

Gesundheit  
kommt von Herzen.



Barmherzige  
Schwestern  
Krankenhaus Wien



# Hilfe bei Adipositas

Expertise im Adipositas-Zentrum

**Kostenlose  
Infoabende!**  
Termine unter  
[www.bhswien.at](http://www.bhswien.at)



Mit einem Klick zum Adipositas-Zentrum

# Adipositas - eine chronische Krankheit

Menschen mit krankhaftem Übergewicht benötigen eine auf ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmte Behandlung. Das Adipositas-Zentrum im Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien hilft Ihnen weiter. Es bietet zuerst eine individuelle Beratung und anschließend umfassende Therapieangebote. Das Krankenhaus ist spezialisiert auf die Bedürfnisse von stark übergewichtigen bzw. adipösen Patientinnen und Patienten.

Bei der Behandlung von Adipositas arbeiten unsere Expertinnen und Experten aus der Inneren Medizin, Chirurgie, Anästhesie, Diätologie, Psychologie, Radiologie und Physikalischen Therapie fächerübergreifend zusammen. Mit Ausstattung, Serviceangeboten und Veranstaltungen im Adipositas-Zentrum sowie der Zusammenarbeit mit der Adipositas Selbsthilfegruppe kommt das Krankenhaus den Betroffenen besonders entgegen.

## Unser Therapieangebot

- ▶ Erstberatung durch unsere Expertinnen und Experten
- ▶ Coping School
- ▶ Internistische Adipositas-Ambulanz
- ▶ Medizinische Trainingstherapie
- ▶ Adipositas-Chirurgie

## Wie hoch ist Ihr Body Mass Index (BMI)?

Der BMI misst das Verhältnis zwischen Körpergröße und Gewicht. Die Formel lautet:

$$\text{Gewicht in Kilogramm} : \text{Größe in Meter}^2 = \text{BMI}$$

Beispiel: Sie wiegen 135 Kilogramm und sind 1,66 Meter groß:  
 $135 : (1,66 \times 1,66) = 48,99$   
Ihr BMI ist 48,99.



Noch einfacher: Hier geht's zum digitalen BMI-Rechner.

# Unser Adipositas-Team



*„Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt.  
Denn die persönliche Betreuung und das  
Verständnis für Ängste, Sorgen und  
Anliegen sind ein wesentlicher Teil der  
Therapie. Modernste Medizin, hoher  
Standard in der Behandlung und ein  
erfahrenes und fächerübergreifendes  
Team stehen Ihnen zur Seite.“*

**Oberarzt Dr. Georg Tentschert**  
Leiter des Adipositas-Zentrums



## Voraussetzungen für eine Operation



Die Operation erfolgt „laparoskopisch“. Die Operationsinstrumente werden über kleine Schnitte in den Bauchraum eingeführt. Operiert wird über einen Bildschirm.

Menschen mit einem BMI ab  $40 \text{ kg/m}^2$  haben nur eine 1-prozentige Chance, mit einer konservativen Methode langfristig abzunehmen. Für sie ist die Adipositas-Chirurgie derzeit die beste Therapie.

Adipositas-Chirurgie ist ausschließlich eine Aufgabe für Spezialzentren, in denen Expertinnen und Experten fächerübergreifend eng zusammenarbeiten. Die Patientinnen und Patienten lernen ihr behandelndes Ärzteteam frühzeitig kennen: Bereits einige Wochen vor einer geplanten Operation erfolgen die Voruntersuchungen und Beratungen. Bei diesen „Untersuchungstagen im Spital“ werden alle Abklärungstermine erledigt und so lange Wege vermieden.

### Adipositas-Chirurgie ist wirkungsvoll

- ▶ ab einem BMI von 40 oder
- ▶ bei einem BMI von 35 - 39 und gewichtsbedingten Zusatzerkrankungen wie zum Beispiel Diabetes mellitus, Bluthochdruck und Schlafapnoe.

Die Patientinnen und Patienten müssen älter als 18 Jahre sein und chirurgisch, psychologisch und internistisch untersucht werden.

# Der Weg zur Operation

Ein eigener Behandlungspfad legt genau fest, wie adipöse Patientinnen und Patienten vor, während und nach der Operation untersucht, betreut und begleitet werden. Denn wir stehen nicht nur für höchste medizinische Qualität, sondern wir wollen Sie bei der Erlangung Ihrer persönlicher Ziele auch unterstützen.



## Vor der Operation

- ▶ **Erstinformation** durch die Adipositas-Assistenz.
- ▶ **Chirurgisches Erstgespräch** in der Chirurgischen Adipositas-Ambulanz.
- ▶ **Untersuchungstage im Spital.** Alle Untersuchungen und Gespräche für die Operationsfreigabe erfolgen durch unser Adipositas-Board, an dem Expertinnen und Experten der Inneren Medizin, der Klinischen Psychologie und der Diätologie teilnehmen.
- ▶ Aufklärung über das Narkoseverfahren in der **Präanästhesie-Ambulanz.**
- ▶ 12 Wochen medizinische **Trainigstherapie** vor der Operation.



## Die Operation

Durch besonderes gewebeschonendes Operieren ist eine möglichst rasche Erholung nach der Operation möglich. Das Zentrum bietet die erfolgsversprechendsten Operationsmethoden an. Die Operationstechniken lassen sich vereinfacht in zwei Gruppen einteilen:

- ▶ Durch eine operative **Verkleinerung des Magens** wird eine frühere Sättigung erreicht. Die Patientinnen und Patienten nehmen nach der Operation weniger Nahrung und damit weniger Kalorien zu sich.
- ▶ Durch eine **operative Verkürzung der Verdauungsstrecke** im Dünndarm nimmt der Körper die Kalorien aus der Nahrung nur mehr teilweise auf.

Die Operationstechnik wird individuell auf jede Patientin und jeden Patienten abgestimmt und mit der „Schlüssellochtechnik“ minimal-invasiv durchgeführt.



## Nach der Operation

- ▶ ist eine **lebenslange medizinische Nachsorge** notwendig.
- ▶ kann es zu gesundheitsgefährdenden **Mangelerscheinungen** bei unzureichender Zufuhr von Nahrungsinhaltsstoffen kommen.
- ▶ ist die **Wirksamkeit oral eingenommener Medikamente** (wie zum Beispiel der Anti-Baby-Pille) eingeschränkt.
- ▶ dürfen Frauen frühestens zwei Jahre nach der Operation **schwanger** werden.
- ▶ sind **regelmäßige Untersuchungen** notwendig.
- ▶ kann die Haut oft nur schwer mit der **Rückbildung** nachkommen. Es besteht aber die Möglichkeit der plastisch-chirurgischen Straffung.
- ▶ ist ein **lebenslanges Bewegungsrezept** umzusetzen und einzuhalten.

## Gesundheitspass

Alle Patientinnen und Patienten erhalten bei einer bariatrischen Operation einen Gesundheitspass, der Sie bei der Nachsorge begleiten soll. Ihr persönlicher Pass gibt Ihnen einen Überblick über noch bevorstehende Termine und unterstützt Ihre Ärztin oder Ihren Arzt bei den Nachsorgeterminen. Bitte bringen Sie diesen zu allen Nachkontrollen aber auch zu Ihren Zahnarzt-Terminen und anderen ärztlichen Terminen mit.



## Unsere Operationsmethoden im Detail

**Magenschlauch:** Der Magen wird schlauchförmig verkleinert.

**Magenbypass:** Ein kleiner Vormagen wird gebildet und mit dem Dünndarm verbunden. Auf diese Weise können der restliche Magen, der Zwölffingerdarm und ein Teil des oberen Dünndarms umgangen werden.

Operationsmethoden im Vergleich	Magenschlauch	Magenbypass
		
Wie hoch ist der durchschnittliche Gewichtsverlust?	60 – 70% des Übergewichts	75 – 80% des Übergewichts
Wie lange ist der Krankenhausaufenthalt nach der OP?	2 – 4 Tage	2 – 4 Tage
Wie viele Patienten/innen nehmen nicht zufriedenstellend ab (weniger als 25 % des Übergewichts)?	5%	1 – 2%
Wie groß ist die Umstellung der Ernährungsgewohnheiten?	groß	sehr groß
Wie rasch nimmt man ab?*	schnell	sehr schnell
Wann erreicht man sein Zielgewicht?*	nach 9 – 18 Monaten	
Wie verträglich ist die Methode mit Kinderwunsch bzw. Schwangerschaft?	Frauen dürfen zwei Jahre nach der Operation nicht schwanger werden.	
Ist die Methode bei Diabetes Typ 2 geeignet?	bedingt	ja
Welche möglichen Komplikationen können auftreten?	Ausweitung des Magenschlauches, Sodbrennen	Enge des Magen-eingangs, Mangelerscheinungen
Wie groß ist die Hilfe der OP-Methode beim Abnehmen?	groß	sehr groß
Wie oft sind Nachbetreuung und Kontrollen notwendig?	1. Jahr: alle 3 Monate 2. Jahre: alle 6 Monate ab dem 3. Jahr: alle 12 Monate sowohl chirurgisch als auch internistisch	

### Bitte beachten Sie!

Bei jeder dieser Operationsmethoden kann es zu Komplikationen kommen. Eine detaillierte Aufklärung erfolgt in der chirurgischen Adipositas-Ambulanz.

Bei Patientinnen und Patienten mit morbidem, also krankhafter Adipositas besteht ein erhöhtes Operations- und Narkoserisiko. Nach der Operation kann es zu einem kurzfristigen Aufenthalt auf der Intensivstation des Krankenhauses kommen.

\*der Gewichtsverlust ist individuell verschieden

## Nach Magenbypass am Tag nach der OP nach Hause

Durch standardisierte medizinische, therapeutische und organisatorische Abläufe werden in unserem Adipositas-Zentrum Patientinnen und Patienten nach einer Operation schneller mobilisiert und können schneller nach Hause. Ob das so genannte „Fast Track“ möglich ist, hängt von der gesundheitlichen und körperlichen Verfassung ab und wird bei der Abklärung und Vorbereitung vor einer Operation besprochen.

## Roboter-Chirurgie

Bariatrische Operationen erfolgen in unserem Adipositas-Zentrum laparoskopisch. Mithilfe kleiner Schnitte werden die Operationsinstrumente in den Bauchraum eingeführt, operiert wird über einen Bildschirm. Die minimal-invasive Technik unterstützt einen schnelleren Heilungsverlauf, einen kürzeren Krankenhausaufenthalt und kleinere Narben.

Seit 2022 wird auch mit dem Robotersystem Da Vinci Xi operiert. Der Roboter erlaubt hochpräzise, minimal-invasive Eingriffe, die einen geringeren Blutverlust, weniger Schmerzen und eine noch schnellere Heilung fördern. Unsere Expertinnen und Experten der Chirurgie klären Sie gerne über die Nutzung des Da Vinci Xi bei bariatrischen Operationen auf.



## Physikalische Medizin - ohne Training keine Operation

Die medizinische Trainingstherapie wird wie ein Medikament individuell dosiert. Dabei legen wir Intensität, Dauer, Häufigkeit und Umfang gemeinsam mit Ihnen fest. Um Ihre Lebensqualität zu optimieren, braucht es jedenfalls Kraft- und Ausdauertraining. Unser Programm für Sie:

- ▶ Vor der Operation unsere **12-wöchige medizinische Trainingstherapie**. Diese bieten wir für 2 mal wöchentlich zu einem fixen Termin in unserer Abteilung für Physikalische Medizin und Rehabilitation an. So wird Ihre Ausgangssituation wesentlich verbessert und das Komplikationsrisiko gesenkt.
- ▶ Nach der Operation muss dieses Training über **6 Wochen** in unserem Haus und anschließend lebenslang selbstständig durchgeführt werden.

Das Ziel des Trainings ist die Muskelkraft und kardiovaskuläre Leistungsfähigkeit zu verbessern. Mehr Aktivität und Muskulatur verbrauchen mehr Energie und unterstützen den Gewichtsverlust. Die konsequente Trainingstherapie schon vor der Operation hilft Ihnen, Ihren Lebensstil umzustellen.

### Standortleiterin



**OÄ Dr.<sup>in</sup> Petra Lehner**  
Fachärztin für Physikalische Medizin  
& Rehabilitation

### Kontaktperson



**Katharina Fink**  
Leitstelle Physikalisches Institut  
T: +43 1 599 88 - 1950  
physikalische.wien@bhs.at

## Ihr persönliches Ziel: Täglich mehr als 12.000 Schritte

Bei uns erlernen Sie dieses Ziel innerhalb von 6 bis 12 Monaten zu erreichen und erhalten Anleitungen, wie Sie in einem Fitnessstudio zumindest **2 Mal pro Woche selbstständig richtig trainieren**.

Wir werden Ihre Trainingserfolge durch eine Reihe von Tests messen und dokumentieren. So wissen Sie immer, wo Sie stehen und ob Sie auf dem richtigen Weg sind.

## Ernährung bei bariatrischer Operation

Als Ansprechpartner rund um Ernährung begleitet Sie das Team der Diätologie **vor, während und nach Ihrer bariatrischen Operation**. Die Expertinnen und Experten klären Sie über ein gesundes Essverhalten auf und informieren Sie über die Umstellungen, die Sie nach der Operation erwarten.

Das Angebot der **Gruppenschulung „Langzeiternährung nach bariatrischer Operation“** steht allen Interessierten offen. Die Schulung findet 4 mal jährlich statt, die Termine finden Sie online unter **[www.bhswien.at](http://www.bhswien.at)**



## Internistische Adipositas-Ambulanz

Das Hauptaugenmerk der internistischen Adipositas-Beratung ist Prävention. Sie leistet somit einen wichtigen Beitrag zur Vermeidung von typischen Folgeerkrankungen wie zum Beispiel Diabetes mellitus, Bluthochdruck, koronaren Herzkrankheiten oder auch Gelenksbeschwerden. Wir geben Beratung und Begleitung bei:

- ▶ Ernährungsumstellung
- ▶ Bewegungs- und
- ▶ Verhaltensänderung

# Coping School - gemeinsam zu einem neuen Lebensstil

„Ich schaffe es nicht alleine, meine Kilos los zu werden.“  
So geht es Menschen, die Unterstützung und Hilfe beim Abnehmen im zehnwöchigen tagesklinischen Gruppenprogramm „Coping School“ finden können.

Die Coping School wendet sich an Menschen mit einem BMI ab 30. Die Betroffenen lernen verschiedene Bewältigungsstrategien bei krankhaftem Übergewicht. Das nachhaltige Ziel ist es, Gewicht zu reduzieren und die Lebensqualität langfristig und durch eigene Maßnahmen positiv zu beeinflussen. Bei Bedarf ist eine Weiterbetreuung in der internistischen Adipositas-Ambulanz möglich.



## Leiterin



**Prim.ª Dr.ª Larisa Dzirlo**  
Leiterin Coping School, Leitung der  
III. Medizinischen Abteilung für  
Innere Medizin und Psychosomatik

## Beratung & Terminvereinbarung



**Gabriele Lebisch**  
Assistentin Coping School  
T: +43 1 599 88 - 3224  
Di und Do, 10.00-11.00 Uhr

## Programm

- ▶ Kassenfinanziertes Therapieprogramm
- ▶ Ganztägig in der Gruppe
- ▶ 1 Tag pro Woche als Krankenstands-Tag über 10 Wochen
- ▶ Gesprächs- und Bewegungstherapie in der Gruppe, spezielle Diätberatung, Akupunktur, Psychoedukation



## Ihr Kontakt zum Adipositas-Zentrum

### Terminvereinbarung für unsere Spezialambulanzen

- ▶ Chirurgische Adipositas-Ambulanz
- ▶ Internistische Adipositas-Ambulanz
- ▶ Internistische Nachsorge-Ambulanz

Online rund um die Uhr auf [www.bhswien.at](http://www.bhswien.at) oder unter  
**+43 1 59988 - 3200** (Montag bis Freitag von 7.30 bis 13.30 Uhr)



#### **Brigitte Christ**

Assistentin Adipositas-Zentrum

Sie erreichen das **Adipositas-Zentrum** am **Montag von 08.30 bis 12.00 Uhr** und am **Dienstag von 13.00 bis 14.30 Uhr** unter  
**+43 1 599 88 - 3223**



#### **Gabriele Lebisch**

Assistentin Coping School

Sie erreichen die **Coping School** am **Dienstag und am Donnerstag jeweils von 10.00-11.00 Uhr** unter  
**+43 1 599 88 - 3224**

### Adipositas Selbsthilfegruppe

Kontakt: Andreas Mayer

T: +43 699 11045917

[www.adipositas-shg.at](http://www.adipositas-shg.at)

