

MediKcal

Zentrum für ambulante Adipositas Therapie



Das medizinisch geleitete Abnehmprogramm Nachsorgeprogramm

In Kooperation mit:



Ihr Nachsorgeprogramm

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

PROGRAMMSTRUKTUR

- Programmdauer 1 Jahr (inkl. 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

Die genauen Kosten entnehmen Sie bitte dem beigelegten Finanzierungsmodell.

FINANZIERUNG

Die Krankenversicherungen (ÖGK, SVS, BVAEB, LKUF, KFG, KFL, KFA, KFW, MKF) übernehmen als freiwillige Leistung – unter nachstehenden Voraussetzungen einen beachtlichen Teil der Kosten. Eine weitere finanzielle Beteiligung kann beim Unterstützungsfonds der ÖGK beantragt werden.

VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE TEILFINANZIERUNG DURCH DIE KRANKENKASSEN

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

THERAPIELEISTUNGEN

Medizin

5 x Arzttermin in Einzelvisite

Themenschwerpunkte:

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

Bewegung

33 x Bewegungstraining in der Gruppe

Themenschwerpunkte:

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

Ernährung

9 x diätologisches Kurzgespräch
5 x diätologischer Gruppenabend

Themenschwerpunkte:

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

Psychologie

4 x psychologische Gruppensitzung/
Verhaltenstraining in der Gruppe

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



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
E-Mail: office@medikcal.at
www.medikcal.at