

Morbide Adipositas und assoziierte/aggravierte Lymphödeme und Lipödeme – ein multimodales Behandlungskonzept nach Földi

Konzeptmodule

1. Medizinische Untersuchung und Therapie

- Auswertung des medizinischen Fragebogens
- Anamnese und klinische Untersuchung
- Labor mit endokrinologischem Status
- EKG, Echokardiographie, ggf. Sonographie, Ergometrie, LZ-RR
- Lungenfunktionsprüfung (Spirometrie)
- ggf. Polysomnographie
- ggf. weiterführende Diagnostik (z. B. Schlaflabor,...)
- abschließende Feststellungen der Begleiterkrankungen
- mit Therapiefortführung bzw. Therapieeinleitung

2. Psychologische Untersuchung und Therapie

- Auswertung des psychologischen Fragebogens
- jeder Patient erhält ein exploratives Gespräch
 - Psychosomatische Evaluation,
 - andere psychische Störungen,
- Dipl. Psychologin/Psychologische Psychotherapeutin entscheiden daraufhin,
- ob eine psychotherapeutische Behandlung begonnen wird.

Psychotherapeutisches Konzept

- Psychologische Einzeltherapie
 - Binge Eating, Depression, Körperschemastörung, sozialphobische Tendenzen, Kindheitstrauma, Missbrauch
- Psychoedukative Gruppe (Vorträge/Übungen)
- abschließend – bei bariatrischen Eingriffen – psychologisches Gutachten/Stellungnahme

3. Interaktives Ernährungstraining:

- Auswertung des Ernährungsprotokolls
- Einzelberatung/Gruppenberatung
- Einkaufstraining
- Einübung der Ernährungsumstellung

Individuelle Ernährungsumstellung:

- Einsatz von Formularprodukten mit Almased.
- Prinzip der Senkung der Energiedichte nach Prof. Schusdziarra Else-Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin/TU München (Energiedichte = Kcal pro Gramm essbarem Lebensmittel).

4. Achtsamkeitstraining:

- Weiterentwicklung der MBSR Methode (Mindfulness Based Stress Reduction) nach Kabatt-Zinn
- Was ist achtsames Essen?
 - Sensibilisierung für verschiedene Arten von Hunger
 - Balance und Emotionsregelung
 - Anti-Stress-Techniken
 - Steigerung der Genussfähigkeit
- Praktische Übungen

5. Bewegungs- und Sporttherapie

- Gruppentraining
 - Outdoor-Parcours mit Schrittzähler,
 - Hallentraining an Fitnessgeräten,
 - Aquagymnastik im Schwimmbaden,
 - Pulskontrolliertes Training,
 - Krafttraining
- Einzeltherapie
 - Individuelle Trainingstherapie anhand von Trainingsplänen,
 - Leistungstests und Pulsuhr
 - Physiotherapie und Massage
 - Selbstständigkeitstraining zur Alltagsvorbereitung.

6. Komplexe physikalische Entstauungstherapie nach Földi

- manuelle Lymphdrainage
- Kompressionstherapie (Bandagen, Strümpfe)
- entstauende Bewegungstherapie
- hauthygienische Maßnahmen zur Vorbeugung von Erysipelen.

7. Information/Beratung

- Festverankerte Vorträge zu
 - Adipositas
 - Ernährung
 - Psychologie der Adipositas
 - Lipödem
 - Lymphödem

8. Individuelle Beratung bzgl. bariatrischer Therapieoptionen

- Überprüfung der Indikation anhand der aktuellen S3-Leitlinien »Chirurgie der Adipositas«
- Ggf. Kontaktvermittlung mit – zertifiziertem – Adipositaszentrum mit OP-Möglichkeit
- Hilfe bei Erstellung des Antrages
- Entlassung mit:
 - medizinischem und psychologischem Gutachten
 - Stellungnahme der Ernährungsassistentin

9. Hilfe bei plastisch chirurgischen Eingriffen

Individuelle Beratung und Aufklärung durch Herrn PD Dr. N. Torio-Padron (Oberarzt der Abteilung Plastische und Handchirurgie des Universitätsklinikums Freiburg) über die verschiedenen körperformenden Eingriffen nach erfolgter Gewichtsabnahme.

Die wichtigsten plastisch-chirurgischen Verfahren zur Korrektur der Körpersilhouette nach massiver Gewichtsabnahme sind:

- Unterkörperstraffung (Beltlipektomie / Bodylift)
- Bauchdeckenstraffung (Abdominoplastik)
- Oberschenkelstraffung
- Oberarmstraffung
- Brustverkleinerung /-straffung

Bei der Durchführung solcher Eingriffe werden die lymphologischen Prinzipien berücksichtigt. Weitere Informationen finden Sie hier:

<http://www.uniklinik-freiburg.de/plastischechirurgie/live/leistungen/wiederherstellende-1.html>

10. »mit auf den Weg geben« – Entlass-Management

- Entlassung mit:
 - definierten Zielen und Vorgaben für die poststationäre Zeit
 - Vermittlung von Kontakten zu
 - heimatnahen Adipositaszentren
 - ambulanten Diätberatungsstellen
 - Selbsthilfegruppen
 - sportpädagogischen Optionen

11. »zu Hause« – Poststationäres Patientenmanagement

- monatliche Kontaktaufnahme zur Statuserfassung (e-mail oder Telefon)
 - telefonische Beratung bei Problemen

12. ambulante Wiedervorstellung in 6 Monaten

- Bilanz des bisherigen Verlaufs (siehe Validierung)

Validierung des Programms

Verlaufparameter (Primäre Studienendpunkte)

- Getrennte Auswertung der Lymphödem- und Lipödem-Patienten
 - Reduktion des Lymphödem/Lipödem-Volumens
 - Reduktion des Body-mass-Index
 - Reduktion des waist-to-height-ratio
 - Ggf. Verbesserung des Lufu-Befundes
 - Ggf. Verbesserung des Echo-Befundes
 - Verbesserung der Stoffwechselfparameter
 - HBA1c
 - Gesamtcholesterin
 - HDL, LDL
 - Triglyceride

Leiter des Programmes:

Dr. med. Dipl. Soz.-Päd. Tobias Bertsch

Leitender Oberarzt

Facharzt für Innere Medizin

Notfallmedizin

Interne Schwerpunkte:

Bariatrische Medizin/Adipositas therapie

Lymphologie

Tel.: +49 (0)7652 124-450

mail: tobias.bertsch@foeldiklinik.de

