



# Adipositas-Therapie ohne Eingriff

Zwei Drittel der Männer und die Hälfte aller Frauen sind nach Daten des Robert Koch-Instituts übergewichtig. Jeweils knapp ein Viertel der Männer und Frauen sind adipös. In Sachsen und Thüringen unterstützt die AOK PLUS Übergewichtige mit einem Body-Mass-Index von 35 und mehr bei der dauerhaften Gewichtsreduktion.

Von **Tanja Ebert-Rall**

**Berlin/Leipzig.** Menschen mit ausgeprägter Adipositas sind besonders gefährdet, schwere gesundheitliche Probleme durch Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Herzinfarkt und andere Gefäßerkrankungen zu erleiden.

Während der Corona-Pandemie hat sich das etwa durch ein höheres Risiko für einen schwereren Verlauf bei SARS-CoV-2-Infektionen gezeigt: Laut Studien haben Patienten mit Adipositas zum Beispiel ein deutlich erhöhtes Risiko im Vergleich zu normalgewichtigen Patienten, bei einer COVID-19-Erkrankung beatmet werden zu müssen.

Als zentraler Risikofaktor für eine Vielzahl metabolischer Störungen und weiterer Erkrankungen verursacht die Adipositas hohe Kosten, die in Deutschland auf 15 bis 20 Milliarden Euro im Jahr geschätzt werden.

Am Universitätsklinikum Leipzig (UKL) erhalten Erwachsene, aber auch Kinder und Jugendliche eine individuell auf sie abgestimmte Behandlung. Dazu gehören etwa eine persönliche Ernährungsberatung, medikamentöse Therapien, psychologische Betreuung und individuelle Bewegungsprogramme.

## Professionelle Begleitung wichtig

„Für eine konservative Adipositas-Therapie brauchen die Patienten Geduld, die Behandlung dauert mindestens zwölf Monate“, sagt Dr. Haiko Schlögl von der Klinik und Poliklinik für Endokrinologie, Nephrologie, Rheumatologie des UKL. „Dafür erhalten sie hier viel Unterstützung und gewinnen bei einer erfolgreichen Gewichtsverringerung deutlich an Lebensqualität.“

Eine langfristige Gewichtsabnahme ohne professionelle Unterstützung ist für viele Patienten allerdings schwierig. Schließlich haben die meisten seit ihrer Jugend kontinuierlich



Für eine konservative Adipositas-Therapie brauchen die Patienten Geduld, die Behandlung dauert mindestens zwölf Monate.

**Dr. Haiko Schlögl**  
Klinik und Poliklinik für Endokrinologie, Nephrologie und Rheumatologie des Universitätsklinikums Leipzig



© UNIVERSITÄTSKLINIKUM LEIPZIG



Persönliche Ernährungsberatung und psychologische Betreuung sind zwei Bausteine der Adipositas-Therapie am Universitätsklinikum Leipzig (UKL). © ANNASTILLS / STOCK.ADOBE.COM (MOTIV MIT FOTOMODELLEN)

zugenommen. Hier ist es oft schon ein Erfolg, wenn die Gewichtszunahme durch die Therapie gestoppt wird.“

## Verhaltensänderung als Ziel

Im Unterschied zur chirurgischen Behandlung findet bei der rein konservativen Behandlung nach Schlögl's Erläuterung keine Magen-Operation statt. Der Fokus liegt vielmehr auf einer Veränderung des Verhaltens. Schon deshalb ist die Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen wie Ärzten, Psychotherapeuten sowie Ernährungs- und Sporttherapeuten so wichtig. Dazu sagt Experte Schlögl: „Wir nehmen die Patienten für einen Tag teilstationär auf, klären den Gesundheitszustand ab und schauen, in welchen Bereichen der Patient besondere Unterstützung braucht. Oft dient das Essverhalten als Kompensation einer Depression. Dann muss die Depression unbedingt mitbehandelt werden, um langfristig eine Gewichtsabnahme zu erreichen. Das Bewegungsprogramm wird auf die Leistungsfähigkeit des Patienten abgestimmt. Auch ein Einkaufstraining wird angeboten, denn was im Einkaufswagen landet, wird auch gegessen. Alle arbeiten Hand in Hand.“

Den Nachweis dafür, dass sich die Anstrengung der konservativen The-

rapie lohnt, liefern die Ergebnisse einer Studie im Rahmen eines Vertrags zur integrierten Versorgung (IV-Vertrag) für Adipositas zwischen dem UKL und der AOK PLUS, der inzwischen ausgelaufen ist.

Demnach erreichten die 243 Teilnehmer innerhalb eines Jahres eine durchschnittliche Gewichtsreduktion von fünf Kilogramm beziehungsweise rund vier Prozent des Ausgangsgewichts. Diabetes- und Cholesterinwerte verbesserten sich ebenso wie weitere metabolische Werte und psychologische Parameter. Einhergehend mit der Gewichtsabnahme und der Steigerung der körperlichen Fitness nahmen die Zufriedenheit der Teilnehmer und das Energielevel für ihr tägliches Leben zu.

Im Rahmen der Studie wurden die Patienten je nach BMI, körperlicher Leistungsfähigkeit und zeitlicher Verfügbarkeit in die Module DOC WEIGHT®, M.O.B.I.L.I.S. oder das „Individuelle Therapieprogramm“ eingeteilt. Jedes Modul dauerte zwölf Monate.

Je nach Modul fanden bis zu sechs diättherapeutische Einzelsitzungen, sechs bis zwölf diättherapeutische Gruppensitzungen, 40 - 48 Bewegungseinheiten in der Gruppe und zehn bis zwölf verhaltenstherapeuti-

sche Gruppensitzungen statt. Darüber hinaus konnten Einzelgespräche im diättherapeutischen und/oder psychotherapeutischen Bereich vereinbart werden.

## Online-Kurse haben sich bewährt

Jan Goller, der sich bei der AOK PLUS um die Verträge für die Adipositas-Therapie gekümmert hat, freut sich über die Erfolge. „Wir sind jetzt froh darüber, dass diese erfolgreichen Behandlungen 2022 in Sachsen in die Regelversorgung übergeführt werden konnten.“ Ein Problem sieht Schlögl allerdings in der schweren Erreichbarkeit von Therapeuten auf dem Land. „Die große Krux ist, dass zum Beispiel die psychotherapeutische Behandlung hier bei uns in Leipzig gut funktioniert, auf dem Land aber häufig nicht.“

Während der Corona-Zeit haben wir deshalb auch Online-Kurse und Einzeltermine auf digitalem Weg angeboten. Wir versuchen jetzt, das fortzusetzen.“

➔ Weitere Informationen:  
<https://www.aok.de/pk/plus/adipositas-therapie/>  
<https://www.ifb-adipositas.de/blog/2014-03-21-bundesweites-mobilis-programm-hilft-beim-abnehmen>

# Adipositas im Fokus: Angebote der AOKs

Außer der AOK PLUS bieten weitere Allgemeine Ortskrankenkassen gezielte Programme für Adipositas-Patienten an. Hier einige Beispiele:

■ **Hessen:** Die AOK Hessen bietet Versicherten ein einjähriges Programm zur Gewichtsreduktion an, die einzelnen Behandlungsschritte werden durch einen festen Ansprechpartner des Adipositaszentrums organi-

siert. Vorgesehen sind zudem medizinische Nachuntersuchungen in festen Zeitabständen. Patienten, bei denen aus medizinischen Gründen ein bariatrischer Eingriff stattfindet, werden rund um den chirurgischen Eingriff informiert und geschult.

■ **Berlin, Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern:** Das Angebot der AOK Nordost richtet sich an adipöse Menschen ab dem Alter von 18 Jahren, die ab einem BMI stark übergewichtig sind und bereits Folgeerkrankungen haben sowie an Versicherte mit ärztlich diagnostizierter Adipositas. Es wird vorausgesetzt, dass es keine Aus-

schlussenerkrankungen gibt, etwa Alkohol- oder Drogenabhängigkeit. Das Programm beinhaltet ernährungs-, bewegungs- und verhaltenstherapeutische Unterstützung. Bariatrische Operationen gehören nicht dazu.

■ **Rheinland-Pfalz/Saarland:** Das „Projekt Adipositas“ der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland bietet eine Kombination aus einem individuell zugeschnittenen Trainingsprogramm und der Unterstützung durch die digitale Adipositas-Therapie von Oviva. So sollen Lebensgewohnheiten umgestellt und das Gewicht reduziert werden. Es beinhaltet Ernährungsbera-

tung mittels Telefon, Videotelefon oder Chat, intensives Training auf einem sogenannten Anti-Schwerkraft-Laufband. Hier können Versicherte ab einem Mindestalter von 15 Jahren teilnehmen. (Ebert-Rall)

➔ Weitere Informationen  
<https://www.aok.de/gp/aerzte-psychotherapeuten/besondere-versorgung/krankhafte-adipositas>  
<https://www.aok.de/pk/nordost/versorgungsprogramm-starkes-uebergewicht-adipositas/>  
<https://www.aok.de/pk/rps/projekt-adipositas/>

## Die Praxis-Serie

**Lesen Sie am 8. Juli:** In Deutschland sind derzeit rund 4,2 Millionen Menschen auf Pflege angewiesen. Rund 800 000 von ihnen werden in Alten- und Pflegeheimen betreut. Der Pflege-Report 2022 des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDo) widmet sich der Versorgung von Heimbewohnenden am Lebensende.

**Kontakt:** Haben Sie Fragen an die AOK oder Themenwünsche für diese Seite? Dann schreiben Sie uns per E-Mail an: [prodialog@bv.aok.de](mailto:prodialog@bv.aok.de).