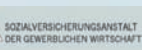


Medikcal

Zentrum für ambulante Adipositas Therapie



In Kooperation mit:



Die Leistungen des Optifast-52-Programms

Mehr Lebensqualität durch weniger Gewicht!

M Medizinische Betreuung

- **Medizinische Anamnese**
(Eingangsuntersuchung)
- **Ärztliche Eingangsuntersuchung, Ganzkörperstatus**
Allgemein, Kopf und Hals, Herz und Lunge, Abdomen, Wirbelsäule, Extremitäten, Nervensystem
- **EKG**
(Zu Beginn und nach ärztlichem Ermessen im laufenden Programm)
- **Röntgen auf ärztliche Anordnung**
- **Feststellung der Teilnahmefähigkeit Risikoeinstufung**
(Ggf. bei Ablehnung Beratung über alternative Möglichkeiten)
- **Fortlaufende Bestimmung und Bewertung adipositasrelevanter Parameter**
BMI, Taille-/Hüftverhältnis (WHR)
- **Umfangreiche Laboruntersuchungen zur medizinischen Sicherheit und Therapiekontrolle im laufenden Programm**
(Aufschlüsselung siehe Rückseite)
- **Wöchentliche Arztvisite mit Kontrolluntersuchungen**
 - Zwischenanamnese
 - Erfassung von Blutdruck, Puls und Körpergewicht
 - Überprüfung der Laborergebnisse
 - Kontrolle der Gewichtskurve
 - Durchsprache der Befindlichkeit
 - Ggf. Blutzuckerkontrolle bei Diabetikern
 - Körperliche Untersuchungen bei Gesundheitsstörungen
 - Verbale Intervention bei labilen Teilnehmern
- **Dokumentation der Nebenwirkungen**
- **Dokumentation der Begleitmedikation bzw. deren Abänderung**
- **Eingangsinformation für Hausarzt und fortlaufende medizinische Berichte über Teilnehmer an Hausarzt (sofern vom Teilnehmer gewünscht)**
- **Koordination therapeutischer Maßnahmen mit Hausärzten und Krankenhausärzten, z.B. bei Änderung der Medikation, anstehenden Operationen**
- **Berichte an Krankenkassen**
(sofern gefordert)
- **Abschlussuntersuchung**

E Ernährungsberatung

- **Vermittlung von aktuellen Themen und Grundinformationen**
- **Einführung in das Essen und Trinken nach der Modifizierten Fastenphase**
- **Praxisrelevante Umsetzung von Ernährungswissen**
 - Umgang mit Süßigkeiten, Alkohol und Fast Food
 - Etikettenkunde
 - Fettarme Zubereitung
- **Kontinuierliches Training anhand von Praxisbeispielen**
 - Einkauf
 - Vorratshaltung
 - Essen in der Familie
 - Essen im Beruf
 - Essen am Buffet
 - Restaurantbesuche
- **Gemeinsame Kochabende mit der Gruppe**
- **Rezept- / Menüauswahl**

21
GRUPPEN-
SITZUNGEN

V Verhaltenstraining

Dokumentation der Problemlösungsmodelle im Teambegleiter

- **Vermittlung von folgenden Kenntnissen**
 - Dauerhafte Coping-Strategie
 - Gegenregulationsstrategien
 - Selbstbeobachtung der Gruppenmitglieder
 - Situationsanalysen
 - Essstörungen
 - Selbstakzeptanz
 - Rehabilitation
- **Rückfallprophylaxe**

36
GRUPPEN-
SITZUNGEN

B Bewegungstherapie

- **Training der Herz-Kreislauf-Ausdauerleistungsfähigkeit**
 - Walking
 - Jogging
 - Gymnastik
 - Rad fahren
 - Schwimmen
 - Spazieren gehen
- **Gymnastiktraining**
 - Muskelkraftausdauer
 - Flexibilität
- **Alltagsaktivitätssteigerung**
- **Rückfallmanagement**
- **Motivation**

39
GRUPPEN-
SITZUNGEN

Laboruntersuchungen im Rahmen des Optifast-52-Programms

| Programmwoche | EU | 4. Woche | 7. Woche | 14. Woche | 26. Woche | 49. Woche |
|------------------|----|----------|----------|-----------|-----------|-----------|
| Kleines Blutbild | x | | | x | x | x |
| GPT | x | x | x | x | x | x |
| gamma-GT | x | x | x | x | x | |
| Glucose | x | x | x | x | x | x |
| ges. Bilirubin | x | | | | | |
| Kreatinin | x | x | x | x | x | x |
| Harnsäure | x | x | x | x | x | x |
| Cholesterin | x | | | x | x | x |
| HDL-Cholesterin | x | | | x | x | x |
| LDL-Cholesterin | x | | | x | x | x |
| Triglyceride | x | | | x | x | x |
| Kalium | x | x | x | x | x | x |
| Natrium | x | x | x | x | x | x |
| TSH-basal | x | | | | | |
| Urinstatus | x | | (x) | | | |

(x) = optional

Medikal

Zentrum für ambulante
Adipositas Therapie

Museumstraße 31
4020 Linz

Tel: +43-732-77 08 33 - 42

Fax: +43-732-78 17 38

E-Mail: office@medikal.at

www.medikal.at



Medikal ist eine Einrichtung der forte
Fortbildungszentrum der Elisabethinen Linz



forte
Fortbildungszentrum
Elisabethinen Linz