

7. Interprofessioneller Teamkurs „Adiposilog*in / Adipositasberater*in DAG-DDG“

E-Learnings

Vorträge in empfohlener Reihenfolge (Dauer: ca. 45 Min. pro Vortrag)
Adipositas: Epidemiologie. Diabetes mellitus Typ 2
Herzinsuffizienz bei Adipositas
Adipositas und Dyslipidämie & Hypertonie
Fettleber
Adjuvante medikamentöse Therapieoptionen
Grundlagen - Gesundheitlicher Nutzen von körperlicher Aktivität: Einführung (Block 1)
Grundlagen - Gesundheitlicher Nutzen von körperlicher Aktivität / Bewegung (Block 2)
Erfassung von Bewegung
Risiken von körperlicher Aktivität
Energie- und Nährstoffbedarf des Menschen (Block 1)
Energie- und Nährstoffbedarf des Menschen (Block 2)
Determinanten und Berechnung des Energie- und Nährstoffbedarfs
Lebensmittel: Nährwertprofile und Kennzeichnung
Motivations- Theorien
Selbstbeobachtung, - Bewertung, -Reflexion
Optionales E-Learning-Modul: Testosteronmangel, Adipositas und Psyche

Tag 1

Uhrzeit	Thema
08:15-08:25	Begrüßung
08:25-08:45	Vorstellung DAG Vorstellung DDG sowie DANK zur Verhaltensprävention
08:45-09:30	DMP praktisch: wo stehen wir, wie geht es ganz konkret
09:30-10:15	Adipositas - Ätiologie und Pathophysiologie und Diagnostik (Genetik, Energiestoffwechsel)
10:15-11:00	Adipositas eine Systemerkrankung
11:00-11:30	<i>Pause</i>
11:30-12:15	Psychosoziale Aspekte der Adipositas (Ätiologie, Therapie, Prognose)
12:15-13:00	Gestörtes Essverhalten, psychische Komorbiditäten
13:00-13:45	Prädiktoren einer erfolgreichen Lebensstilintervention bei Adipositas
13:45-14:30	<i>Mittagspause</i>
14:30-15:15	Grundlagen - Gesundheitlicher Nutzen von körperlicher Aktivität / Bewegung (Block 3)
15:15-16:00	Praktische Aspekte/Umsetzung I
16:00-16:45	Zielvereinbarung, -Monitoring
16:45-17:30	Verstärker- Analyse

Tag 2

Uhrzeit	Thema
08:00-08:45	Chirurgie: Indikationen und Vorbereitungen
08:45-09:30	Chirurgie: Interventionelle und operative Verfahren
09:30-10:15	OP-Nachsorge und Management internistischer Komplikationen
10:15-11:00	Nachsorgeprogramm, inkl. Kostaufbau nach bariatrischer OP
11:00-11:30	<i>Pause</i>
11:30-12:15	Chirurgische Verfahren, psychologische Konsequenzen der Adipositas-Therapie
12:15-13:00	Stimulus- Kontrolle, Problem- Lösestrategien
13:00-13:45	<i>Mittagspause</i>
13:45-14:30	Der besondere Fall aus der Nachsorge-Sprechstunde - Umgang mit Komplikationen der bariatrischen OP
14:30-15:15	Langzeitbetreuung von Menschen mit Adipositas
15:15-16:00	Bewegung - Motivation, Adhärenz und Rückfallmanagement I
16:00-16:45	Bewegung - Motivation, Adhärenz und Rückfallmanagement II
16:45-17:30	Praktische Aspekte/Umsetzung II

Tag 3

Uhrzeit	Thema
08:00-08:45	Methoden der Ernährungserhebung und -auswertung (Praxisteil) (Block 1)
08:45-09:30	Methoden der Ernährungserhebung und -auswertung (Praxisteil) (Block 2)
09:30-10:15	Individualisierte Ernährungsempfehlungen
10:15-11:00	Mäßig energiereduzierte Kostformen
11:00-11:30	<i>Pause</i>
11:30-12:15	Deutlich energiereduzierte Kostformen und Mahlzeitenersatzstrategie
12:15-13:00	Intervallfasten, sonstige Kostformen
13:00-13:45	Gruppenprogramme, z.B. Ich nehme ab, Doc Weight, BodyMed, Optifast u.a.
13:45-14:30	<i>Mittagspause</i>
14:30-15:15	Therapeutische/Rehabilitative Aspekte
15:15 - 16:00	Therapeutische/Rehabilitative Aspekte
16:00-16:45	Kognitive Umstrukturierung, Selbstwirksamkeits- und Körperbild- Erleben, Stressmanagement
16:45-17:30	Rückfallprävention, Strategien zum Umgang mit wieder ansteigendem Gewicht

Tag 4

Uhrzeit	Thema
08:45-09:30	Selbsthilfe-Gruppen
09:30-10:15	Bewegungsarten/Möglichkeiten/Exercise Snacks
10:15-11:00	Praktische Aspekte/Umsetzung III
11:00-11:30	<i>Pause</i>
11:30-12:15	DiGAs plus sonstige digitale Tools/Apps im Kontext Gewichtsreduktion (Block 1)
12:15-13:00	DiGAs plus sonstige digitale Tools/Apps im Kontext Gewichtsreduktion (Block 2)