

Nachsorge bei Adipositas

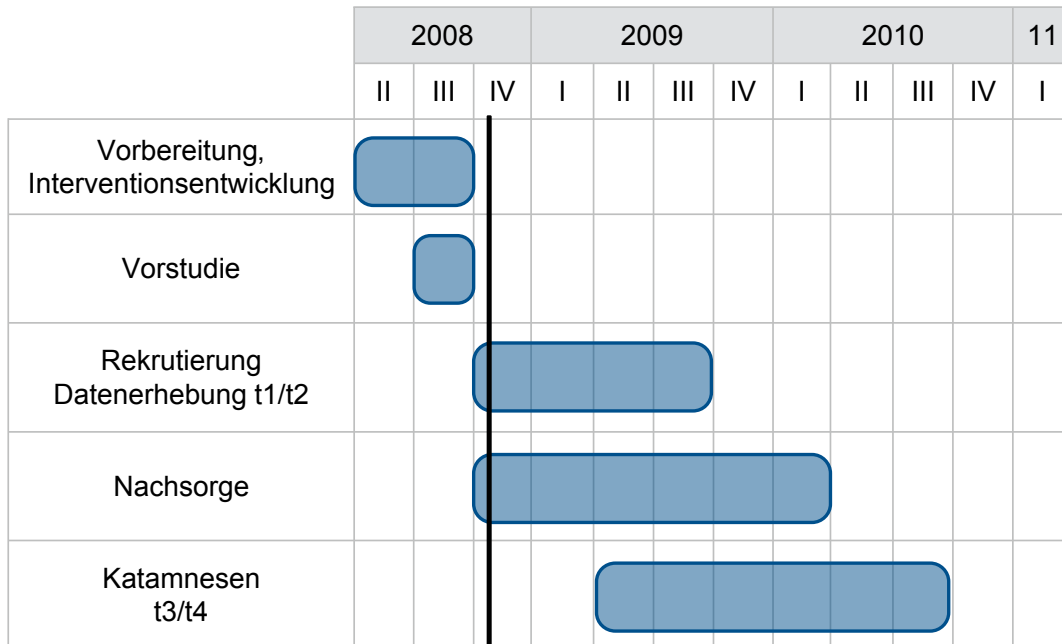
Veronika Ströbl, Werner Knisel & Hermann Faller

Patientenorientierung in der Rehabilitation, 6. /7. November 2008

Hintergrund

- Ziele der Rehabilitation für Patienten mit Adipositas u.a.
 - Gewichtsreduktion
 - Motivierung zur Lebensstiländerung
- Problem: langfristige Umsetzung
- Ansatzpunkte zur Optimierung der Umsetzung
 - Planung
 - Nachsorge
- Projekt: Evaluation einer Planungsintervention mit telefonischer Nachsorge zur Aufrechterhaltung körperlicher Aktivität

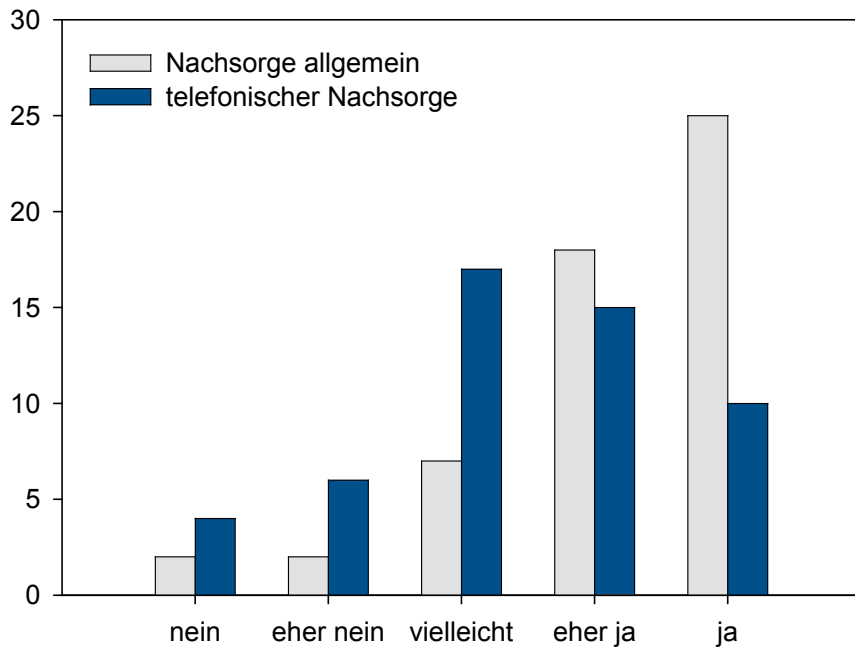
Projektlaufzeit April 2008 – März 2011 (Quartale)



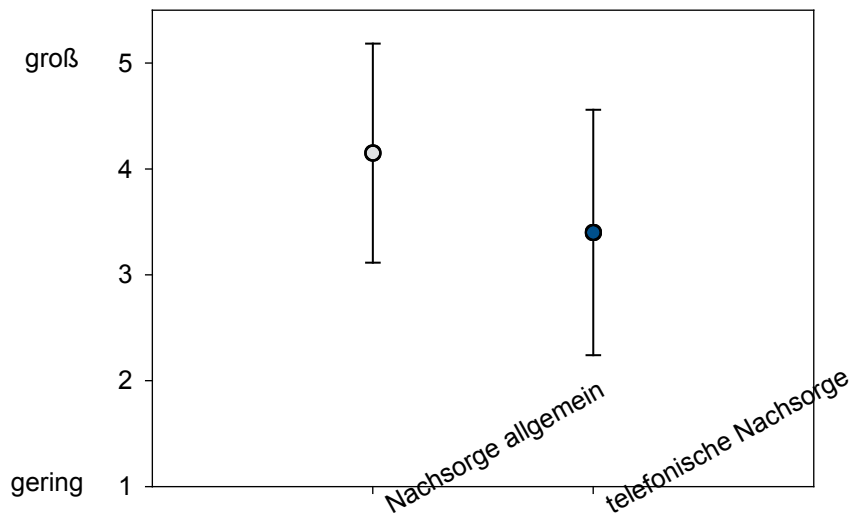
Vorstudie

- Fragestellung: Wünsche adipöser Patienten an Nachsorge nach medizinischer Rehabilitation?
 - Nachsorge allgemein
 - telefonische Nachsorge
- Stichprobe (N = 54)
 - Männer: 57%
 - verheiratet: 65%
 - erwerbstätig: 82%
 - Alter: M = 48 Jahre (SD = 9); range 20 - 62
 - BMI (Aufnahme): M = 39.3 (SD = 5.4); range 31 – 52

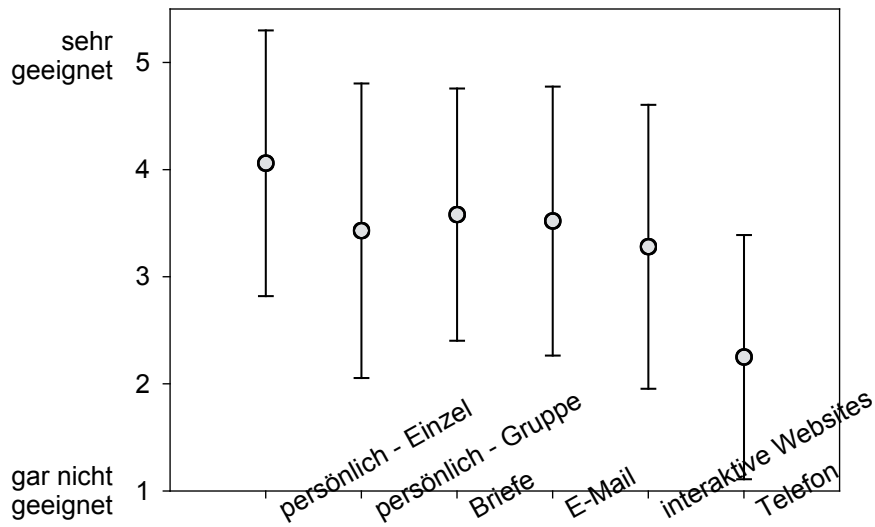
Interesse an ... (N = 54)



Interesse an ... (N = 54)

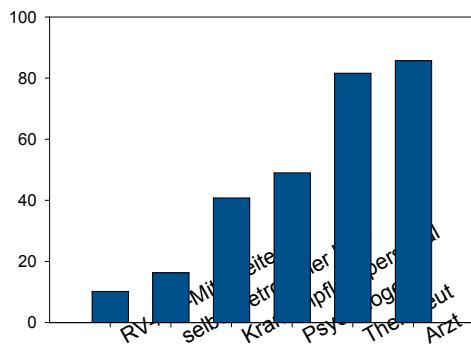


Eignung verschiedener Medien für Nachsorge (M/SD) (N = 54)

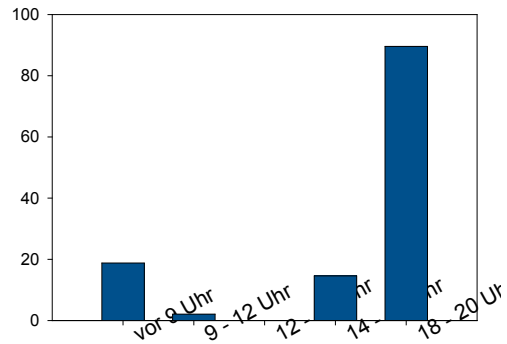


Berater/Uhrzeit: Eignung für telefonische Nachsorge (N = 54)

Berater

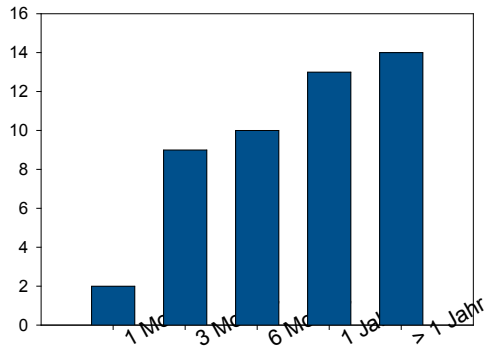


Uhrzeit

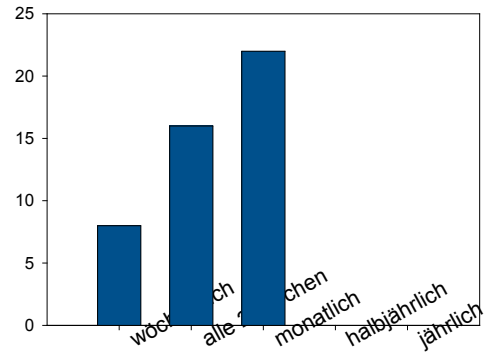


Dauer/Frequenz telefonischer Nachsorge (N = 54)

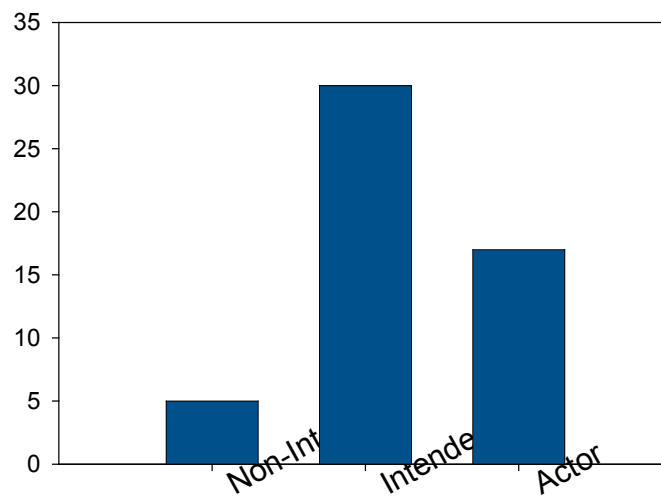
Dauer



Frequenz



Körperliche Aktivität: Stufe



Intervention zur Nachsorge

- Ziel: Unterstützung des Patienten bei Planung und Umsetzung körperlicher Aktivität
- Zielgruppe: Patienten mit Adipositas Grad I und II (BMI 30-40)
- Theoretische Grundlage: HAPA
- Konzeption in Anlehnung an andere Programme (Göhner & Fuchs, 2007; Lippke, Ziegelmann & Schwarzer, 2004)
- Leitung: Sportlehrerin
- Bausteine
 - Gruppengespräch } während Rehabilitation
 - Einzelberatung } nach Rehabilitation
 - 6 Telefonate

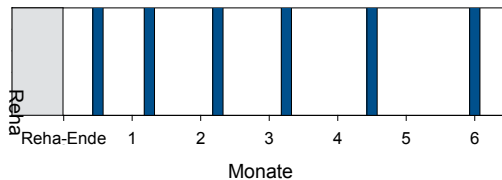
Vorbereitung der Nachsorge: Gruppengespräch + Einzelberatung

- Gruppengespräch (60 Min.)
 - Bewegung und Gewichtsreduktion
 - Bewegungsplanung
 - Bewältigungsplanung
 - Selbstbeobachtung
- individuelle Planung („Hausaufgabe“)
- Einzelberatung (ca. 10 Min.)
 - ggf. Modifikation/Spezifikation der Pläne
 - vorbereitende Maßnahmen nötig?
 - Terminvereinbarung für erstes Telefonat
 - Plan verbindlich bis 1. Telefonat





- 6 Gespräche (à 5 - 10 Minuten)
- 2 Wochen bis 6 Monate nach Rehabilitation
- abnehmende Frequenz der Telefonate



- strukturiertes Gespräch
 - aktueller Stand bei Ausübung körperlicher Aktivität
 - Hindernisse und Gegenstrategien?
 - Plan beibehalten – ausweiten – reduzieren?

- Vorstudie
 - Ergebnisse stützen in Teilen Interventionskonzept
 - Berücksichtigung bei Interventionsentwicklung
- Umsetzung der Nachsorge
 - großes Interesse
 - Zeitaufwand?
 - Arbeitszeiten?

Julius-Maximilians-

**UNIVERSITÄT
WÜRZBURG**

Kontakt:
stroebel@uni-wuerzburg.de