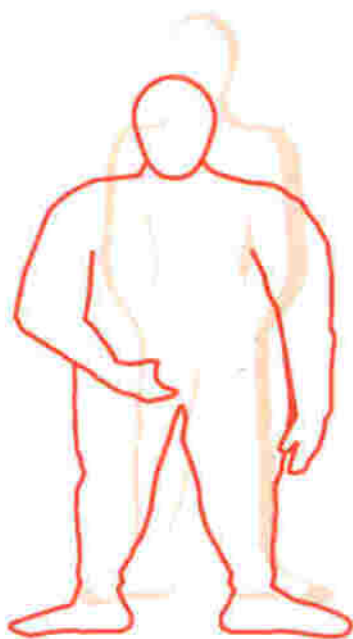


# KLINIK BERUS



**Centre de médecine  
psychosomatique et  
comportementale**



**Obésité**

**Nos propositions de traitement**

## Que signifie être obèse ?

Etre obèse signifie pour un bon nombre de personnes concernées non seulement **souffrir de problèmes harcelants concernant la silhouette et l'estime de soi**, mais aussi être exposé **aux graves conséquences corporelles, psychiques et sociales** de l'obésité. Suite à ces problèmes pesants et aux multiples essais infructueux de perte de poids se produit souvent une évolution démoralisante qui rend démuni et impose un traitement.



**Une aide thérapeutique s'avère nécessaire:**

- **Lorsque le poids** est si élevé qu'il devient un facteur de risque pour le développement de maladies cardiovasculaires, troubles métaboliques ou maladies de l'appareil moteur
- **Si d'autres facteurs de risque supplémentaires** sont présents ou si de telles maladies sont déjà présentes
- **Lorsque des conséquences psychiques** existent: les personnes obèses sont souvent cibles de moqueries et de remarques dévaluantes. Elles développent, à la suite des dévaluations par la société qui les considère comme faibles, manquant de volonté et même paresseux, une image négative d'elles-mêmes, ce qui peut amener vers une évolution dépressive
- **Lorsqu'il y a des conséquences sociales** comme p.ex.: discrimination professionnelle, évitement de contacts et d'activités sociales, problèmes de couple ainsi qu'une isolation et solitude croissante

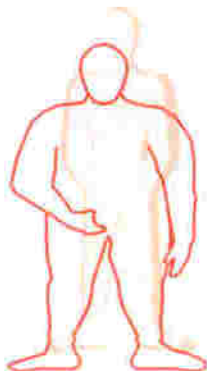
## Quelles sont les causes ... ?

L'obésité a souvent plusieurs causes interdépendantes:

- Souvent il y a une certaine **prédisposition héréditaire**, mais qui est fréquemment surestimée
- **Alimentation incontrôlée, habitudes alimentaires défavorables et suralimentation** constituent souvent les causes principales. Souvent ce comportement alimentaire a été acquis dans l'enfance. Le fait de manger est associé à certaines situations, p.ex. : manger dans le cadre d'activités sociales, par ennui, par frustration, par chagrin ...
- S'y ajoute souvent un **manque de mouvement** considérable réduisant les dépenses caloriques.

## ....et qu'est-ce qui favorise la persistance de ce problème?

*Les conséquences corporelles, psychiques et sociales interagissent et se renforcent mutuellement dans un cercle vicieux et maintiennent l'obésité.* Lorsqu'on mange par solitude, pour « se consoler », ceci provoque une prise de poids et le sentiment d'avoir échoué de nouveau. Par un sentiment de gêne ou pour éviter de se montrer, s'en suit un retrait social. On évite de se mouvoir, ce qui contribue à l'isolation et peut devenir une nouvelle cause pour une alimentation incontrôlée.



## Quelles sont les buts du traitement?

Notre but est d'aider nos patients **à réduire leur poids et à maintenir un poids inférieur pour atteindre une amélioration de leur état de santé corporelle, psychique et de la qualité de vie**. A la différence des cures d'amaigrissement conventionnelles qui enregistrent des rechutes fréquentes notre concept de traitement **ne contient pas de solutions globales**. Nous établissons un **plan de traitement individualisé** qui prend en compte également les causes du comportement alimentaire.

## Comment traitons-nous l'obésité?

- Groupe d'obésité et enseignement de connaissances théoriques, analyse du comportement alimentaire, élaboration de comportements alternatifs favorables ainsi que traitement des problèmes spécifiques en cas d'obésité
- Thérapie individuelle avec aide pour modifier les habitudes alimentaires et exercice à long terme ainsi que solution de problèmes individuels.
- Nourriture hypocalorique spécifique
- Connaissances alimentaires et conseils nutritionnels
- Enseignement pratique dans notre cuisine d'apprentissage
- Thérapie sportive et de mouvement spécifique pour personnes obèses

## Et selon les besoins individuels p.ex.:

- Groupe d'assertivité et de solution de problèmes
- Techniques de relaxation
- Traitement physiothérapeutique

## Notre concept:

Nous traitons depuis de nombreuses années les maladies psychosomatiques, en particulier les troubles psychiques pouvant apparaître à la suite de maladies somatiques.

Notre clinique travaille selon un concept moderne de médecine comportementale. À partir de ce concept psychosomatique global, des spécialistes de différents domaines (médecins qualifiés, psychologues, thérapeutes par le sport, ergo-, socio- et physiothérapeutes) s'efforcent d'établir en commun avec le patient la mise en place de solutions individualisées et de soutenir leur mise en œuvre.

## Le confort de la clinique:

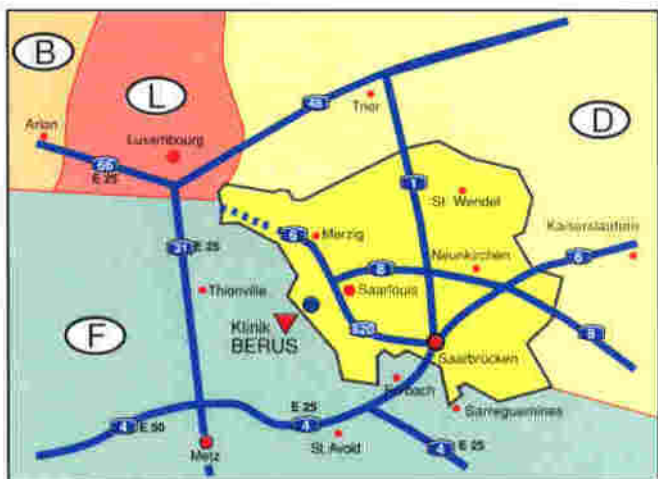
- Chambres individuelles et doubles avec douche/WC, la plupart avec balcon
- Chambres adaptées aux personnes han-di-ca-pées
- Cuisine variée et répondant à des critères nutritionnistes
- Sauna, piscine couverte et salle de musculation
- Organisation de loisirs et d'activités culturelles

## Prise en charge:

- Pour nos patients assurés en France: prendre contact au préalable avec leur organisme de prestation-maladie (CPAM, CMA, Mutuelles etc.)
- Pour nos patients assurés au Luxembourg : se munir du formulaire E 112 délivré par l'organisme compétent (UCM).

## Où se trouve la Klinik Berus?

La clinique se situe dans un espace naturel protégé limitrophe de la frontière sarto-lorraine. La ville moyenne de Sarrelouis, toute proche, propose des offres culturelles et gastronomiques multiples dans un cadre historique.



## Qui est votre interlocuteur?

- Dipl.-Psych. Dr. Heiko Riedel  
Psychologue-chef  
Tel.: 00.49.6836.39-188  
Fax: 00.49.6836.39-178  
e-mail: hriedel@ahg.de

Klinik Berus, Orannastr. 55  
D-66802 Überherrn-Berus  
Internet: [www.ahg.de/berus](http://www.ahg.de/berus)

## Médecin-chef:

Dr. med. Dipl.-Psych. Winfried Carls  
Médecin spécialisé en neurologie et psychiatrie.  
Médecin spécialisé en médecine psychothérapeutique