

MEDIENINFORMATION

Greifswald, 16. Januar 2015

Damit die guten Vorsätze eine Chance haben Nachhaltig Abnehmen an der Unimedizin Greifswald

Erfahrungsgemäß sind Mitte Januar bei vielen Menschen die guten Vorsätze nach den reichhaltigen Weihnachtsfesttagen schon längst wieder aufgegeben worden. Aber, das Jahr ist noch jung und die Herausforderung auf eine nachhaltige Lösung für die persönlichen Gewichtsprobleme und somit mehr Lebensqualität kann jederzeit in Angriff genommen werden. An der Klinik für Innere Medizin der Universitätsmedizin Greifswald werden verschiedene Programme zur Unterstützung einer Gewichtsreduktion angeboten.

„Grund für eine größere Sorge und dringenden Handlungsbedarf besteht bei langjährigem Übergewicht oder der noch ausgeprägteren Form, der krankhaften Fettleibigkeit, also Adipositas“, betonte Oberärztin Dr. Antje Steveling von der Ernährungsmedizin. „Um diese zu behandeln reichen die guten Neujahrsvorsätze und ein paar Blitzdiäten meistens nicht aus.“ Gerade in Mecklenburg-Vorpommern ist jeder zweite Erwachsene übergewichtig und jeder fünfte sogar krankhaft adipös. Damit hat M-V nach Sachsen-Anhalt bundesweit die zweithöchste Adipositas-Rate. Und das kann schwere gesundheitliche Folgen haben. Diese reichen von Gelenk- und Rückenschmerzen über Stoffwechselerkrankungen wie Cholesterinerhöhung, Diabetes mellitus und Bluthochdruck bis zum Herzinfarkt oder Schlaganfall.

Für Versicherte der AOK und IKK-Nord besteht bei Vorliegen einer Adipositas mit einem Body Mass Index (BMI) von über 35 (Gewicht /Größe in Metern) die Möglichkeit, ein Jahr lang an einem ambulanten Abnahmeprogramm (DocWeight®) unter ernährungsmedizinischer Leitung mit psychologischer, ernährungswissenschaftlicher und sporttherapeutischen Betreuung teilzunehmen. Ebenso werden kostenpflichtige Programme (Optifast®) in Gruppen oder für Einzelpersonen angeboten, bei denen zu Beginn auch ein Ersatz normaler Mahlzeiten durch kalorienreduzierte Diäten erfolgt, was zu einem größeren Abnehmerfolg führen kann. Um den Behandlungserfolg langfristig zu sichern, werden die Teilnehmer bei allen Programmen auch nach dem Ende der Maßnahme weiter begleitet. „Ziel ist es, den Teilnehmern nicht nur bei einer nachhaltigen Gewichtsabnahme zu helfen, sondern auch Impulse für einen dauerhaft gesunden Lebensstil zu setzen“, so Steveling.

Da nicht für jeden die Teilnahme an den vorgeschlagenen Abnahmeprogrammen in Frage kommt, wird Rat suchenden in der Ernährungsmedizin der Universitätsmedizin zunächst ein unverbindliches Informationsgespräch angeboten (Anmeldung werktags von 14.00 bis 19.00 Uhr unter der Telefonnummer 0176-990 10 731).

