



Medizinisches Abnehmprogramm zeigt 85% Erfolgsquote:

Konzept des Medikcal Adipositas Zentrums bringt dauerhafte Gewichtsreduktion!

Linz, 11.10.2021: Seit 2013 unterstützt ein Expert*innenteam der Elisabethinen im Medikcal Kompetenzzentrum für Gewichtsreduktion übergewichtige Menschen auf ihrem Weg zu weniger Körpergewicht. Erfolgszahlen belegen eindrucksvoll, dass dieses Konzept überdurchschnittlich gut funktioniert. Mehr als 85 % der Teilnehmer*innen haben mindestens 15 % ihres Gewichtes verloren. Auch zwei Jahre nach dem Programmstart lag das Gewicht in den meisten Fällen immer noch weit unter dem Ausgangsgewicht.

Die Österreicher*innen haben während der Corona-Pandemie im Schnitt 6,6 Kilogramm zugenommen. Überdurchschnittlich häufig davon betroffen sind jene, die bereits vorher schon übergewichtig waren. Bei dieser Gruppe liegt die Gewichtszunahme sogar bei rund 7,2 Kilogramm. Da starkes Übergewicht oft auch zu schweren Corona Erkrankungen führen kann, ist es wichtiger denn je, die Betroffenen bei einer langfristigen Gewichtsreduktion zu unterstützen. Im ambulanten Zentrum für Adipositas therapie Medikcal werden die Menschen über einen längeren Zeitraum von einem Spezialist*innenteam, bestehend aus Ärzt*innen, Psycholog*innen, Diätolog*innen und Physiotherapeut*innen, professionell begleitet und schrittweise an einen neuen, gesunden Lebensstil herangeführt. *„Mit dem Jahresprogramm haben wir bereits 429 Teilnehmerinnen und Teilnehmer dabei unterstützt, abzunehmen. In weit mehr als 2/3 der Fälle konnte das Gewicht stark reduziert und in sehr vielen Fällen auch dauerhaft gehalten werden. Da wir noch mehr Menschen dabei helfen wollen, starten wir noch in diesem Jahr mit zwei weiteren Programmen, für die es auch noch möglich ist, sich anzumelden“*, erklärt Julia Plöchl, Diätologin und Programmleiterin von Medikcal.

Kurz- und Jahresprogramm

Das Konzept von Medikcal, das in einer Kombination von Fasten, Bewegung, bewusster Verhaltensänderung und Stabilisierung des Erlernten mit Hilfe professioneller Begleitung besteht, kann in zwei unterschiedlich langen Kursen absolviert werden. Das Jahresprogramm dauert insgesamt 52 Wochen und gliedert sich in vier Phasen: die Vorbereitungsphase, die Fastenphase, die Umstellungsphase und die Stabilisierungsphase. Das Kurzprogramm kann



bereits in 16 Wochen abgeschlossen werden. Die Phasen sind – wenn auch kürzer – prinzipiell die Gleichen, lediglich die Erste entfällt.

In beiden Programmen trifft sich die Gruppe von ca. 15 Personen wöchentlich in angenehmer und motivierender Atmosphäre. Diese Abende beinhalten eine individuelle medizinische Kontrolle, das Bewegungsprogramm und eine psychologisch oder diätologisch geleitete Gruppensitzung. *„Ein Leben mit starkem Übergewicht stellt für die Betroffenen nicht nur ein hohes gesundheitliches Risiko dar, sondern ist auch psychisch sehr belastend. Gerade in Zeiten, in denen wir ohnehin alle sehr belastet sind, ist es uns enorm wichtig, die Menschen auf ihrem Weg zu einer besseren Lebensqualität zu begleiten. Unser Ziel ist, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen, das neue Gewicht durch eine dauerhafte Veränderung der eigenen Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltensmuster zu halten“*, so Plöchl erklärend.

Programmstart und kostenlose Infoabende

Dieses Jahr werden noch zwei Programme angeboten. Für beide sind noch ein paar wenige Plätze frei. Das Kurzprogramm beginnt am 20. Oktober, die Anmeldung ist noch bis 15. Oktober möglich. Das Jahresprogramm startet rund ein Monat später, am 22. November. Anmeldefrist ist der 22. Oktober. Der nächste Infoabend findet am 18. Oktober um 17:30 Uhr statt. Eine Anmeldung ist sowohl telefonisch, unter 0732 7676-5793, als auch via E-Mail, an office@medikcal.at, möglich.

Kostenzuschuss für alle

Sowohl das Kurz- als auch das Jahresprogramm werden von vielen Sozialversicherungen finanziell unterstützt. Für Menschen mit einem BMI ab 30 übernehmen die BVAEB (Versicherungsanstalt öffentlicher Bediensteter, Eisenbahner und Bergbau) sowie die OÖ Gesundheitsfürsorgen einen wesentlichen Teil der Programmkosten. Das Jahresprogramm wird ab einem BMI von 40 bzw. ab einem BMI von 35 bei gleichzeitig auftretenden Begleiterscheinungen von allen Krankenkassen in Oberösterreich teilfinanziert.



Über **Medikcal**

Die Zunahme von Adipositas in der Bevölkerung und das Fehlen eines entsprechenden therapeutischen Angebotes in Oberösterreich waren im Jahr 2013 die Basis für die Gründung von Medikcal, dem Zentrum für Adipositas therapie der Elisabethinen in Linz. Übergewichtige Menschen mit einem Body-Mass-Index (BMI) ab 30 (Kurzprogramm) bzw. ab 40 (Jahresprogramm) werden während dieses Programms von einem Team aus Ärzt*innen, Psycholog*innen, Diätolog*innen und Physiotherapeut*innen professionell begleitet und schrittweise an einen neuen, gesunden Lebensstil herangeführt. Eine gesunde und dauerhafte Gewichtsabnahme wird dadurch möglich. Mehr als 600 Menschen haben bis dato am Medikcal Zentrum bei den Elisabethinen an den verschiedenen Programmen erfolgreich teilgenommen.