

Angebot Adipositas-Behandlung



In einem interdisziplinären und interprofessionellen Team unterstützen wir Sie, eine erfolgreiche Gewichtsreduktion sowie langfristige Gewichtsstabilisierung zu erzielen und dadurch Gesundheit und Wohlbefinden zu verbessern.



Ärztliche Sprechstunde

Hier wird eine umfassende medizinische Diagnostik durchgeführt (u.a. Laboranalysen, Messung der Körperzusammensetzung, Energieumsatzmessung) und die Resultate mit Ihnen gemeinsam ausgewertet. Bei begründetem Verdacht werden Hormonstörungen und genetische Ursachen der Adipositas gesucht. Unter Berücksichtigung Ihrer medizinischen Vorgeschichte, Begleiterkrankungen und individueller Bedürfnisse werden auf Sie zugeschnittene Therapiemöglichkeiten aufgezeigt.

Grundlage jeder Adipositas-Behandlung sind die Änderung von Ernährungs- und Bewegungsverhalten. Je nach individueller Situation können ergänzend Medikamente, psychologische Interventionen oder invasive Verfahren (z.B. Adipositas-Operationen) eingesetzt werden. Im folgenden Abschnitt werden die verschiedenen «Komponenten» einer Adipositas-Behandlung aufgezeigt.



Ernährungsberatung

Wir unterstützen und begleiten Sie bei der Erarbeitung und Umsetzung von Ernährungsstrategien, um Ihr persönliches Gewichtsziel zu erreichen und aufrechtzuerhalten. Dabei berücksichtigen wir Ihre Bedürfnisse, orientieren uns an wissenschaftlich belegten Konzepten und stellen die Versorgung mit essentiellen Nährstoffen sicher. Je nach Ihren persönlichen Zielen besteht die Möglichkeit von zeitlich begrenztem Einsatz von Mahlzeitenersatzprodukten (sog. «Formuladiäten»).

Ernährungsberatungen können in Einzel-Sitzungen vor Ort, in Gruppensitzungen digital oder App-gestützt durch die Firma Oviva erfolgen.



Psychologische Interventionen

Mittels kognitiver Verhaltenstherapie unterstützen Sie unsere Psycholog:innen bei der Analyse und Veränderung von Verhaltensweisen im Bereich Ernährung und Bewegung. Wir stärken Sie in der Erarbeitung von Bewäl-

tigungsstrategien für Stress, negative Emotionen und andere Belastungsfaktoren. Die psychologische Begleitung kann während der Gewichtsreduktion oder auch zur Rückfallprophylaxe in die Adipositas-Behandlung integriert werden. Bei Vorliegen von Adipositas-assoziierten Essstörungen (z.B. «Binge-Eating-Störung») bieten wir eine gezielte psychotherapeutische Spezial-Behandlung an. Psychologische Interventionen erfolgen je nach Wunsch in Einzel-Sitzungen vor Ort oder App-gestützt durch die Firma Oviva.



Bewegungstherapie

Bewegung begünstigt den Gewichtsverlust durch erhöhten Energieverbrauch und hilft bei der Erhaltung der Muskulatur während der Gewichtsreduktion. Nach ärztlicher Verordnung bietet die Physiotherapie des Inselspitals Ihnen ein professionelles Bewegungs-Assessment an und leitet daraus personalisierte Bewegungsprogramme ab. Die Umsetzung kann am Inselspital (in Einzel- oder Gruppensitzungen) oder extern erfolgen.



Medikamente zur Adipositas-Therapie

In spezialärztlicher Behandlung setzen wir wissenschaftlich geprüfte und zugelassene Medikamente zur Unterstützung der Gewichtsreduktion und -stabilisierung ein. Neue Wirkstoffe orientieren sich an körpereigenen Darmhormonen, die Appetit und Sättigung steuern. Diese Medikamente sind rezeptpflichtig und erfordern eine ärztliche Aufklärung über Wirkung, Nebenwirkungen und Kassenzulässigkeit.



Operative Adipositas-Therapien

In bestimmten Situationen kann eine operative Intervention zur Behandlung der Adipositas erwogen werden. Vor einer Operation werden verschiedene Abklärungen und Untersuchungen vorgenommen und die Befunde werden an einem interdisziplinären Adipositasboard besprochen. Operative Behandlungen erfolgen durch die Spezialist:innen der Universitätsklinik für Viszerale Chirurgie und Medizin. In einem interdisziplinären Team begleiten und unterstützen wir Sie in der lebenslangen Nachsorge.

Anmeldung

Zuweisungsschreiben an udem@insel.ch. Danach erfolgt ein schriftliches Terminaufgebot.

**Universitätsklinik für Diabetologie, Endokrinologie,
Ernährungsmedizin und Metabolismus (UDEM)**

Inselspital, Universitätsspital Bern

Freiburgstrasse 15

CH-3010 Bern

www.udem.insel.ch

01.23894_06/23_kfg/df

Klinikdirektor

Prof. Dr. med. Christoph Stettler

Bereichsleitung

Prof. Dr. med. et phil. Lia Bally

Fachbereichsleiterin Pflege und Beratung

Mirjam Michel