

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>1</b>	<b>Einleitung .....</b>	<b>1</b>
	<i>H. Dörr-Heiß</i>	
<b>2</b>	<b>Aufgabenstellung.....</b>	<b>5</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
<b>3</b>	<b>Adipositas und adipositaschirurgische Operationsmethoden .....</b>	<b>9</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
3.1	Definition und Bedeutung der Adipositas .....	10
3.2	Die gängigsten adipositaschirurgischen Operationsmethoden.....	11
3.2.1	Der Magenballon (gastric balloon).....	13
3.2.2	Das Magenband oder LAGB (laparoscopic adjustable gastric banding) .....	15
3.2.3	Der Schlauchmagen oder sleeve gastrectomy (laparoscopic gastric sleeve resection) .....	16
3.2.4	Der Magenbypass (gastric bypass).....	17
3.2.5	BPD/BPD-DS (biliopankreatische Diversion/mit duodenalem Switch).....	19
3.2.6	Weitere Verfahren .....	19
<b>4</b>	<b>Beratungssituation .....</b>	<b>23</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
<b>5</b>	<b>Auswahl der Operationsmethode .....</b>	<b>39</b>
	<i>J. Heimbucher</i>	
<b>6</b>	<b>Antragstellung zur Kostenübernahme.....</b>	<b>43</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
6.1	Chirurgisches Gutachten .....	44
6.2	Ernährungstherapeutisches Gutachten.....	49
6.3	Psychologisches Gutachten .....	51
<b>7</b>	<b>Konditionierung .....</b>	<b>55</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
<b>8</b>	<b>Präoperative Beratung .....</b>	<b>61</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
<b>9</b>	<b>Postoperative Beratung.....</b>	<b>65</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
9.1	Postoperative Beratung bei Magenballon .....	81
9.2	Postoperative Beratung bei Magenband .....	81
9.3	Postoperative Beratung bei Schlauchmagen .....	94
9.4	Postoperative Beratung bei Magenbypass.....	94
<b>10</b>	<b>Dokumentation der Beratung .....</b>	<b>109</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
<b>11</b>	<b>Information des Hausarztes .....</b>	<b>113</b>
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	

12	<b>Adipositasausweis</b> .....	117
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
13	<b>Nachsorgeintervalle</b> .....	121
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
13.1	<b>Nachsorgeintervalle nach Magenballon</b> .....	122
13.2	<b>Nachsorgeintervalle nach Magenband</b> .....	122
13.3	<b>Nachsorgeintervalle nach Schlauchmagen</b> .....	122
13.4	<b>Nachsorgeintervalle nach Magenbypass</b> .....	125
14	<b>Supplementierung</b> .....	129
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
15	<b>Besondere Themen in der Nachsorge</b> .....	139
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
15.1	<b>Grundregeln der Ernährung nach einer Adipositas-OP</b> .....	140
15.2	<b>Adipositasampel</b> .....	141
15.3	<b>Portionsgrößen</b> .....	144
15.4	<b>Tageskostpläne</b> .....	147
15.5	<b>Flüssigkeitsaufnahme</b> .....	147
15.6	<b>Protein</b> .....	147
15.7	<b>Erbrechen und Übelkeit</b> .....	164
15.8	<b>Sodbrennen</b> .....	164
15.9	<b>Obstipation</b> .....	166
15.10	<b>Dumping-Syndrom</b> .....	168
15.11	<b>Laktoseintoleranz</b> .....	168
15.12	<b>Verträglichkeit von Nahrungsmitteln</b> .....	170
15.13	<b>Haarausfall</b> .....	172
15.14	<b>Langfristige Tagesplangestaltung</b> .....	173
16	<b>Psychologische Betreuung</b> .....	177
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
17	<b>Ernährungsmediziner</b> .....	179
	<i>K. Weigand</i>	
18	<b>Bewegungstherapie</b> .....	183
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf, V. Nehm</i>	
18.1	<b>Flexibar</b> .....	184
18.2	<b>Nordic Walking</b> .....	186
18.3	<b>Handtuch-Volleyball</b> .....	187
18.4	<b>Trommeln auf Pezzibällen – Drums alive</b> .....	187
19	<b>Selbsthilfegruppen und Rahmenprogramm</b> .....	191
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
20	<b>Motivation der Therapeuten</b> .....	193
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
21	<b>Lebenslange Nachsorge</b> .....	195
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	

**Inhaltsverzeichnis**

22	<b>Patientengeschichten .....</b>	199
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
22.1	<b>Fressattacken bei Stress und Frust – mein Kampf gegen die Pfunde .....</b>	200
22.2	<b>Mein persönlicher Erfahrungsbericht.....</b>	200
22.3	<b>Mein neues Leben.....</b>	202
22.4	<b>Die richtige Entscheidung.....</b>	203
23	<b>Zwölf häufige Patientenfragen .....</b>	205
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	
24	<b>Schlusswort .....</b>	209
	<i>H. Dörr-Heiß, E. Wolf</i>	

**Serviceteil**

	<b>Verzeichnis der Arbeitsblätter.....</b>	213
	<b>Literatur .....</b>	215
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	217