinik*

Ziel Topmodel-Figur? Im Ernst?

Ständig suggerieren unsere Medien durch Werbung, Prominente, Fernsehsendungen („Germany's next Topmodel“, bla-bla etc.) ein völlig verschobenes Bild der sogenannten (schlanken) Idealfigur.

Aus medizinischer Sicht ist das weder erstrebenswert noch notwendig. Denn auf dem Versuch des Weges dahin stellen sich bei übergewichtigen Patient(inn)en schnell Frustrationen ein, wenn festgestellt wird, dass aus einer „Cindy aus Marzahn“ niemals eine „Heidi Klum“ wird. Muss es auch gar nicht. Der Schlankeitswahn kann und darf daher nie das Ziel einer ganzheitlichen Adipositas-therapie sein. Stattdessen sollte zwischen Therapeuten und Betroffenen eine individuelle Zielvereinbarung zu Beginn jeder Therapie getroffen werden, die aus einem Mix von Wohlfühlgewicht und Gesundheitsgewicht bestehen sollte. Die Patient(inn)en erlernen so, dass bereits kleine Veränderungen von Gewicht und Selbstwahrnehmung zu großen Erfolgen führen, körperlich und psychisch, und vor allem nachhaltig sind.

In der Strandklinik Sylt fördert dieses Vorgehen die so wichtige Resilienz unserer Kids, damit sie diese schwierige Lebenssituation nicht nur ohne anhaltende Beeinträchtigung überstehen, sondern daran auch wachsen.