

## *Behandlungskonzept der CJD Oberau Health & Activity Lodge Adipositas Rehabilitation*

Das vorliegende Konzept orientiert sich an der Internationalen Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF). Es stellt eine gemeinsame Handlungsgrundlage für alle dar, die an der Behandlung, Therapie und der Versorgung gesundheitlich beeinträchtigter und in der Teilhabe bedrohter Menschen beteiligt sind. Indikationen und Kontraindikationen werden in Bezug auf ICF formuliert. Zusammen mit dem Rehabilitanden werden bei der Aufnahme in die CJD Oberau Health & Activity Lodge Teilhabeziele formuliert. Diese werden im interdisziplinären Team mit dem Patienten in regelmäßigen Abständen überprüft. Der Patient nimmt somit aktiv am Rehabilitationsprozess teil.

Das Behandlungskonzept basiert auf den Leitlinien der Deutschen Adipositas Gesellschaft (DAG), den Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für pädiatrische Rehabilitation und Prävention, der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA) und der Konsensgruppe Adipositasschulung für Kinder- und Jugendliche (KgAS).

In regelmäßigen Abständen wird das vorliegende Konzept durch die Ärztliche Leitung überprüft und freigegeben.

### **Indikationen:**

- Übergewicht [E66.99] mit Gewichts-assoziierten Komorbiditäten
- Adipositas [ E66.0] ,
- Adipositas mit Gewichts-assoziierten Komorbiditäten: Arterielle Hypertonie [I10.9], Diabetes mellitus Typ 2 [E11.9], Gestörte Glukosetoleranz, Steatosis hepatis [K76.0], Syndrom der polyzystischen Ovarien [E28.2], Obstruktives Schlafapnoe-Syndrom [G47.3], Orthopädische Erkrankungen (z.B. Gonarthrose, Coxarthrose, Sprunggelenkarthrose, Wirbelsäulen-Syndrom)

### **Ausschlusskriterien:**

- bulimische Essstörungen
- andere Ess-oder Verhaltensstörungen,
- Adipositas aufgrund syndromaler Grunderkrankung

- Kinder bzw. deren Eltern/Erziehungsberechtigte ohne ausreichende Motivation
- ungenügende Deutschkenntnisse
- keine altersentsprechende Lese- und Schreibfähigkeit
- fehlende Gruppenfähigkeit und soziale Integrationsfähigkeit
- psychiatrische oder psychosoziale Probleme, die einem Schulungserfolg entgegenstehen

**Folgende Diagnosen stellen Kontraindikationen in unserer Klinik dar:**

- Psychosen , Schizophrenien F20 - F29
- Verhaltensstörungen / Störung der Impulskontrolle F 60 - F 69
- Suchterkrankungen F 10-F 19

**Diagnostik:**

Medizinische Diagnostik

**Zielsetzung der Diagnostik:**

- Bestimmung des Ausmaßes der Adipositas
- Ausschluss einer ursächlichen Primärerkrankung
- Erkennen des Gesundheitsrisikos und der Komorbidität

**Durchführung der Diagnostik:**

- Messung von Körpergröße und Körpergewicht mit geeichten Messinstrumenten. Ermittlung der BMI-Perzentile.
- Messung des Körperfettanteils
- Dokumentation von Größe und Gewicht der Familienmitglieder (zur Beurteilung des Risikos des Fortbestehens der Adipositas)
- Frage nach Adipositas-relevanten Erkrankungen in der Familie (Typ 2 - Diabetes mellitus, Hypertonie, Herzinfarkt, Arteriosklerose, Hyperurikämie, ethnische Herkunft)

Psychologische Diagnostik

Neben dem Aufnahmegespräch werden standardisierte und validierte Erhebungsinstrumente genutzt. Für das Health & Activity Programm ist die Diagnostik für folgende Bereiche vorgesehen:

- Emotionale Stabilität
- Angaben zum Lebensstil (aktiv/ inaktiv, gesund/ ungesund)
- Einstellung, Motivation, Wissen und Verhalten in Bezug auf Bewegung und Ernährung
- Lebensqualität
- Selbstwert

### Bewegungstherapeutische Diagnostik

- Durchführung des Deutschen- Motorik- Test (standardisierter Sportmotorischer Test). Dieser Test wird kurz vor Ende der Maßnahme wiederholt
- Durchführung eines Berglauftests (nicht standardisierter Test; dient zur Motivationssteigerung), der zu Beginn und am Ende der Maßnahme durchgeführt wird
- Durchführung einer SenseWear- Messung, die zusammen mit dem Rehabilitanden ausgewertet und besprochen wird

### Ernährungspädagogische Diagnostik

Am Aufnahmetag wird von den Eltern und Kindern/ Jugendlichen ein Fragebogen zur Lebensmittelauswahl und zum Ernährungsverhalten ausgefüllt. Dieser wird dem Rehabilitanden und den Eltern in regelmäßigen Abständen im Rahmen der Nachsorge zugeschickt.

### **Unsere Ziele:**

- Förderung der Krankheits- und der Behandlungsakzeptanz zur Reduzierung der Körpergewichtes
- Altersentsprechendes personenbezogenes Krankheitsmanagement mit dem Ziel eine wiederholte Gewichtszunahme zu verhindern
- Stärkung der sozialen Kompetenz, Förderung der Stressbewältigung im Schul- oder Ausbildungsalltag
- Verbesserung der körperlichen Fitness und Teilnahme an den Aktivitäten des täglichen Lebens
- Vermittlung von Freude an der Bewegung
- Reduzierung von Risikoparametern (z. B. erhöhter Blutdruck)
- Vermeidung von Nebenwirkungen (z.B. Essstörungen, die Entwicklung orthopädischer Komplikationen unter inadäquater körperlicher Belastung oder auch ein aus übermäßig schnellem Gewichtsverlust resultierender Jo-Jo- Effekt)
- Stärkung von Selbstvertrauen und Förderung intrinsischer Motivation
- Nahtloser Übergang von der Rehabilitation in die Alltagssituation der Familie, wenn möglich mit Unterstützung durch eine ambulante Langzeitbetreuung

### **Unser Leistungsspektrum:**

- Regelmäßige ärztliche Betreuung der Patienten
- Eine Verlaufsdiagnostik über den gesamten Therapiezeitraum gewährleistet jederzeit eine bedarfsorientierte Anpassung der Therapieziele

- Multimodales Programm, bei dem die Bausteine Medizin, Bewegung, Ernährung, Psychosoziales und Elternschulung unter einem Dach von einem interdisziplinären Team durchgeführt werden (nach den Standards der AGA und der KgAS)
- Psychotherapeutische Einzel- oder Gruppentherapie mit speziellen psychotherapeutischen Verfahren wie soziales Kompetenztraining, autogenes Training, progressive Muskelrelaxation, Konzentrationstraining
- Sporttherapeutische Betreuung in Sportarten wie z.B. Schwimmen, Wandern, Fahrradfahren, Ergometertraining, Krafttraining, Ballsportarten, Ringen, Bogenschießen und in sämtlichen Wintersportarten wie Skifahren, Snowboarden, Schneeschuhwandern, Schlitten fahren und Langlaufen
- Ernährungspädagogische Therapie mit gemeinsamen Kocheinheiten in der Lernküche und Einkaufstraining
- Physiotherapeutische Behandlung
- Haltungsgymnastik, Rückenschule
- physikalische Therapie (Voll- oder Teilbäder mit Zusätzen, Massagen, Wärmetherapie und UVA-Bestrahlung)
- schulische Begleitung und Förderung durch die CJD Christophorusschulen Berchtesgaden
- zweijährige Nachbetreuung durch Adipositrainer der CJD Oberau Health & Activity Lodge und einem Vertragsarzt am Heimatort
- Evaluation durch APV-Software (Adipositas-Patienten-Verwaltungsprogramm) gemäß den Standards der AGA zu allen Zeitpunkten der Programmteilnahme
- Evaluation der Verhaltensänderung bezogen auf die Bereiche körperliche Aktivität und Sport, Ernährung und Psychosoziales