

Liebe Patientin, lieber Patient,

durch die Aufnahme in das mit der *AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen* vereinbarte Integrierte Versorgungs (IV) Konzept „Leipziger Adipositasmanagement“ erhalten Sie die Möglichkeit, an einem strukturierten Programm zur Therapie Ihres krankhaften Übergewichts (Adipositas) teilzunehmen. Die langjährige Betreuung durch die IFB AdipositasAmbulanz über mehr als 4 Jahre macht es Ihnen leichter, die notwendigen Veränderungen im Lebensstil, z. B. im Ess- und Bewegungsverhalten, in Ihren Alltag einzubauen und so einen langfristigen Behandlungserfolg zu erzielen. Für die Entstehung von Adipositas gibt es viele Ursachen – nur bei Berücksichtigung aller Aspekte kann sich ein Therapieerfolg einstellen. Deswegen werden Sie von einem Team mit Experten aus verschiedenen Fachrichtungen betreut. Dazu gehören speziell qualifizierte Ärzte, Diätassistenten, Verhaltens- und Bewegungstherapeuten sowie ggf. Adipositas-Chirurgen. Außerdem begleiten Sie Ihre zentrale Ansprechpartnerinnen während des gesamten Programms und stehen Ihnen jederzeit bei Fragen und Problemen zur Verfügung.

Im Folgenden möchten wir Ihnen nun die einzelnen Therapiebausteine erläutern. Ihre Therapeuten werden gemeinsam mit Ihnen entscheiden, welche Therapiemöglichkeit für Sie geeignet ist und an welchen Programmen Sie teilnehmen. Eine Übersicht des gesamten Therapieverlaufs ist in der untenstehenden Abbildung dargestellt.

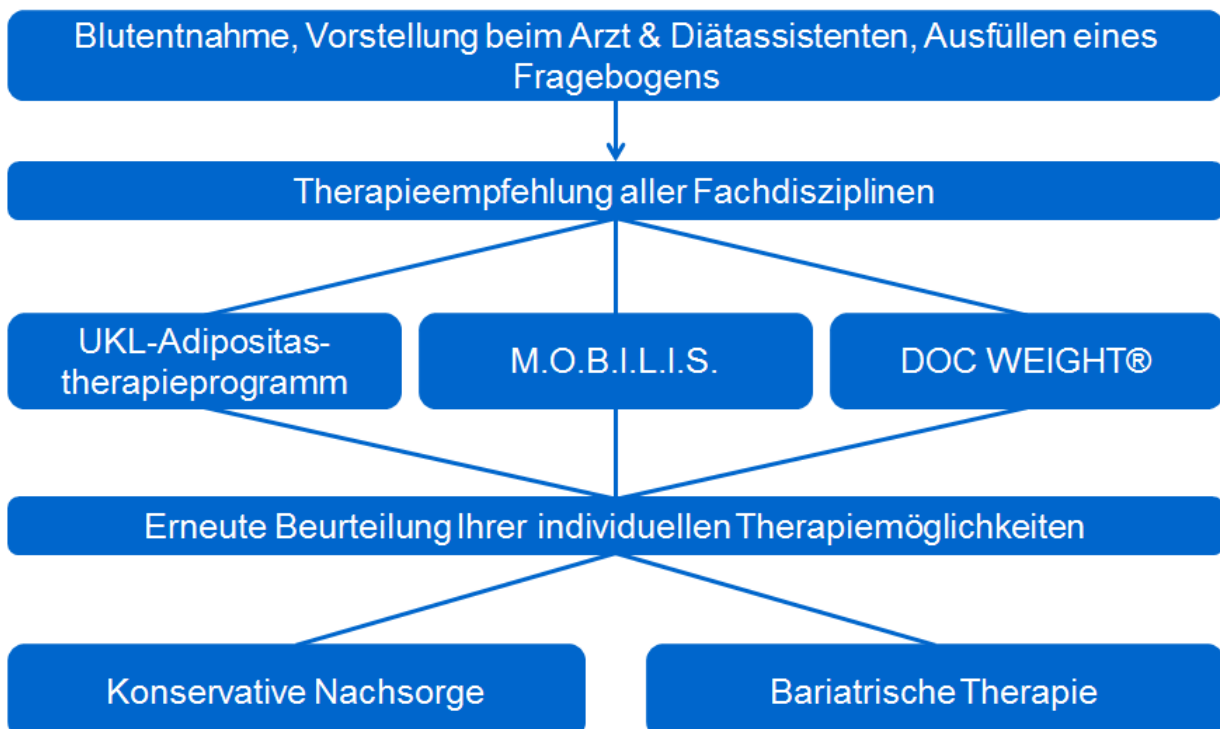


Abb.: Gesamter Therapieverlauf innerhalb des Konzeptes „Leipziger Adipositasmanagement“

Zur Aufnahme in die IFB Adipositasambulanz gehört, dass die Experten aller genannten Fachdisziplinen Sie kennenlernen, um das für Sie beste Therapieprogramm auswählen zu können. Nach der Einschreibung in das Integrierte Versorgungs (IV) Konzept „Leipziger Adipositasmanagement“ wird Ihnen hierfür erst einmal Blut abgenommen. Die Auswertung der Ergebnisse erfolgt dann bei Ihrem zweiten Termin zusammen mit Ihrem IFB-Arzt. Der Ihnen ausgehändigte Fragebogen dient ebenfalls dazu, Sie besser kennenzulernen. Deswegen ist es notwendig, dass Sie diesen ausgefüllt beim Arzttermin zurückgeben! Nachdem auch die Ernährungsfachkraft ein ausführliches Gespräch mit Ihnen geführt hat, entscheiden alle Fachrichtungen gemeinsam über das weitere Vorgehen. Es stehen drei Programme zur Auswahl: DOC WEIGHT[®], M.O.B.I.L.I.S. oder das UKL-Adipositastherapieprogramm. Alle Programme dauern ca. ein Jahr und beinhalten ein bis zwei wöchentlich stattfindende Therapieeinheiten.

UKL-Adipositastherapieprogramm

Dieses Modul umfasst Ernährungs- und Verhaltenstherapie, die in einer Gruppenschulung gemeinsam vermittelt werden. In thematisch aufeinander abgestimmten Sitzungen werden Sie unter fachlicher Anleitung die Grundsätze zur Veränderung Ihres persönlichen Lebensstils erarbeiten. Die Sporttherapie findet begleitend dazu wöchentlich in einer festen Gruppe statt. Durch das auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Therapieprogramm soll eine dauerhafte Lebensstiländerung und so langfristig eine Gewichtsreduktion und -stabilisierung erreicht werden.

M.O.B.I.L.I.S.

Das bewegungsorientierte einjährige Schulungsprogramm richtet sich an Personen mit einem BMI¹ zwischen 30 und 40 kg/m² und ausreichender körperlicher Leistungsfähigkeit. Eine Gewichtsreduktion durch eine dauerhafte Lebensstiländerung soll durch ein angepasstes körperliches Training, psychologische und pädagogische Maßnahmen, kompetente Ernährungsberatung und medizinische Betreuung erreicht werden. Neben den wöchentlich statt findenden Bewegungseinheiten gibt es auch Gruppensitzungen sowie Aufgaben für zu Hause. Ausführlichere Informationen finden Sie auf folgender Homepage: www.mobilis-programm.de

DOC WEIGHT[®]

DOC WEIGHT[®] ist eine wöchentlich statt findende insgesamt einjährige Gruppenschulungsmaßnahme mit 8 bis 12 Personen. Dieses Programm richtet sich an Personen mit einem BMI zwischen 35 und 40 kg/m², bei denen bereits Begleiterkrankungen, wie z. B. Typ-2-Diabetes oder Bluthochdruck vorliegen. Menschen mit einem BMI über 40 kg/m² und mit einer ausreichenden körperlichen Leistungsfähigkeit können generell teilnehmen (auch ohne Begleiterkrankungen). Neben einer Gewichtsreduktion durch ein verändertes Bewegungs- und Ernährungsverhalten ist das Ziel die Risikofaktoren einer Adipositas zu minimieren, die Lebensqualität zu steigern sowie ein verbessertes Krankheitsmanagement. Es besteht aus ernährungsmedizinischer Betreuung, Verhaltens-, Ernährungs- und Bewegungstherapie. Neben den

¹ Body Mass Index (BMI) = Körpergewicht in kg / (Körpergröße in m)²

Gruppenschulungsterminen gibt es auch einige Einzeltermine, um Ihre individuellen Bedürfnisse besser berücksichtigen zu können. Weitere Informationen finden Sie auf folgender Homepage: www.bdem.de/index.php?page=13

Konservative Nachsorge

Nach Abschluss der einjährigen Therapieprogramme DOC WEIGHT® oder M.O.B.I.L.I.S. oder des individuellen Therapieprogramms werden alle Fachdisziplinen erneut über das für Sie am besten geeignete weitere Vorgehen beraten. Prinzipiell besteht nun die Möglichkeit, das Erlernte in einem dreijährigen konservativen Nachsorgeprogramm zu festigen. Die Anzahl der Besuche beim Arzt, Ernährungs-, Verhaltens- und Bewegungstherapeuten nimmt in der Regel nach und nach ab. Die Termine bieten Ihnen jedoch weiterhin die Möglichkeit, aufkommende Fragen und Probleme mit einer Fachkraft besprechen zu können. Außerdem wird Ihr gesundheitliches Wohlbefinden weiterhin überprüft.

Bariatrische Chirurgie

Im Anschluss an das einjährige Therapieprogramm kann bei bestehender Indikation auch eine Adipositas-Operation (bariatrische Chirurgie) in Frage kommen. Neben der Betreuung durch einen qualifizierten Chirurgen werden Sie weiterhin von allen Ihnen bisher bekannten Fachdisziplinen begleitet. Nach einer ausführlichen Vorbereitung auf den Eingriff und die damit verbundenen Veränderungen werden Sie auch nach der Operation in regelmäßigen Abständen in der IFB AdipositasAmbulanz vorstellig. Diese engmaschige Betreuung verhindert das Auftreten von Beschwerden bzw. ermöglicht ein frühzeitiges Eingreifen bei aufkommenden Problemen und gewährleistet so eine erfolgreiche Therapie.

Was Sie tun können

Unsere Therapeuten geben ihr Bestes, um Ihre Behandlung zu einem Erfolg zu führen. Doch vor allem sind Sie als Patient gefordert, d.h. Ihr Engagement und Ihre Bereitschaft für Veränderungen sind notwendige Voraussetzungen für den Therapieerfolg! Denn ohne ausreichende Motivation ist die beste Therapie zum Scheitern verurteilt. Eine regelmäßige Teilnahme an den vereinbarten Programmen, pünktliches Erscheinen und ggf. rechtzeitiges Absagen eines Termins sind dabei unumgänglich.

Die wichtigsten Aspekte zusammengefasst:

- Das vierjährige Therapieprogramm „Leipziger Adipositasmanagement“ beinhaltet eine Kombination aus Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltenstherapie sowie der ärztlichen Begleitung. Alle Therapiekomponenten sind Bestandteil des Programms und finden in Leipzig statt.
- Die ärztliche Begleitung umfasst eine jährliche Kontrolle der Adipositas sowie –assoziierter Begleiterkrankungen
- Im ersten Therapiejahr haben Sie ein bis zwei wöchentliche Termine in Leipzig
- In der Regel finden die Einheiten in einer Gruppe statt, sodass Sie einander kennenlernen und sich gegenseitig unterstützen können
- Die Therapiesitzungen sind ein Anstoß auf dem Weg zu einer dauerhaften Lebensstiländerung – Ihre persönliche Motivation soll Ihnen bei der Umsetzung im Alltag helfen
- Die Therapiekosten werden von der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen übernommen. Ca. 50 € Material- und Skriptkosten sowie die Anfahrtkosten verbleiben bei Ihnen

Haben Sie noch Fragen?

Dann wenden Sie sich an Ihre zentralen Ansprechpartnerinnen:

IFB AdipositasErkrankungen

Case-Management

Philipp-Rosenthal-Str. 27; 04103 Leipzig

Tel.: 0341 – 97 12418 (Bitte beachten Sie unsere Telefonsprechzeiten)

ambulanz@ifb-adipositas.de