



Dr. med. Dietmar Brückl
 Chefarzt der Klinik für
 Innere Medizin und Onkologie

- Facharzt für Innere Medizin
- Diabetologe DDG
- Ernährungsmedizin DGEM
- Zusatzbezeichnung Sozialmedizin



REHA BEI ADIPOSITAS – WARUM SO WICHTIG?

Bei Adipositas handelt es sich um eine Stoffwechselerkrankung mit starkem Übergewicht, die mit krankhaften Veränderungen einhergeht.

Die zunehmende Häufigkeit der Adipositas wurde von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als eines der größten globalen Gesundheitsprobleme identifiziert. Auch jeder 5. Erwachsene in Deutschland ist adipös. Einschränkungen der Lebensqualität und vorzeitige Erwerbsunfähigkeit drohen den Betroffenen. Die Diagnose Adipositas ist häufig mit Begleitkrankheiten (Komorbiditäten), wie z. B. Diabetes mellitus Typ II, Arthrosen, Gicht, Krebserkrankungen, kardiovaskulären Erkrankungen und psychischen Erkrankungen assoziiert. Daher kann Adipositas nur interdisziplinär sowie mittels eines ganzheitlichen multimodalen Therapieansatzes langfristig erfolgreich behandelt werden. Diese umfassende Lebensstilmodifikation beginnt idealerweise mit einer spezifischen Reha-Maßnahme.

ANGENEHMES AMBIENTE

Inmitten der schönen Naturlandschaft der Rhön bietet das Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet ein angenehmes Ambiente mit sehr hohem Freizeitwert.

Großzügig angelegte Aufenthaltsräume sowie der moderne Therapiebereich und die Balthasar-Neumann-Therme mit Biosauna, Finnischer Sauna, Römischer Dampfbad, Erlebnisduchen, wohligen Ruheräumen und 30°-Stahlwasserhallenbad erinnern eher an ein Hotel als an eine Klinik. Diese Annehmlichkeiten nutzen Gäste und Patienten selbstverständlich kostenfrei. Der hauseigene Tennisplatz sowie drei autorisierte Nordic Walking Strecken, die unmittelbar vor dem Haus beginnen, locken für Sport und Bewegung an die frische Luft.

Im Rahmen eines speziellen Partnerprogramms bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich von Ihrem Partner / Ihrer Partnerin während des Aufenthaltes begleiten zu lassen.



© MICKADO Werbeagentur Bad Kissingen - Fotos: roarte fotodesign, Deutscher Heilbäderverband - Anetlind/Hinstock - 10/2015

INFORMATIONEN & ANMELDUNG

Nutzen Sie gerne unseren Beratungsservice unter **Telefon 09708 79-3493** oder schicken Sie uns ein **Telefax 09708 79-3435**.

Gerne erwarten wir auch Ihre E-Mail-Nachricht unter **info@rehazentrum-bb.de**

Selbstverständlich können Sie sich jederzeit online informieren: **www.rehazentrum-bb.de**

Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet

Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
 Tel. (09708) 79-3493 | Fax (09708) 79-3435
 info@rehazentrum-bb.de | www.rehazentrum-bb.de

BRITTA Bockleter Reha- intervention bei Adipositas



Rehabilitations- &
 Präventionszentrum
 Bad Bocklet



GESUNDHEIT GENIESSEN



ADIPOSITAS-REHA IN BAD BOCKLET

Am Rehakentrum Bad Bocklet werden Rehabilitanden aus den Indikationen Innere Medizin/Onkologie, Orthopädie, Psychosomatik und Geriatrie rehabilitiert. Das Adipositas-konzept BRITTA berücksichtigt die enge interdisziplinäre Verzahnung in der Klinik und ermöglicht daher auch die Behandlung störungsspezifischer Indikationen, wie z. B. depressive und andere psychische Störungen bzw. die Behandlung orthopädischer Erkrankungen.

Dabei erfordern die unterschiedlichen mit Adipositas verbundenen Beschwerden bzw. Krankheiten hohe Flexibilität mit Blick auf Zielsetzungen und therapeutische Anwendungen. Das zentrale Therapieziel: die Gewichtsreduktion. Um das zu erreichen, kommt ein multimodales, individuell mit dem Patienten abgestimmtes Therapieprogramm zum Einsatz. Am Beginn steht die ausführliche klinische Diagnostik, die neben Laborparametern beispielsweise auch apparative Untersuchungen wie BIA, Sonographie und Schlafapnoe-Screening umfasst.

Zur Stabilisierung des Erfolges können Patienten auf freiwilliger Basis nach 6 und 12 Monaten ein Refresher-Wochenende durchführen. In der Zwischenzeit steht das Klinikteam gern telefonisch zur Verfügung.

ADIPOSITASKONZEPT »BRITTA« – WICHTIGE ECKPFEILER

- individualisierte, multimodale, verhaltenstherapeutisch-orientierte Reha-Intervention
- starke interdisziplinäre Ausrichtung zwischen den verschiedenen Disziplinen
- Integration von störungsspezifischen Indikationen (z. B. depressive Störungen bei Adipositas, muskuloskeletale Erkrankungen)
- Therapie von Begleiterkrankungen (z. B. Metabolisches Syndrom, Mammakarzinom)
- freie Wahl der Kostform (außer DGE auch kohlenhydratreduzierte Ernährungsformen möglich)
- Einbezug der Angehörigen
- Nachhaltigkeit durch Refresher-Wochenende, Etappenheilverfahren und die Nutzung moderner Medien (Apps, Schrittzähler) zur nachhaltigen Lebensstilveränderung
- wissenschaftliche Begleitevaluation

DAS »BRITTA« WOCHENPROGRAMM

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:30	Labor (Urin/Blut) & Wiegen	freiwillige Frühgymnastik					
8:00 - 8:30	Frühstück vom Buffet						
9:00		Bewegungsbad	Sequenztraining	Ergometertraining			freiwillige Ausflugsfahrt
9:30	Ergometertraining Einführung			LWS Gruppe	Ergometertraining	Sequenztraining	
10:00	Nordic Walking (Einführung Theorie)	Lehrküche Gewicht	Lehrküche Gewicht	Nordic Walking	Einführung Achtsamkeitsmeditation	Bewegungsbad	
10:30					Bewegungsbad		
11:00	Vortrag Gesunde Ernährung					Ergometertraining	
11:30	Mittagessen			Mittagessen			
12:00 - 12:45			Ergometertraining				freiwillige Freizeitherapie
13:00	Diagnostik	HWS Gruppe	HWS Gruppe	Achtsamkeitsmeditation	HWS Gruppe		
13:30		Achtsamkeitsmeditation			Nordic Walking		
14:00			Bewegungsbad	Sequenztraining			
14:30							
15:00	Nordic Walking (Einführung Praxis)	Sequenztraining Einführung		Bewegungsbad			
15:30							
16:00			Vortrag Fettstoffwechsel				
16:30		Ergometertraining		Ernährungsberatung einzeln			
17:00							
17:30 - 18:00	Abendessen						