

Behandlungsprogramm

Adipositas

im

Klinikzentrum Mühlengrund

Fachklinik Alte Mühle

Behandlungsprogramm „Adipositas“ im Klinikzentrum Mühlengrund, Fachklinik Alte Mühle

Kostenträger: Knappschaft-Bahn-See

Einleitung

Als Grundlage zur Erstellung des Behandlungsprogrammes „Adipositas“ wurden die Leitlinien zur Adipositas-therapie in Rehakliniken in Anlehnung der Deutschen Adipositas Gesellschaft benutzt.

Adipositas ist definiert:

Patienten die aufgenommen werden, haben einen Body-Mass-Index (BMI) ab 30. Begleiterkrankungen können aus dem Bereich der Inneren Medizin, Kardiologie, Diabetologie, Orthopädie und Psychosomatik sein.

Strukturqualität

Das Adipositas-Team besteht aus Teamärzten, Diplom-Psychologe, Diätassistenten, Sportlehrer/Sportphysiotherapeuten.

Das Klinikzentrum Mühlengrund ist eine anerkannte Fachklinik für Diabetes Typ 1 und Typ 2, Gütezeichen nach RAL.

Räumliche Voraussetzungen:

- Lehrküche
- Bufettberatung
- Mediengerecht eingerichtete Gruppenräume
- Sporthalle
- Schwimmbad
- Terrain-Training
- Medizinische Trainingstherapie
- Fahrradergometrie
- Bewegung und Motivation mit Schrittzähler

Medizinischer Part:

- Adipositanamnese
- Anamnese bezüglich der Indikationen Orthopädie, Innere, Psychosomatik
- Körperliche Untersuchung
- Laboruntersuchung
- Festlegung der Therapien Einzel/Gruppen

Therapieziele:

- Lebensstiländerung
- Verbesserung der bestehenden Co-Morbiditäten
- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Verbesserung der Lebensqualität und psychosozialen Befindlichkeit
- Fortsetzung bzw. Wiederaufnahme der beruflichen Tätigkeit
- individuelle Therapieziele

Langfristige Ziele:

- Gewichtsabnahme entsprechend dem definierten Zielgewicht

Betreuungskonzept

Ernährungstherapie:

- Kostform nicht unter 1200 kcal
- Kochkurs
- Bufettberatung
- Besprechungen (Ernährungsprotokolle, Kostabsprachen, Menüauswahl)
- Einkaufstraining
- Seminare
- Einzelberatungen inklusive Auswertung der Ernährungsprotokolle

Bewegungstherapie:

- Gemischte Trainingsgruppe
- Allgemeine Wassergymnastik
- Nordic Walking
- Bewegung und Motivation mit Schrittzähler
- Ergometertraining/Intervalltraining
- Medizinische Trainingstherapie
- Einzel-Krankengymnastik nur bei fehlender Eignung für Gruppentherapie oder spezieller Problematik
- Geführte Gruppenwanderungen
- Freies Schwimmen auch am Wochenende

Ernährungspsychologie:

- Verhaltenstherapeutische Gruppentherapie

Schulungsangebote:

- Vortrag Gesunde Ernährung
- Vortrag Cholesterin
- Vortrag Physikalische Therapie
- Vortrag Folgeerkrankungen

Struktur und Dauer des Behandlungsprogramms

Verweildauer 3 Wochen.

Über einen nachfolgenden Zeitraum von einem Jahr Betreuung des Patienten (durch Email oder telefonischen Kontakt) zur Motivation und weiteren Gewichtskontrolle. Nach 6 Monaten stationärer 7-tägiger Rehabilitationsaufenthalt, anschließend Betreuung wie oben. Nach weiteren 6 Monaten erneuter stationärer 7-tägiger Rehabilitationsaufenthalt.

Voraussetzungen für die Durchführung von Teil 2 und Teil 3 des Behandlungsprogramm Adipositas ist, dass das Entlassungsgewicht bei Ende der dreiwöchigen Behandlung (Teil 1) vom Versicherten gehalten wird.

Die Tagesintensität des Behandlungsprogrammes Adipositas wird entsprechend der Indikationen Innere, Psychosomatik, Orthopädie ggf. erweitert und kann unterschiedlich organisiert werden.

Therapeutische Maßnahmen

Behandlungsprogramm Adipositas Teil 1 3 Wochen

Anschreiben an Patienten (Termin vorgemerkt und zur Teilnahme am Adipositas-Programm vorgesehen). Danach Telefonat führen hierbei Adipositas-Programm vorstellen und endgültigen Aufnahmetermin festlegen

Aufnahmeuntersuchung

Blutentnahme

Messung des Körpergewichts und des Bauchumfangs bei Aufnahme und Entlassung

Berechnung des Body Mass Index (BMI)

BIA-Messung

Chefarztvisite

Assistenzarztvisiten (wöchentliche)

Gruppenbesprechungen

Freies Schwimmen

Freie medizinische Trainingstherapie (MTT)

Adipositas Einkaufstraining

Verhaltenstherapeutische Gruppentherapie durch Diplom-Psychologen

Ärztlicher Vortrag Adipositas

Ergometertraining

Medizinische Trainingstherapie

Wassergymnastik in der Kleingruppe

Ernährungsberatung in der Kleingruppe durch Diätassistenten

Bewegung und Motivation mit Schrittzähler

Lehrküche durch Diätassistenten
Nordic Walking
Adipositas-Abschlussgespräch in der Gruppe durch Adipositasteam
Messung des Körpergewichts und des Bauchumfangs bei Entlassung
Ärztliche Entlassung
Konsiliarische Mitbetreuung durch Innere, Orthopädie, Psychosomatik
Bufettberatung
Reha-Abschlussgespräch durch Arzt
Vortrag Gesunde Ernährung
Vortrag Cholesterin
Vortrag Physikalische Therapie
Gruppenwanderung

Behandlungsprogramm Adipositas Teil 2
1 Woche (nach einem halben Jahr)

Kochkurs
BIA-Verlaufsmessung
Verhaltenstherapeutische Gruppentherapie mit Diplom-Psychologe
Einzel-Ernährungsberatung
Bewegung und Motivation mit Schrittzähler
Nordic Walking
Gruppenwanderung
Aufnahmegespräch Arzt
Wassergymnastik
Hydrojet oder Massage
Fangopackung/Heupackung
Wechselbäder
Inhalationen
Abschlussgespräch Arzt

Behandlungsprogramm Adipositas Teil 3
1 Woche (nach einem weiteren halben Jahr)

BIA-Verlaufsmessung
Verhaltenstherapeutische Gruppentherapie mit Diplom-Psychologe
Einzel-Ernährungsberatung
Bewegung und Motivation mit Schrittzähler
Nordic Walking
Wassergymnastik
Gruppenwandern

Aufnahmegespräch Arzt
Hydrojet oder Massage
Fangopackung oder Heupackung
Fußbäder
Inhalationen
Abschlussgespräch Arzt