

Gesundheitszentren mit Optifast®-Programmen im Ruhrgebiet und Hessen

Adipositas-Kompetenzzentren im Ruhrgebiet arbeiten seit vielen Jahren erfolgreich mit den multimodalen Optifast®-Programmen. Interdisziplinäre Zusammenarbeit und langjährige Erfahrung garantieren eine erfolgreiche Behandlung.

Optifast®-Zentrum Bochum

Seit 21 Jahren behandelt das Adipositas-Kompetenzteam unter der Leitung von Dipl.-Psych. Uwe Machleit und Dr. Thomas Hulisz angegliedert an die Klinik der Ev. Stiftung Augusta in Bochum-Linden mit großem Erfolg über 4000 schwerst übergewichtige Patienten mit dem Optifast®52-Programm. Optifast®52 ist ein multimodales Therapieprogramm, bestehend aus einer modifizierten Fastenphase mit medizinischer Überwachung, betreuender Gruppenpsychotherapie, Ernährungsberatung inkl. Kochkurse und Bewegungstherapie (► Abb. 1).

„Abnehmen beginnt im Kopf“, das Lernen neuer Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten wird den Patienten im Bochumer Zentrum schon im ersten Jahr der Therapie erfolgreich vermittelt. In den letzten Jahren wurde besonders die Frage behandelt, wie Übergewichtige es dauerhaft schaffen, dem krankmachenden Essverhalten abzuschwören. Insbesondere in der Stabilisierungsphase (Nachsorge nach einem Jahr) wird den Patienten als Training die Alltagsbewegung (Schrittzähleranalyse) und Sport, ein verändertes Essverhalten, das Führen eines Ernährungstagebuches sowie regelmäßiges Wiegen und die Teilnahme an Nachsorge- und Selbsthilfegruppen vermittelt.

In einer vom Bochumer Zentrum durchgeführten Langzeituntersuchung mit 30 Patienten konnten 23 sehr erfolgreich ihr Gewicht über einen Zeitraum von 10 Jahren halten, 4 weitere Patienten wiesen ein relativ stabiles Gewicht auf und nur 3 Patienten nahmen wie-

der an Gewicht zu. Sowohl eine konsequente Ernährungsumstellung als auch ein aktiver Lebensstil mit Alltagsbewegung und Sport wirken einem Jo-Jo-Effekt entgegen, steigern deutlich die Lebensfreude und die Sportmotivation. Neben Ernährungs- und bariatrischen OP-Sprechstunden sind im Gesamtverbund des Adipositas Zentrums NRW auch Chirurgen, plastische Chirurgen, Internisten, Endokrinologen und Schlafmediziner „mit an Bord“.

Optifast®-Zentrum Oberhausen

Das Adipositas-Zentrum liegt im Herzen von Oberhausen, umgeben von Industriekultur und grünen Parks. Mit dem Adipositas Zentrum des Evangelischen Bethesda Krankenhauses zu Duisburg besteht seit über 15 Jahren eine erfolgreiche Netzwerkpartnerschaft.

Das langjährig erfahrene, interdisziplinäre Team aus Ärzten, Psychologen, Ernährungsberatern und Bewegungstherapeuten begleitet die schwer übergewichtigen Erwachsenen in ihrem Bemühen um Gewichtsreduktion 12 Monate intensiv.

Bereits seit 1993 behandelt man in Oberhausen schwer Übergewichtige mit dem Optifast®52-Programm auf der ambulanten Ebene durch Verhaltens- und Ernährungstraining sowie Bewegungstherapie.

Ein Anschlussprogramm fördert die Gewichtsstabilisierung. In einer Selbsthilfegruppe finden sich die Aktivsten, die ihr gelerntes

Kliniken
stellen sich vor

Kontaktadressen

Optifast®- und Adipositas-Zentrum Bochum/NRW

Dr.-C.-Otto Straße 27
44879 Bochum
Dipl.-Psych. Uwe Machleit
machleit@augusta-akademie.de
Tel. 0234/517-4900
Frau Claudia Ohlendorf
ohlendorf@augusta-bochum.de
Tel. 0234/517-4905
www.adipositas-zentrum-bochum.de

Optifast®- und Adipositas-Zentrum Oberhausen

Düppelstr. 45
46045 Oberhausen
Tel. 0208/2053-182
Fax 0208/2053-183
E-Mail: adipositaszentrum-oberhausen@arcormail.de
www.adipositaszentrum-oberhausen.de

Optifast®-Zentrum Krankenhaus Sachsenhausen

Schulstr. 31
60594 Frankfurt a.M.
Tel. 069/6605-1423
Fax 069/6605-1623
E-Mail: mbrenner@khs-ffm.de
www.krankenhaus-sachsenhausen.de

Selbstmanagement im Alltag vertiefen und erhalten möchten.

Neben den schwer übergewichtigen Erwachsenen hat das Zentrum Oberhausen es sich zur Aufgabe gemacht, auch übergewichtige Kinder und Jugendliche mit ihren Eltern zu behandeln.

Ziel ist, eine Gewichtsreduktion und Aktivitätssteigerung bei den „großen und kleinen“ Patienten zu erreichen, das Krankheitsrisiko zu vermindern und gleichzeitig das Selbstbewusstsein und Selbstmanagement zu fördern. Die Lebensstiländerung und das Wohlfühlgewicht sind für die Zukunft die Komponenten der Gewichtsstabilisierung.

Im September 2010 startete in Oberhausen die 100. Optifast®-Gruppe. Insgesamt haben circa 2000 Patienten die verschiedenen Angebote zur Gewichtsreduktion wahrgenommen und konnten somit ihre Lebensqualität deutlich verbessern.

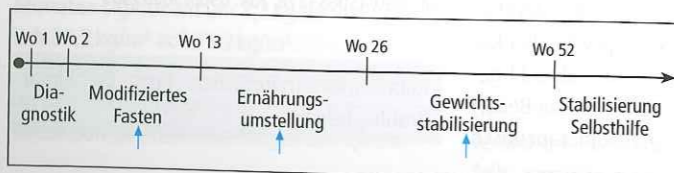


Abb. 1
Zeitachse des multimodalen Therapieprogramms Optifast.

Kliniken
stellen sich vor

Optifast®-Zentrum Sachsenhausen

Dem Krankenhaus Sachsenhausen, einer fortschrittlichen und traditionsreichen Klinik im Herzen von Frankfurt am Main, vertrauen sich seit 2007 Menschen an, die ihre Lebensqualität verbessern und sich von Ihren überflüssigen Pfunden trennen wollen. Die ersten Kurse fanden bereits 2002 in der Frankfurter Uniklinik statt.

Über 250 Menschen haben bisher von dem ambulanten Therapiekonzept profitiert. Ein sehr erfahrenes Therapeutenteam steht den Teilnehmern bei den 15- und 52-wöchigen Gewichtsreduktionsprogrammen und in der Nachbetreuung zur Seite. Mehr als die Hälfte der Programmzeit wird auf die strategisch wichtigste Phase verwendet: die Stabilisierung des erreichten neuen Gewichtes. Der ausgewiesene Erfolg der Programme beruht vor al-

Das Krankenhaus Sachsenhausen legt höchsten Wert auf moderne Standards. Foto: KH Sachsenhausen.



lem auf der intensiven medizinischen, bewegungs-, ernährungs- und verhaltenstherapeutischen Betreuung.

Das Krankenhaus Sachsenhausen genießt einen hervorragenden Ruf und kann mit Spitzenleistungen auf den Gebieten der Adipositaschirurgie, der Diabetologie, der Kardiologie und der Schlafmedizin aufwarten. Der ganzheitliche Ansatz des Optifast®-Programms wird

so durch die Fachkompetenz und langjährige Erfahrung der Krankenhaus-Ärzte ergänzt. Im Wettbewerb aller Zentren belegte Sachsenhausen 2009 Platz 1!

red.

Dieser Beitrag entstand mit freundlicher Unterstützung der Nestlé HealthCare Nutrition GmbH.

OPTIFAST® Programme:

- Das **OPTIFAST® 52 Programm**
 - Für stark übergewichtige Menschen (BMI 30+)
 - Betreutes, interdisziplinäres Therapiekonzept
 - Programm-Dauer: 52 Wochen
- OPTIFAST II KURZPROGRAMM**
 - Für übergewichtige Menschen (BMI 25-30)
 - Betreutes, interdisziplinäres Therapiekonzept
 - Programm-Dauer: 15 Wochen
- OPTIFAST® Junior**
 - Für stark übergewichtige Jugendliche (13-18 Jahre, BMI 30+)
 - Betreutes, interdisziplinäres Therapiekonzept
 - Programm-Dauer: 52 Wochen

Weitere Informationen über OPTIFAST® und OPTIFAST®-Therapiezentren in Ihrer Nähe finden Sie auf www.optifast.de