

# Untergewichtetes Thema Übergewicht

*Brigitte Jenni führt seit zehn Jahren eine Praxis für Ernährungspsychologische Beratung. Sie wünscht sich eine verbesserte Zusammenarbeit mit Ärzten in der Region. Am 3. Januar tritt Brigitte Jenni in der Gesundheitssendung «Puls» im Schweizer Fernsehen DRS auf.*

KATHRIN SPYCHER

**FRUTHWILEN** – «Hinter dem Problem gibt es ein Problem», sagt Brigitte Jenni, diplomierte Ernährungswissenschaftlerin und Individualpsychologische Beraterin ADL. Das angesprochene Problem ist das Übergewicht. 30 Prozent der schweizerischen Bevölkerung leiden darunter. Tendenz steigend. Das Problem hinter dem Problem seien eingefahrene Denk- und Verhaltensmuster. Essen werde zum Hauptventil, um Stress abzubauen und Ausgleich zu finden. Für Kinder mit Übergewicht und Essstörungen würden heute ganzheitliche Programme angeboten, das heisst, die psychologische Begleitung sei in der Therapie inbegriffen. «Bei Erwachsenen wird das Problem immer noch zu symptomatisch behandelt.»

Seit sechs Jahren führt Brigitte Jenni zusammen mit ihrem Mann eine Praxis für Ernährungspsychologische Beratung und Coaching in Fruthwilen. Die gebürtige Deutsche hat langjährige internationale Erfahrung als Verkaufsleiterin und Anwendungstechnikerin in der Lebensmittelindustrie. Nach ihrer Heirat und der Übersiedlung in die Schweiz setzte sie ihren Schwerpunkt später, aufbauend auf ihr Studium, mit Zusatzausbildungen aber im Bereich Beratung bei Übergewicht und Adipositas (Fettleibigkeit). Mit den Ärzten im Kanton Thurgau wünscht sich Brigitte

Jenni mehr Zusammenarbeit. Im Kanton Zürich klappe das besser. «Man ist für das Thema hier noch zu wenig sensibilisiert», sagt Brigitte Jenni. Dabei sei hinlänglich bekannt und wissenschaftlich erwiesen, dass die Arbeit im Vorfeld gerade so wichtig sei wie die Behandlung einer Krankheit. Brigitte Jenni berät Klienten aus der ganzen Schweiz, vor allem aus dem Raum Zürich, Basel und Luzern.

## Sensibilisieren wichtig

Da Brigitte Jennis Arbeitsbereich im Präventiven liegt, wird die Beratung von den Krankenkassen hierzulande nicht unterstützt. In Deutschland sei man

diesbezüglich weiter. Die bedeutende Krankenkasse AOK (Allgemeine Orts-Krankenkasse) beispielsweise unterstützte vorbeugende Kampagnen mit finanziellen Mitteln. 60 Prozent der deutschen Bevölkerung sei von Übergewicht betroffen.

Für Brigitte Jenni ist Öffentlichkeitsarbeit wichtig, um für das Thema zu sensibilisieren. Sie hält Vorträge, unter anderem an der Herzklinik in Konstanz und der Paulus-Akademie in Zürich. Brigitte Jenni nimmt in der Sendung «Puls» vom kommenden Montag Stellung zum Thema: «Wer zunehmen will, muss Diät machen».

Gesundheitssendung «Puls»: SF DRS1, Montag, 3. Januar, 21.05 Uhr



In den Sitzungen lernen Brigitte Jennis Klientinnen und Klienten hinter das «Symptom Übergewicht» zu schauen.

BILD: KATHRIN SPYCHER