

# Klinikum Saarbrücken

gGmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität des Saarlandes



Ein Unternehmen der Landeshauptstadt Saarbrücken



## Erste Hilfe bei krankhaftem Übergewicht!



# Unser Team



©Iris Maurer

## **Dr. med. Dr. habil. Gregor A. Stavrou, FEBS**

Chefarzt der Klinik für  
Allgemein-, Viszeral-,  
Thorax- und  
Kinderchirurgie



©Iris Maurer

## **Dr. med. Barbara Jacobi**

Oberärztin Klinik für Allge-  
mein-, Viszeral-, Thorax-  
und Kinderchirurgie,  
Ernährungsmedizinerin



©Iris Maurer

## **Dr. med. Akram Gharbi**

Oberarzt der Klinik für  
Allgemein-, Viszeral-,  
Thorax- und  
Kinderchirurgie



©Iris Maurer

## **Prof. Dr. med. Winfried Häuser**

Ärztlicher Leiter  
Schwerpunkt  
Psychosomatik



©Iris Maurer

## **Maria Käfer**

Medizinische Fachange-  
stellte, Bariatric Assistant



©Iris Maurer

## **Monika Emich-Schug**

Funktionsbereich  
Ernährung

**Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,  
liebe Patientin, lieber Patient,**

*die Adipositas (krankhaftes Übergewicht) betrifft immer mehr Menschen in allen Alters- und Gesellschaftsgruppen. In Deutschland sind mittlerweile fast 50% der Bevölkerung übergewichtig.*

*Viele gesundheitliche Risiken sind bekanntermaßen eng mit dem krankhaften Übergewicht verbunden, z.B. der Bluthochdruck, die Zuckerkrankheit (Typ 2-Diabetes), Depressionen, Fettstoffwechselstörungen, Gelenkbeschwerden und die Unfruchtbarkeit bei Frauen um nur einige zu nennen. Diese Erkrankungen können die Lebenserwartung um mehrere Jahre verkürzen.*

*Die Vorbeugung und Therapie des krankhaften Übergewichts ist mittlerweile zu einer zentralen medizinischen Aufgabe geworden. Im sowie um das Klinikum Saarbrücken herum steht Ihnen hierfür ein interdisziplinäres Spezialistenteam zur Verfügung.*

*Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen unser in Stufen gegliedertes Behandlungskonzept, welches konservative und operative Ansätze bietet, und die hierbei kooperierenden medizinischen Partner vorstellen. Außerdem sollen die folgenden Ausführungen unseren Patientinnen und Patienten bzw. interessierten Personen als Informationsquelle und Ratgeber dienen.*

*Wir wünschen uns, dass diese Broschüre Ihnen hilft, für Ihre Fragen und Anliegen kompetente Ansprechpartner zu finden.*

*Packen wir es gemeinsam an.*

*Ihr Team vom  
Saarbrücker Adipositaszentrum*

## **Stufe für Stufe zum Wunschgewicht**

Unser therapeutisches „Stufenkonzept“ basiert auf aktuellen Leitlinien und neuesten Studien. Gemeinsam werden wir jeden einzelnen Schritt mit Ihnen planen und individuell auf Sie abstimmen.

### **Stufe I: Basiskurs**

Hier erhalten Sie alle notwendigen Informationen für die Behandlung von krankhaftem Übergewicht. Ein Spezialistenteam klärt sie ausführlich über die gängigen konservativen und operativen Möglichkeiten auf.

### **Stufe II: Adipositasprechstunde**

Entwicklung eines persönlichen und individuellen Therapiekonzeptes, basierend auf den Vorgaben des multimodalen Programms. D. h. unter Berücksichtigung aller gängigen Therapiemöglichkeiten (konservativ und chirurgisch) sowie Ihrer Nebenerkrankungen und Ihres individuellen Risikoprofils wird von uns mit Ihnen die für sie maßgeschneiderte Therapie entwickelt.

### **Stufe III: konservatives Therapieprogramm**

Sie durchlaufen für ein halbes Jahr ein auf Sie angepasstes Ernährungs- und Bewegungsprogramm. Wir informieren Sie über die Möglichkeit zur Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe bzw. organisieren den Kontakt. Parallel hierzu erfolgt die Vorstellung bei unserem Psychosomatiker und bei Bedarf die begleitende Therapie.

### **Stufe IV: Antragsstellung**

Nach Ausschöpfung aller konservativer Maßnahmen bleibt manchmal nur noch der operative Eingriff. Hier werden Sie über den Prozess der Antragstellung informiert. Wir geben Ihnen Hilfestellung und unterstützen Sie bei Ihrem persönlichen Antrag.

## **Stufe V: OP-Vorbereitung/Operation**

Nach Erhalt der schriftlichen Kostenzusage durch Ihre Krankenkasse vereinbaren Sie einen Termin in unserer chirurgischen Klinik. Wir bieten Ihnen sämtliche gängigen OP-Verfahren sowie endoskopische Techniken (Magenballon, Endobarrier™) an. Hier werden Sie ausführliche über den Ablauf vor, während und nach der Operation aufgeklärt. Sie erfahren welche Voruntersuchungen (Magenspiegelung, Blutentnahmen) für Sie notwendig sind. Auch hier werden Sie interdisziplinär von Chirurgen, Ernährungsberatern und bei Bedarf auch psychologisch begleitet.

## **Stufe VI: Stationärer Aufenthalt**

In der Regel sind Sie zur Operation 5-7 Tage bei uns im Krankenhaus. Eine erfahrene Abteilung für Intensivtherapie sowie die Expertise aller medizinischen Hauptabteilungen gewährleisten eine moderne medizinische Rundumbetreuung im Zusammenhang mit Ihrer Operation. Von unseren Ernährungsexperten erhalten Sie eine Anleitung zu Ihrem individuell zusammengestellten Kostenaufbau nach der OP. Ebenfalls erhalten Sie eine Beratung über Ihre künftige Ernährung und die begleitende Bewegungstherapie.

## **Stufe VII: Nachsorge**

Sie haben nun die letzte Stufe erreicht. Um einen dauerhaften und langfristigen Erfolg zu verzeichnen, ist eine lebenslange Nachsorge durch unser interdisziplinäres Team notwendig. Die erste Nachuntersuchung findet schon 1 Woche nach der Operation statt, um Fragen, die sich in der ersten Woche zu Hause ergeben haben, zu besprechen. Im ersten Jahr nach der Operation vereinbaren wir dann in 3-monatigen Abständen eine Nachsorge. Die weitere Nachsorge wird in enger Zusammenarbeit mit Ihrem Hausarzt bzw. Ernährungsmediziner koordiniert.

### **Ernährungstherapie**

Die wichtigste und erste Maßnahme zur Gewichtsreduktion ist und bleibt ein maßvolles Essverhalten in Kombination mit ausreichender Bewegung. Hierzu gehören verschiedenste Therapieprogramme unter stationären und ambulanten Bedingungen, Rehabilitationsmaßnahmen, Selbsthilfegruppen oder eigenverantwortliche diätetische Maßnahmen unter ärztlicher Kontrolle. Hierzu beraten wir Sie gern und stellen bei Bedarf den Kontakt zu den entsprechenden Ansprechpartnern her.

Eine professionelle Ernährungsberatung ist eine wichtige Voraussetzung für eine langfristige Ernährungsumstellung. Sie erhalten von uns eine individuelle Beratung mit praktischen Tipps (z.B. richtiges Einkaufen, Kochen und die bewusste Lebensmittelauswahl, die Gestaltung regelmäßiger Mahlzeiten etc.). Nach Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten wird ein individueller Ernährungsplan erstellt. Die Begleitung über die Ernährungsberatung erstreckt sich in der Regel über 6 Monate und wird von den meisten Krankenkassen übernommen.

### **Psychosomatische Betreuung**

Bei der psychosomatischen Diagnostik wird überprüft, ob seelische Begleit- und Folgeerkrankungen der Adipositas vorliegen, und ob eine Essstörung (z. B. Esssucht) zum Übergewicht geführt oder beigetragen hat. Wenn eine Essstörung vorliegt, ist im Rahmen des konservativen Therapieprogrammes (Stufe III) eine psychotherapeutische Behandlung erforderlich. Depressionen und Angststörungen, welche möglicherweise einen negativen Einfluss auf die Adipositas und ihre Behandlung haben können, müssen ebenfalls psychotherapeutisch behandelt werden. Bei manchen Patienten zeigen sich die psychischen Probleme erst nach einem operativen Eingriff und machen dann eine weitere psychotherapeutische Behandlung notwendig.

## Operationsverfahren

### Stufe VI: Stationärer Aufenthalt

In der Regel sind Sie zur Operation 5-7 Tage bei uns im Krankenhaus. Eine erfahrene Abteilung für Intensivtherapie sowie die Expertise aller medizinischen Hauptabteilungen gewährleisten eine moderne medizinische Rundumbetreuung im Zusammenhang mit Ihrer Operation. Von unseren Ernährungsexperten erhalten Sie eine Anleitung zu Ihrem individuell zusammengestellten Kostenaufbau nach der OP. Ebenfalls erhalten Sie eine Beratung über Ihre künftige Ernährung und die begleitende Bewegungstherapie.

### Stufe VII: Nachsorge

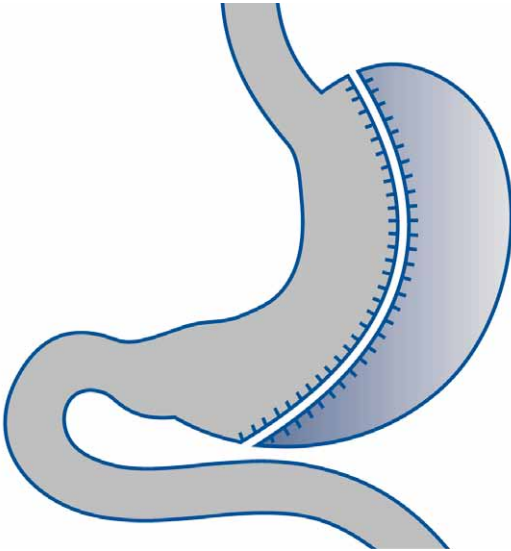
Sie haben nun die letzte Stufe erreicht. Um einen dauerhaften und langfristigen Erfolg zu verzeichnen, ist eine lebenslange Nachsorge durch unser interdisziplinäres Team notwendig. Die erste Nachuntersuchung findet schon 1 Woche nach der Operation statt, um Fragen, die sich in der ersten Woche zu Hause ergeben haben, zu besprechen. Im ersten Jahr nach der Operation vereinbaren wir dann in 3-monatigen Abständen eine Nachsorge. Die weitere Nachsorge wird in enger Zusammenarbeit mit Ihrem Hausarzt bzw. Ernährungsmediziner koordiniert.



©Klinikum Saarbrücken

**Wir bieten sämtliche operative Verfahren zur Gewichtsreduktion in minimal invasiver Technik an.**

### Schlauchmagen (Sleeve gastrectomy)

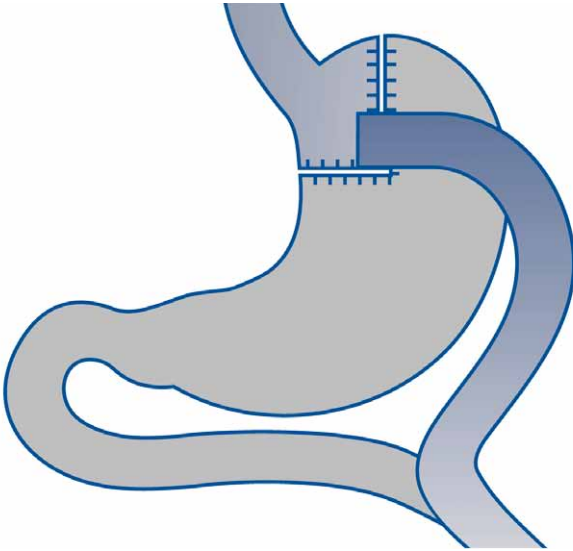


© Thomas Herbach

Bei diesem Operationsverfahren entfernen wir einen großen Teil des Magens. Übrig bleibt ein etwa 2-3cm dicker schlauchförmiger Restmagen mit geringerem Füllungsvolumen. Somit können Sie nur wenig Nahrung auf einmal zu sich nehmen und fühlen sich schneller satt. Gleichzeitig wird durch die Teilentfernung des Magens viel weniger vom „Hungerhormon“ Ghrelin freigesetzt, so dass auch das eigentliche Hungergefühl nach der OP deutlich reduziert ist.



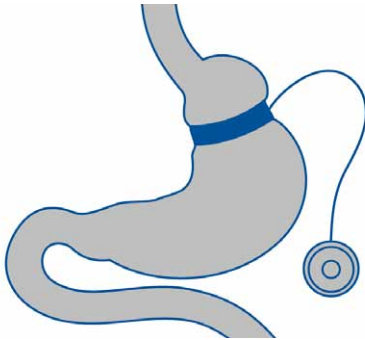
## Magenbypass



© Thomas Herbach

Der Magen wird hierbei in zwei Teile getrennt: einen kleinen „Vormagen“ und in den größeren Restmagen. Zusätzlich wird der Dünndarm funktionell verkürzt und mit dem „Vormagen“ neu verbunden und damit so umgeleitet, dass sich die Nahrung und die Verdauungssäfte erst im mittleren Dünndarm vermengen. Die Nahrungsaufnahme in den kleinen „Vormagen“ und die Nahrungsverwertungsstrecke im Dünndarm werden hierdurch deutlich reduziert.

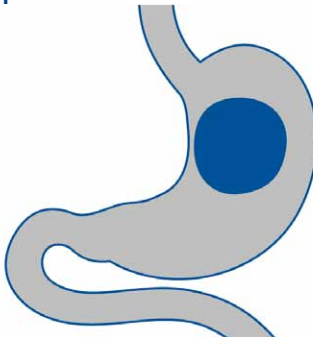
### Magenband (gastric banding)



©Thomas Herbach

Während einer Bauchspiegelung wird ein weiches Kunststoffband um den oberen Teil des Magens gelegt. Der Magen hat nun die Form einer Sanduhr. Bei den Mahlzeiten sammelt sich schnell die Nahrung im oberen kleineren Magenanteil und wird nur langsam in den unteren Magen weitergeleitet. Daher fühlen Sie sich schneller und für längere Zeit satt. Im Magenband ist ein kleiner Ballon integriert, der mit Flüssigkeit aufgefüllt (verstellt) werden kann. So kann der Durchlass reguliert und damit die Nahrungsaufnahme gesteuert werden.

### Magenballon



©Thomas Herbach

Der Magenballon wird während einer Gastroskopie in den Magen eingebracht. Wenn der Ballon im Magen entfaltet ist, simuliert er eine Füllung des Magens. So wird ein Sättigungsgefühl erzeugt. Es ist unumgänglich, das Ess- und Bewegungsverhalten entsprechend umzustellen. Das System sollte nicht länger als 6 - 8 Monate im Magen verbleiben. Entfernt wird der Ballon ebenfalls mittels Endoskopie.

## **Klinikum Saarbrücken gGmbH**

**Klinik für Allgemein-, Viszeral-, Thorax- und Kinderchirurgie**

Chefarzt Dr. med. Dr. habil. Gregor Stavrou, FEBS

**Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie, Infektiologie und Psychosomatik**

Chefarzt Prof. Dr. med. Daniel Grandt

**Schwerpunkt Psychosomatik**

Ärztlicher Leiter: Prof. Dr. med. habil. Wilfried Häuser

**Funktionsbereich Ernährung**

Monika Emich-Schug

## **Niedergelassene Fachärzte / Ernährungsberatung**

**Plastische Chirurgie**

Dr. med Barbara Veldung, Saarbrücken /  
Kreiskrankenhaus Sankt Ingbert

**MVZ Medicover Saarbrücken**

Dr. med. Bettina Stamm M.A., Dr. med. Annette Hammes  
Dr. med. Natalia Grigorian

**Internistische Gemeinschaftspraxis Eschberger Hof /  
Zentrum für Ernährungsmedizin und Prävention (ZEP),  
Saarbrücken**

Dr. med. Claudia Thiel

**MVZ-Bahnhofstraße 101, Saarbrücken**

Dr. med. Ulrich Bernhard

**Martin Battlehner, Facharzt für Psychiatrie und Psycho-  
therapie sowie Neurologie**

**Dr. Gökmen Gül, Facharzt für Innere Medizin, Diabetologie  
und Ernährungsmedizin**

**Alexander Segner, Dr. med. Désirée Braun, Sascha Kirsch,  
hausärztlich-internistische Gemeinschaftspraxis, St. Ingbert  
Ernährungsberatung Dipl. oec. troph. Heike Dillinger, Kirkel**

## **Selbsthilfegruppen**

**Adipositas Hilfe Saarbrücken Winterberg**

**Adipositas Netzwerk e. V.**

## **Bewegung**

**Fitnessstudio „Clever fit“ Saarbrücken**

## **Klinikum Saarbrücken gGmbH**

**Klinik für Allgemein-, Viszeral-, Thorax- und Kinderchirurgie**

Chefarzt Dr. med. Dr. habil. Gregor Stavrou, FEBS

**Saarbrücker Adipositaszentrum**

Leitung: Oberärztin Dr. med. Barbara Jacobi

Winterberg 1

66119 Saarbrücken

**Adipositasprechstunde:**

nach telefonischer Vereinbarung durch Maria Käfer,

Tel.: 0681 / 963- 2447 oder 963 - 34171

Mobil: 0172 / 45 66 412

E-Mail: [mkaefer@klinikum-saarbruecken.de](mailto:mkaefer@klinikum-saarbruecken.de)

Fax: 0681 / 963 - 2417

### **So finden Sie uns:**

#### **... mit dem Bus:**

Ab Bahnhof: Buslinien 108, 128

Ab Universität: Buslinie 136

#### **... mit dem Auto:**

Autobahn A 620 Abfahrt St. Annual. Von dort folgen Sie bitte der Ausschilderung zum Klinikum Saarbrücken.

