



In Kooperation mit:



Medikcal

Zentrum für ambulante Adipositas Therapie

Medikcal - Zentrum für ambulante Adipositas Therapie

ZENTRUM

Medikcal Linz
Lederergasse 32
4020 Linz

Tel: +43-732-7676-5793
Fax: +43-732-7676-5796
E-Mail: office@medikcal.at
www.medikcal.at

ZWEIGSTELLEN

Medikcal Bad Leonfelden
Vortuna Gesundheitsresort

Medikcal St. Georgen i. Attergau
Rehabilitationszentrum Am Kogl

Medikcal Bad Ischl
Merkur Lifestyle Spa in der Villa Seilern

Das medizinisch geleitete Abnehmprogramm
Nachsorgeprogramm

In Kooperation mit:



Ihr Nachsorgeprogramm

Das Medikal Nachsorgeprogramm ist Teil des neuen Medikal 3-Jahreskonzepts und richtet sich an alle Medikal Teilnehmer, die bereits das Jahresprogramm abgeschlossen haben und weiterhin eine Betreuung durch das Medikal-Therapeuten-team in Anspruch nehmen möchten.

PROGRAMMSTRUKTUR

- Programmdauer 1 Jahr (exkl. Sommer- und Winterpause)
- Interdisziplinärer Therapieansatz (Medizin, Ernährung, Bewegung, Psychologie)
- Wöchentliche Bewegungseinheit in der Gruppe
- Monatlicher Wiege- und Gesprächstermin mit der Diätologin
- Monatliche Gruppensitzung (Ernährung oder Verhalten)
- Persönliches Arztgespräch (jeden 2. Monat)

KOSTEN

Das Nachsorgeprogramm kostet EUR 973,- inkl. aller ärztlicher und therapeutischer Leistungen.

FINANZIERUNG

Die Krankenversicherungen (OÖGKK, SVB, SVA, BVA, KFL, KFG, LKUF, MKF, KFA KFW) übernehmen als freiwillige Leistung – unter nachstehenden Voraussetzungen – Kosten in der Höhe von EUR 500,-. Eine weitere finanzielle Beteiligung erfolgt durch den Unterstützungsfonds der OÖGKK. Dies ist abhängig von der Einkommenssituation des Teilnehmers.

VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE TEILFINANZIERUNG DURCH DIE KRANKENKASSEN:

- Positiv absolviertes Jahresprogramm
- Der Teilnehmer muss das Programm erfolgreich beenden und am Ende des Nachsorgeprogramms mindestens 15% seines anfänglichen Ausgangsgewichts (Start Jahresprogramm) abgenommen haben.
- Einhaltung der Anwesenheitspflicht

FINANZIERUNGSMODELL NACHSORGEPROGRAMM (AM BEISPIEL OÖGKK)

Kurskosten Nachsorgeprogramm	EUR 973,-	EUR 973,-
Teilfinanzierung Krankenversicherungen (unter Einhaltung der definierten Finanzierungskriterien)	EUR 500,-	EUR 500,-
Teilfinanzierung OÖGKK Unterstützungsfonds (25% – 75% vom Restbetrag EUR 473,-)	EUR 118,25	EUR 354,75
Selbstkostenanteil	EUR 357,75	EUR 118,25

THERAPIELEISTUNGEN

5 x Arzttermin in Einzelvisite (ca. 5 Minuten)

Medizin

Themenschwerpunkte:

- Ärztliche Einzelvisiten durch erfahrene Ernährungsmediziner
- Bestimmung und Besprechung gewichtsrelevanter Parameter
- Begleitung und Unterstützung bei medizinischen Problemen

33 x Bewegungstraining in der Gruppe

Bewegung

Themenschwerpunkte:

- Adipositasspezifische Gruppengymnastik
- Gezieltes Muskel- und Ausdauertraining
- Steigerung der Alltagsaktivität

9 x diätologisches Kurzgespräch (Einzeltermin, ca. 5 Minuten)
5 x diätologischer Gruppenabend

Ernährung

Themenschwerpunkte:

- Besprechung Ernährungstagebuch
- Analyse und Optimierung des bisherigen Essverhaltens
- Übermittlung diverser Ernährungsthemen in Form eines interaktiven Vortrages

4 x psychologische Gruppensitzung/
Verhaltenstraining in der Gruppe

Psychologie

Themenschwerpunkte:

- Situationsanalyse
- Regulationsstrategien
- Rückfallprophylaxe

TERMINPLAN

Datum	Arzt	Wiegen	Ernährung	Verhalten	Bewegung
WO 1					X
WO 1	X	X	X		
WO 2					X
WO 3					X
WO 4					X
WO 5					X
WO 5		X		X	
WO 6					X
WO 7					X
WO 8					X
WO 8	X	X	X		
WO 9					X
WO 10					X
WO 11					X
WO 12					X
WO 12		X		X	
WO 13					X
WO 14					X
WO 15					X
WO 15	X	X	X		
WO 16					X
WO 17					X
WO 18					X
WO 19					X
WO 19		X		X	
WO 20					X
WO 21					X
WO 22					X
WO 22	X	X	X		
WO 23					X
WO 24					X
WO 25					X
WO 26					X
WO 26		X		X	
WO 27					X
WO 28					X
WO 29					X
WO 30					X
WO 30	X	X	X		
WO 31					X
WO 32					X
WO 33					X