



Sehr geehrte Patienten,

mit diesem Laufzettel zu den Therapie-Abläufen, möchten wir die Behandlung der Übergewichtigkeit effektiver gestalten. Die unten angegebenen Therapien und diagnostischen Maßnahmen sind unbedingt notwendig, um eine wirkungsvolle Behandlung der Übergewichtigkeit zu erreichen. Bitte nehmen Sie Kontakt mit den Therapeuten auf. Dies sind die ersten Schritte in dem Gesamtkonzept, der sogenannten multimodalen Therapie der Adipositas (Therapie der Übergewichtigkeit). Sollten Sie weitere Fragen haben, können Sie ohne weiteres direkt mit der **Zentrums-Koordinatorin (Yvonne Kirsten, Tel.: 0395-77512842, E-Mail: CH1-ADIPOS@dbkn.de)** oder mit mir (**OA Dr. med. Arnaud Friton, Tel.: 0395-7752821**) Kontakt aufnehmen.

1. Konservative Therapie:

-Ernährungstherapie:

Eine Ernährungstherapie durch einen Ernährungstherapeuten muss über 6 Monate durchgeführt werden. Parallel hierzu müssen Ernährungstagebücher über jeweils 3 Wochen geführt werden. **(3 Wochen vor Beginn der Ernährungstherapie und 3 Wochen nach der Ernährungstherapie)**. Bitte führen Sie ein ausführliches Ernährungstagebuch (Nahrung wiegen und angeben "z.B. Butte 10 g", Getränkevolumen messen und angeben). Bringen Sie das Tagebuch bitte zum Termin in die Chirurgische Ambulanz mit.

Mögliche Therapeuten mit welchen Sie Kontakt aufnehmen können:

Fr. Dr. Charlotte Conze

Friedrich-Engels-Ring 48
17033 Neubrandenburg
Tel.: 0395-37994378
Mobil: 0173-9158705

PROMOTIO Gesundheitsinstitut

Dr. Druse / Dr. Seidel

Kirschenallee 51, 17033 Neubrandenburg
Tel.: 0395-3682002

Fr. Carmen Janecke

Bahnhofstraße 21
17192 Waren (Müritz)
Tel.: 039991-6744769
Mobil: 0157-37881671

Praxis für Diät- und Ernährungstherapie

Konrad Friese

Fichtestraße 4 (Ärztelhaus)
17087 Altentreptow
Tel.: 03961-255019 o. 03961-255054
Mail: konradfriese@googlemail.com
(AOK-Kooperationsvertrag)

Online-Therapie:

Katja Buchholz

Tel.: 03381-80467
Mobil: 0151-59146200
Mail: buchholz@praxis-winke.de

Delia Winke

Tel.: 0160-96444149
Mail: info@delia-winke.de

Falls Sie **AOK-Mitglied** sind können Sie auch direkt bei der AOK eine Ernährungstherapie telefonisch anfordern. **Die AOK hat eigene Ernährungstherapeuten.**

Dies kann natürlich auch durch einen anderen qualifizierten Therapeuten durchgeführt werden.

- Bewegungstherapie:

Eine Bewegungstherapie sollte parallel zur Ernährungstherapie erfolgen. Dabei sollten **150 Minuten pro Woche** Sport durchgeführt werden. Dabei kann Nordic Walking, Aqua-Gymnastik, Gymnastik, Kraftsport o.ä. gemacht werden. Dies kann **selbstständig oder unter professioneller Anleitung** erfolgen.

Unbedingt muss jedoch ein **Bewegungstagebuch über mindestens 6 Wochen** geführt werden. Hier beschreiben Sie die **Art, Dauer und das Datum der Bewegungstherapie**. Auch Reha-Sport-Maßnahmen sind eine gute Option.

- Verhaltenstherapie:

Eine Verhaltenstherapie ist **bei OP-Wunsch** entweder durch den **niedergelassenen Psychotherapeuten** oder als **Gruppentherapie im DBK Neubrandenburg** möglich. Bei der persönlichen Erstvorstellung in unserer Sprechstunde wird dies mit Ihnen weiter besprochen werden.

2. Diagnostische Maßnahmen:

- Endokrinologie:

(Hormonale Abklärung der Adipositas)

Eine Abklärung möglicher hormoneller Ursachen der Übergewichtigkeit muss erfolgen.

Dr. med. Ulrich Flintzer:

An der Marienkirche 2, 17033 Neubrandenburg
Do + Fr um 08:00 Uhr zur Blutentnahme, Do um 23:00 Uhr
Dexamethason-Einnahme, Schilddrüsenwerte: TSH, FT3, FT4,
Dexamethason-Hemmtest
Tel.: 0395-5543071

Diese Untersuchung kann natürlich auch durch einen anderen qualifizierten Arzt durchgeführt werden.

Dies ist für eine Adipositas-Operation zwingend notwendig.

- Psychologie/Psychiatrie:

Abklärung möglicher psychologischer/psychiatrischer Kontraindikationen für eine bariatrische-/Adipositas-Operation. Dies kann durch einen niedergelassenen Psychologen/Psychiater erfolgen oder durch unseren psychologischen Dienst im DBK Neubrandenburg. Bei der persönlichen Erstvorstellung in unserer Sprechstunde wird dies mit Ihnen weiter besprochen werden.

Dies ist für eine Adipositas-Operation zwingend notwendig.

- Schlaflabor:

Eine häufige Zusatzerkrankung der Übergewichtigkeit ist die obstruktive Schlafapnoe-Symptomatik. Diese sollte ebenso weiter abgeklärt werden. Die erfolgt mittels Polygraphie in der Häuslichkeit. Bei V. a. OSAS wird eine Schlaflaboruntersuchung notwendig.

Mögliche Therapeuten mit welchen Sie Kontakt aufnehmen können:

DBK Neubrandenburg

Tel.: 0935-7754332
Haus K, Ebene 0

Herr Dr. med. Lorenz Haug

Einsteinstraße 14, 17192 Waren (Müritz)
Tel.: 03991-664666

Praxis U. Gottheit

Walkmüllerweg 7
17094 Burg Stargard
Tel.: 039603-180493

Schlaflabor Neustrelitz

Praxis Dirk Schmid
Zierker Str. 12, 17235 Neustrelitz
Tel.: 03981-203060 (Sw. Franziska)

Dies kann natürlich auch durch einen anderen qualifizierten Arzt durchgeführt werden.

- Gastroskopie:

(Magenspiegelung)

Eine ambulante Magenspiegelung muss vor Durchführung einer Adipositas-Operation erfolgen und sollte nicht älter als zwei Jahre sein. Bitten Sie Ihren Hausarzt, Sie dabei zu unterstützen, die passende Praxis zu finden. Bei sehr hohem BMI ist eine Gastroskopie im DBK Neubrandenburg möglich.

- Hausarzt:

Eine Laboruntersuchung durch den Hausarzt, um metabolische Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Blutfetterhöhung und erhöhte Harnsäurewerte zu diagnostizieren sind sehr sinnvoll. Wir empfehlen dabei die folgenden Werte zu bestimmen: HbA1c, HDL, LDL, Triglyceride, Cholesterin, Insulin, Harnsäure

- Adipositas-Selbsthilfe-Gruppe:

Falls eine Operation gewünscht wird, müssen zwingend eine Vorstellung und ein regelmäßiger Besuch in der Selbsthilfegruppe Adipositas Neubrandenburg erfolgen. (Leiterin: Stefanie Walk, Tel.: 0170-4180044)

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei Ihren ersten Schritten. Bei Fragen stehen wir Ihnen immer gerne zur Verfügung.

Ihr Dr. med. Arnaud Friton MD