



PATIENTENINFORMATION

ZUR VORBEREITUNG

AUF DIE

ERSTVORSTELLUNG IN DER

ADIPOSITASSPRECHSTUNDE

1. Info-Bogen
2. Ernährungsprotokoll
3. Tagesprotokoll (als Kopiervorlage)
4. Fragebögen zur Vorgeschichte
 - allgemeine und Familien-Vorgeschichte
 - Gewichtsvorgeschichte
 - Bewegungsfragebogen
 - Essfragebogen
 - Fragebogen zur Lebensqualität

Leitung:

Dr. med. Birgit Schilling-Maßmann

Schwerpunktpraxis für Ernährungsmedizin BDEM

Fachärztin für Allgemeinmedizin; Ernährungsmedizin DAEM/DGEM

Dr. med. Clemens Knappmann

leitender Oberarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie im Klinikum Ibbenbüren

Große Straße 41 - 49477 Ibbenbüren

Telefon: 05451/52-3029 - Telefax: 05451/52-5056



Sehr geehrter Patient, sehr geehrte Patientin!

Sie möchten sich im Adipositaszentrum am Klinikum Ibbenbüren zur Übergewichtsbehandlung vorstellen.

Unser Team besteht aus einer Ernährungsmedizinerin, einem Adipositaschirurgen, Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltensfachkräften.

Wir alle sind daran interessiert, Ihnen auf dem Weg zu einer *dauerhaft gesünderen Lebensweise* zu helfen.

Um gezielt beraten zu können, benötigen wir vorab einige Informationen von Ihnen. Daher möchten wir Sie bitten, die beigefügten Fragebögen gewissenhaft und vollständig auszufüllen und **unbedingt spätestens 7 Tage vor** der Erstvorstellung zurückzuschicken.

Das Ernährungsprotokoll ist über 7 Tage zu führen. Bitte wiegen Sie die Lebensmittel anfangs ab, um ein Gefühl für die angegebenen Mengen zu bekommen. Ansonsten essen sie bitte wie immer. Notieren Sie dies direkt – der Versuch, sich abends an das Gegessene und Getrunkene vollständig zu erinnern, wird scheitern. Führen Sie zunächst die Strichliste.

Nach 7 Tagen zählen Sie alle Striche für eine Zeile zusammen und schreiben diese Summe in die dafür bezeichnete Spalte.

Das Formular „Meine Tagesübersicht“ dient als Kopiervorlage für ebenfalls 7 Tage. Hierbei geht es um Mahlzeitenverteilungen und Zwischenmahlzeiten etc.

Die übrigen, zum Teil recht umfangreichen Fragebögen erleichtern uns das Erstgespräch, auf das wir uns entsprechend vorbereiten möchten.

Sollten bei Ihnen in den letzten 6 Monaten Labor- oder EKG-Untersuchungen vorgenommen worden sein, so besorgen Sie bitte vorab eine Befundkopie bei Ihrem Hausarzt. Von ihm benötigen Sie auch eine Überweisung zur ernährungsmedizinischen Mitbehandlung.

Der Sprechstundentermin dient der Einschätzung, Einleitung und Steuerung der sich anschließenden Adipositas-Therapie.

Auch Ihr Wunsch nach chirurgischer Therapie soll hier näher thematisiert notwendig.

Die wissenschaftlich fundierte Therapie der Adipositas besteht aus mehreren Säulen:

- Basistherapie: Ernährungstherapie, Bewegungstherapie
- verhaltenspsychologische Unterstützung und
- ggfs. medikamentöse Therapie sowie
- ab BMI $>35 \text{ kg/m}^2$ + Begleiterkrankungen bzw. ab BMI $>40 \text{ kg/m}^2$ chirurgische Therapie.

Eine Umstellung der Ernährung und die Steigerung der Bewegung stellen die Basis jeder Übergewichtsbehandlung dar und sind zu einem bestimmten Zeitpunkt in der Behandlung bei jedem Patienten erforderlich. Der Erfolg der chirurgischen Therapie hängt von der Vermeidung einer Mangelernährung und der Verhinderung eines zu hohen Muskelverlustes ab.



Die meisten Krankenkassen unterstützen in unterschiedlicher Art und Weise Therapiekonzepte zur Ernährung/Bewegung/Verhalten nach dem §43 SGB V. Die Höhe der anteiligen Kostenübernahme ist jedoch sehr verschieden.

Für eine chirurgische Therapie der Adipositas benötigen Sie in der Regel eine Kostenübernahmeerklärung Ihrer Krankenkasse. Dafür müssen zahlreiche Unterlagen beigebracht werden. Sollte dies Ihr vorrangiges Ziel sein, so orientieren Sie sich dafür bitte an der im Anhang beigelegten Liste.

Die in unserem Adipositaszentrum konkret angebotenen Maßnahmen sehen wie folgt aus:

1. Ausführliches Anamnesegespräch über Ihre aktuellen Probleme in Bezug auf die Ernährung und Ihre Vorgeschichte anhand der vorab zugesendeten Unterlagen
2. Ermittlung der biometrischen Daten und ggfs. Risikofaktoren (Labor/EKG)
3. Analyse Ihres aktuellen Essverhaltens anhand von Essprotokoll und Tagesplänen durch unsere Diätassistentin*
4. Erstellung eines Therapieplanes im ernährungstherapeutischen Team
5. ggfs. Verordnung von Ernährungstherapie zur fundierten Ernährungsberatung als Einzelberatung oder in Gruppenkursen*
6. Indikationsstellung und Gutachtenerstellung (kostenpflichtig – 25 €) für Menschen, die eine operative Adipositasbehandlung anstreben.

Zu *: Bei entsprechender Indikationsstellung erhalten Sie eine ärztliche Verordnung für Ernährungstherapie sowie einen Kostenvoranschlag, den Sie bei Ihrer Krankenkasse einreichen müssen, um dort eine anteilige Kostenerstattung zu beantragen.

Was wir Ihnen sicherlich nicht bieten können, ist eine kurzfristige Lösung Ihres oft jahrzehntelangen Leidensweges.

Nur eine lebenslängliche Veränderung Ihres Ess- und Bewegungsverhaltens kann eine dauerhafte Gewichtsreduktion bewirken. Auch eine operative Behandlung Ihres Übergewichts ist nur ein Baustein in einem Gesamtbehandlungskonzept.

Und: Nur Sie alleine können dies schaffen – unser Team kann Ihnen durch sinnvolle und professionelle Behandlungsverfahren Unterstützung geben und Sie dadurch ein Stück auf Ihrem harten und steinigen Weg begleiten.



Vor dem 1. Beratungsgespräch in unserem Adipositaszentrum sollte folgendes schon geschehen, wenn für Sie eine Operation in Frage kommt:

1. **Hausarzt**
 - > Unterstützung einholen und Attest erbitten, warum die OP indiziert ist.
2. **Psychologe**
 - > Bestätigung über laufende und abgeschlossene Therapien mit evtl. Empfehlung für letzte Möglichkeit zur dauerhaften Abnahme, die chirurgische Maßnahme. Darin sollte auch bescheinigt sein, dass keine Essstörung vorliegt.
3. **Atteste**
 - > von weiteren Fachärzten wie Orthopäden, Gynäkologen, Kardiologen, Internisten usw., bei denen schon früher Behandlungen stattgefunden haben.
4. **Bestätigungen/Belege**
 - > von Kuren, Heilbehandlungen, Rehas, unter Aufsicht durchgeführten Diäten (Weight Watchers usw.).
5. **eigener Gewichtslebenslauf**
 - > ruhig handschriftlich zusammengestellt.
6. **eigene Aufstellung**
 - > über Abnehmmaßnahmen z.B. ärztlich verordnete Tabletten/Medikamente, Fitnessstudio, Ananasiät, Optifast, Herbalife, BCM oder ähnliches. Mit Angaben über welchen Zeitraum, Gewicht bei Start, Abnahme dadurch und evtl. spätere Gewichtszunahme - Jojoeffekt
7. **ein Ernährungstagebuch ab sofort!**
 - > Ab sofort sollte ein ganz ehrliches Ernährungstagebuch geführt werden, in dem alle Mahlzeiten und Getränke mit ungefährender Mengenangabe und den Uhrzeiten angegeben sind.

All diese Unterlagen braucht das Adipositaszentrum, um beurteilen zu können, ob eine OP in Frage kommt und ggfs. welche OP-Methode.

Die Krankenkasse zahlt die OP-Kosten nur, wenn alle herkömmlichen Abnehmversuche gescheitert sind. Das muss belegt werden.

UND: Ihre Chancen auf Genehmigung können durch eine derartig sorgfältige Vorbereitung deutlich gesteigert werden.

Begleitend dazu sollte eine **Selbsthilfegruppe (SHG)** regelmäßig besucht werden, um Erfahrungen mit Betroffenen, aber auch mit Angehörigen usw. austauschen zu können. Der SHG-Leiter stellt darüber eine Bescheinigung für die Krankenkasse aus.

Kontaktadresse der SHG in Ibbenbüren: 0173 – 5128410 (J.Rüschhoff).

Die SHG trifft sich jeden 2. Dienstag im Monat um 18.00 Uhr im Aufenthaltsraum des Klinikums Ibbenbüren Große Strasse 41 in 49477 Ibbenbüren.