

Starkes Übergewicht effektiv und nachhaltig behandeln!!!

Wichtiges bei Adipositas Grad 1–3: Ganzheitliche Therapieprogramme als Alternative zur Operation

Die Zahl adipöser Menschen steigt weltweit seit Jahren rasant an. Adipositas ist eine chronische Krankheit, die für viele andere Erkrankungen ein hohes Risiko bedeutet. Dazu zählen Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Erkrankungen des Skelettsystems, Asthma sowie psychische Krankheiten. Besonders deutlich ist der Zusammenhang zwischen Adipositas und Diabetes mellitus Typ 2.

Analysen zufolge werden mehr als 80 Prozent aller DMT2-Erkrankungen durch starkes Übergewicht verursacht. Wichtige Erkenntnis:

Eine effektive Reduzierung des Körpergewichts ist bei Patienten mit Adipositas auch für eine erfolgreiche Therapie des DMT2 entscheidend. Menschen mit hohem Übergewicht (einem BMI von mehr als 30 - gelten als Patienten mit Adipositas Grad 1-3.

Bei Adipositas Grad 3.

Viele Operationen verursachen mehr Komplikationen als konservative Therapieprogramme.

Mit Menschen mit Adipositas Grad 3 beschäftigten sich ausgesuchte Wissenschaftler in einem aktuellen Beitrag. Berichtet wird über Patienten mit einem BMI zwischen 40 und 50, die zusätzlich an DTM2 erkrankt sind. Wie kann diesen Patienten final am effektivsten geholfen werden? Gegenübergestellt werden zum Beispiel eine Magenverkleinerung - und das Optifast Individual-Programm.

Ergebnis: Sowohl ein chirurgischer Eingriff als auch ein konservatives Programm können zu deutlichen Gewichtsverlusten führen. Bei Operationen jedoch im Vergleich zum konservativen

Therapieprogramm gibt es deutlich höhere Komplikationsraten.

Ernährung, Verhalten, Bewegung: Individual-Programme kombinieren mehrere Elemente

Das Optifast Individual-Programm kombiniert eine Formula-Diät mit Ernährungscoaching, Verhaltenstraining, Bewegungstherapie und einer medizinischen Betreuung. Die Teilnehmer erlernen und trainieren nicht nur ein neues Ess- und Bewegungsverhalten, um die Gewichtsreduktion langfristig zu stabilisieren, nein mehr noch, sie erlernen unter professioneller Aufsicht ihre Gedanken und Emotionen zu verstehen damit ihr Erfolg längst möglich anhält.

Mehr Informationen gibt es unter www.beyourself-pt.de.

Das Programm erstreckt sich über mind.26 Wochen. Los geht es mit einer einwöchigen Vorbereitungsphase, es folgen 10 Wochen modifiziertes Fasten mit einer Formula-Diät und acht Wochen Umstellungsphase auf vollwertige Mahlzeiten. Die restlichen Wochen gelten der Stabilisierungsphase. In spezialisierten Therapiezentren in Deutschland begleiten Ärzte, Ernährungsfachkräfte, Bewegungstherapeuten und Psychologen die Teilnehmer über die gesamte Dauer des Programms.

Individuelle Therapieprogramme zielen auf eine sichere und nachhaltige Gewichtsabnahme bei stark übergewichtigen Menschen ab. Bewegung ist dabei ein entscheidender Faktor.