

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)
- **Regelmäßige 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**

24
ARZT-
TERMINE

13
WIEGE-
TERMINE

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**

32
GRUPPEN-
SITZUNGEN

B Bewegungstherapie

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

38
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)			
HbA _{1c}	X					X

(x) = optional

In Kooperation mit:



Medikal
Zentrum für ambulante Adipositas Therapie

Medikal
Zentrum für ambulante
Adipositas Therapie

ZENTRUM

Medikal Linz
Lederergasse 32
4020 Linz

Tel: +43-732-7676-5793
Fax: +43-732-7676-5796
E-Mail: office@medikal.at

www.medikal.at

ZWEIGSTELLEN

Medikal Bad Leonfelden
Natur- und Kurhotel Bad Leonfelden

Medikal St. Georgen i. Attergau
Sanatorium Rupp

Medikal Bad Ischl
Villa Seilern und Merkur Lifestyle



Medikal ist eine Einrichtung der forte FortBildungszentrum der Elisabethinen Linz GmbH&CoKG