

Selbstmanagement-Förderung bei der Behandlung von Adipositas: ein Beispiel aus den Universitätskliniken Genf

Prof. Zoltan Pataky

Station für Selbstmanagement-Förderung

Aline Lasserre Moutet

Zentrum für Selbstmanagement-Förderung

Abteilung für Endokrinologie, Diabetologie, Ernährung und
Selbstmanagement-Förderung

Inhalt der Präsentation

1. Feststellungen und globaler Ansatz
2. Programme für übergewichtige/adipöse Personen auf der Station für Selbstmanagement-Förderung
3. Beispiel: 2-jähriges Begleitprogramm
4. Evaluation der Selbstmanagement-Förderung
5. Weg der Selbstmanagement-Förderung: von der Praxis zur Theorie
6. Übersicht über die Schulungen in Selbstmanagement-Förderung

Station für Selbstmanagement-Förderung, HUG



Film HUG 7': Selbstmanagement-Förderung: auf seine Gesundheit achten, aber nicht ganz allein
<https://www.hug.ch/video/education-therapeutique-se-soigner-mais-pas-tout-seul>

Feststellungen

- Adipositas ist eine chronische und rezidivierende Krankheit.
- Abnehmen ist mehr als «weniger essen und sich mehr bewegen».
- Zentrale Mechanismen der Nahrungsaufnahme mit Belohnungssystem
- Die Behandlung von Adipositas muss multidisziplinär und langfristig ausgelegt sein.

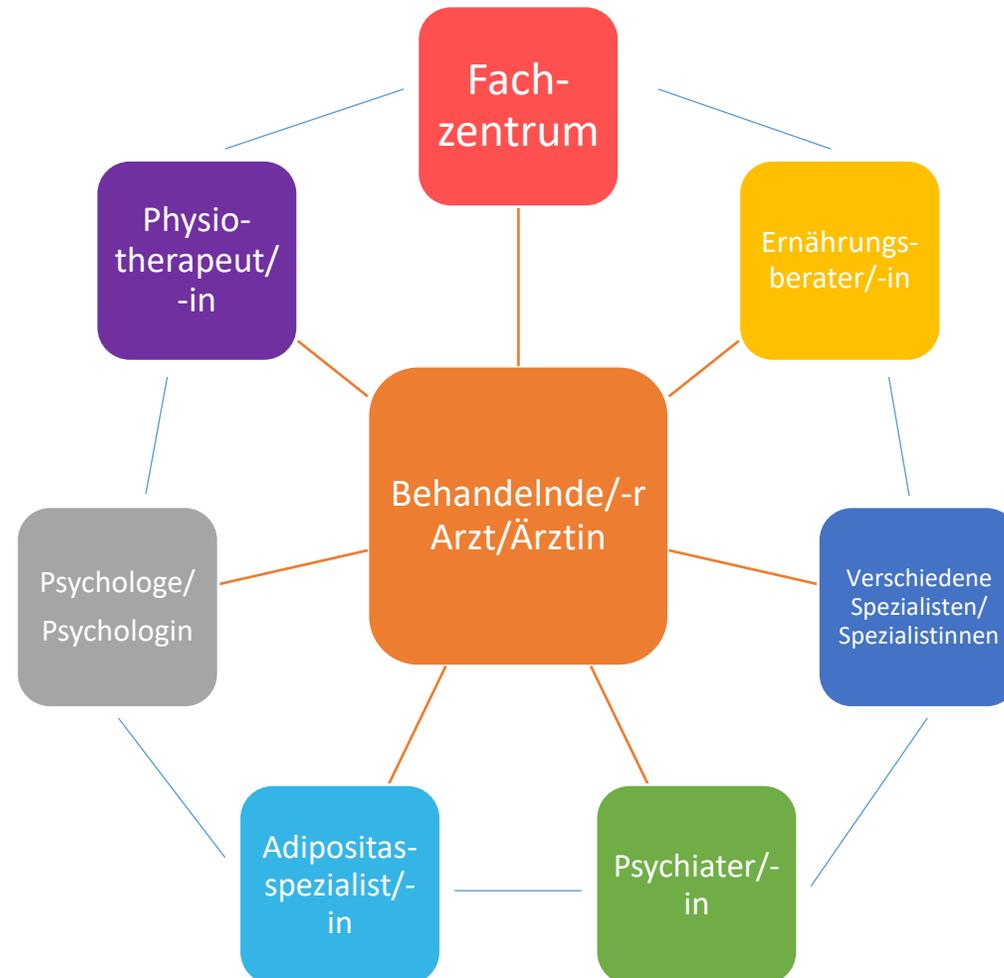


Richtige Behandlung von Adipositas: berufs- und fachübergreifend

- Diätetik
- Essstörungen
- Bewegung
- Pharmakotherapie
- Chirurgie



Die Behandlung von Adipositas ist ein Prozess, der eine langfristige **vernetzte Zusammenarbeit** erfordert.



SMF-Programme für übergewichtige oder adipöse Personen

Station für Selbstmanagement-Förderung, HUG, Genf



Ambulante Tage

- Diätetik
- Essstörungen
- Bewegung

Berufs- und fachübergreifendes Team

Ärzte/Ärztinnen

Pflegefachpersonen

Psychologen/
Psychologinnen

Betroffene
Person

Ernährungs-
berater/-innen

Kunsttherapeuten
/-therapeutinnen

5-tägiges Komplettprogramm

Gruppensitzungen und
Einzelgespräche

2-jhr. Begleitprogramm

Gruppensitzungen und
Einzelgespräche

Programme für
bariatrische Chirurgie

Vorher: 3 Tage in der Gruppe
Nachher: Post-Bypass-Tag

2-jähriges Begleitprogramm

- Strukturiertes multidisziplinäres Programm
- Gruppen- und Einzelsitzungen
- Bezugsperson Pflege für jede/-n Patient/-in
 - spezialisiert
 - auf Adipositas und
 - auf Selbstmanagement-Förderung
 - Individuelle monatliche Termine (60 Min.)



Begleitprogramm

T1 – T4

4 Tage
(in Folge)



Gemeinsame Bilanz
Bildungsstand

Gemeinsame Festlegung der
Therapie- und Lernziele

Gruppe

- Medizin
- Diät
- Esss
- Bew
- Kun

Partnerschaftliche Haltung



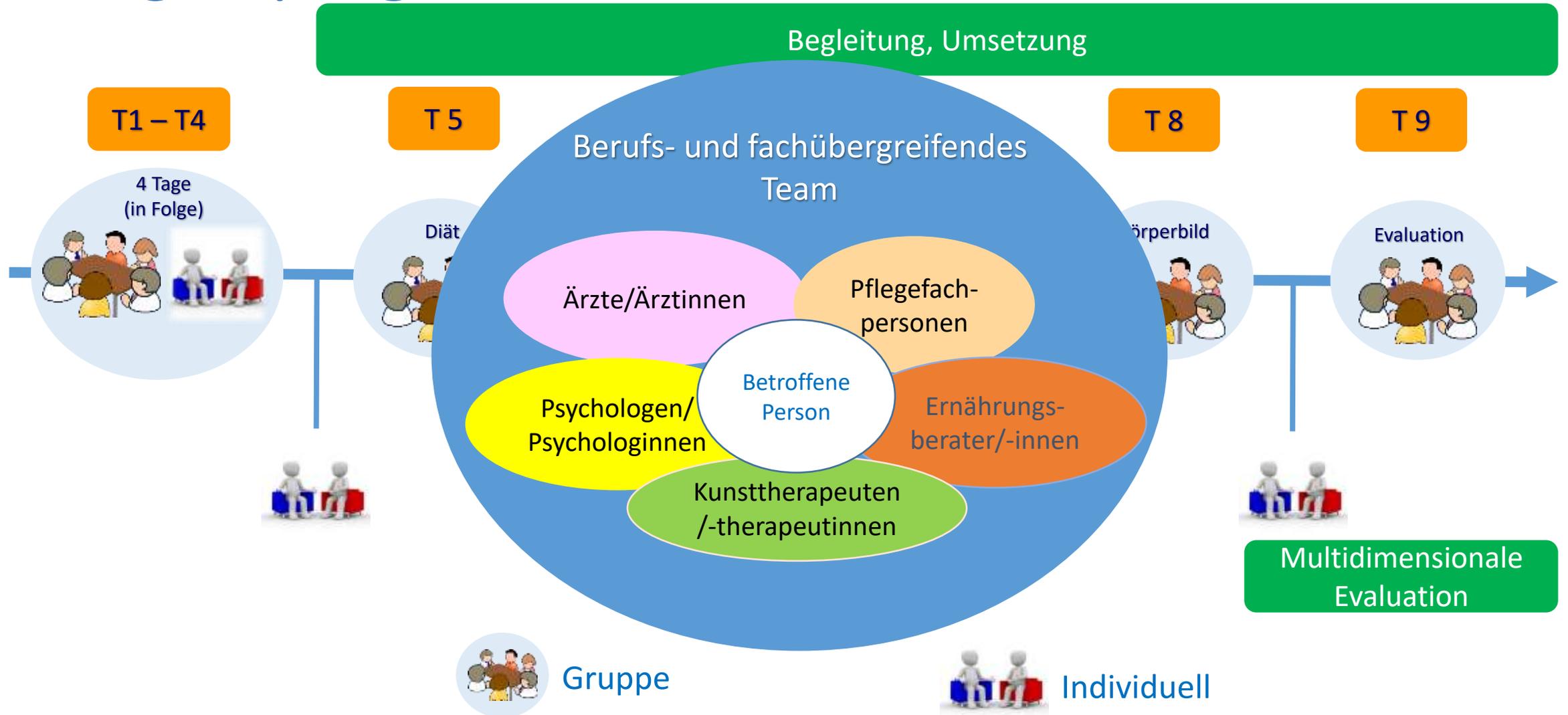
Gruppe



Individuell



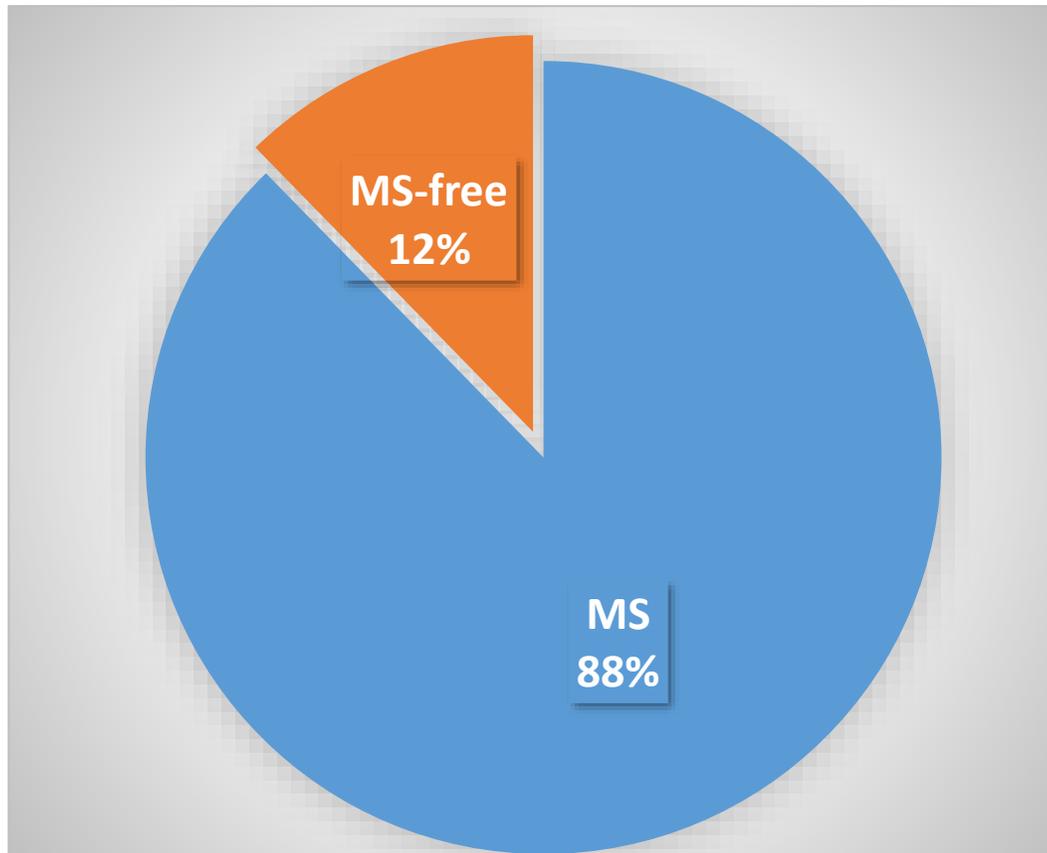
Begleitprogramm



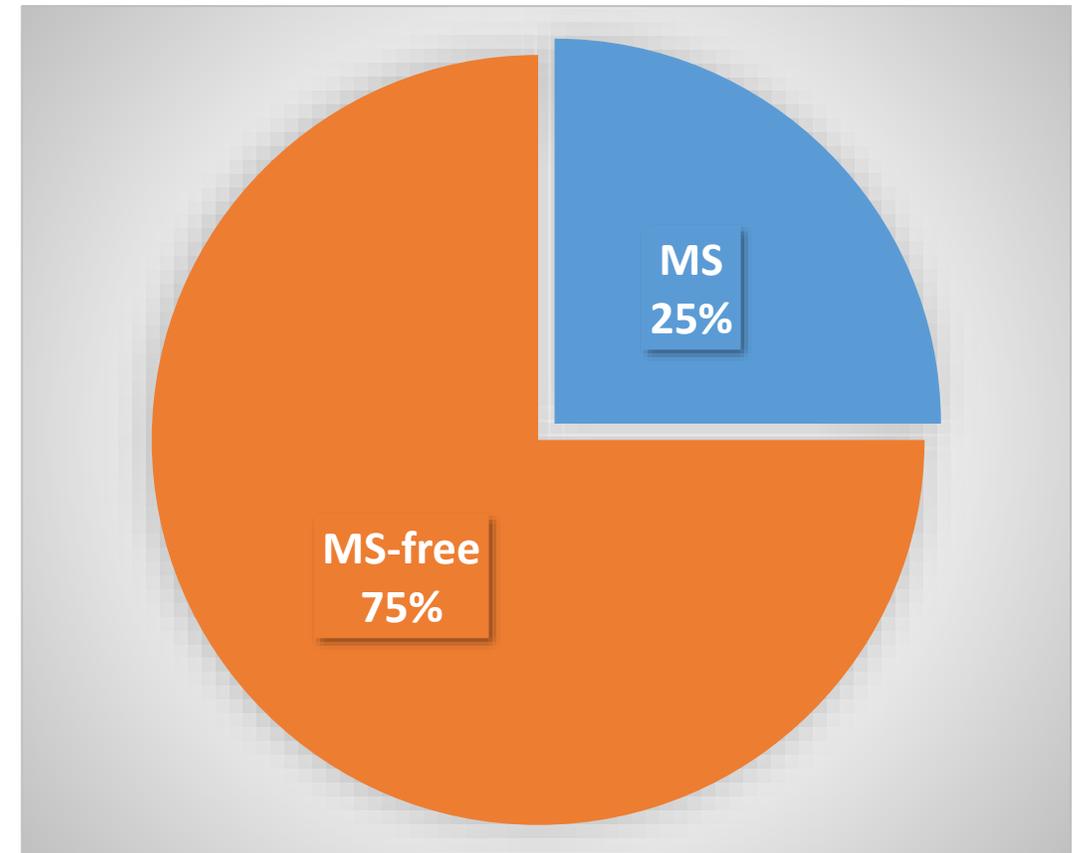
Mehrfachwirkung der Selbstmanagement-Förderung

Remission des Metabolischen Syndroms

Baseline



12 months



Verbesserungen: Beklommenheit, Depression, Essstörungen, Lebensqualität

		Weight loss > 2.5% in baseline weight (n = 35)			
		baseline	1 year	p value	
Ess- störung	Depression (BDI-II)	17.8 ± 11.0	12.3 ± 10.8	0.002	
	Depression (HAD)	7.1 ± 4.0	4.6 ± 3.5	<0.001	
	Anxiety (HAD)	8.3 ± 3.8	8.1 ± 4.5	0.44	
	Dietary Restraint (TFEQ)	6.9 ± 3.4	11.0 ± 3.3	<0.001	
	Dietary Restraint (EDEQ)	1.24 ± 1.02	2.28 ± 1.22	0.001	
	Des-inhibition (TFEQ)	8.7 ± 3.5	7.4 ± 3.0	0.01	
	Hunger (TFEQ)	5.9 ± 3.8	4.4 ± 3.0	0.01	
	Eating concern (EDEQ)	1.48 ± 1.46	0.86 ± 1.37	0.02	
	Shape concern (EDEQ)	4.13 ± 1.22	3.03 ± 1.53	<0.001	
	Weight concern (EDEQ)	3.56 ± 1.13	2.75 ± 1.23	<0.001	
	EDEQ Global score	2.61 ± 0.83	2.27 ± 0.95	<0.001	
	Lebens- qualität	Social life, %	71.8 ± 23.7	83.3 ± 18.0	<0.001
		Professional life, %	69.9 ± 29.4	83.3 ± 18.4	<0.001
Sexual life, %		60.6 ± 32.9	71.1 ± 33.4	0.03	
Self-esteem, %		43.7 ± 27.1	54.1 ± 30.9	0.006	
Mobility, %		51.9 ± 25.4	67.5 ± 22.9	<0.001	

Verbesserungen: Beklommenheit, Depression, Essstörungen, Lebensqualität

		Weight loss > 2.5% in baseline weight (n = 35)			Weight stable ± 2.5% (n = 39)			
		baseline	1 year	p value	baseline	1 year	p value	
Ess- störung	Depression (BDI-II)	17.8 ± 11.0	12.3 ± 10.8	0.002	17.5 ± 12.8	15.9 ± 14.5	0.50	
	Depression (HAD)	7.1 ± 4.0	4.6 ± 3.5	<0.001	7.5 ± 4.8	5.0 ± 4.2	<0.001	
	Anxiety (HAD)	8.3 ± 3.8	8.1 ± 4.5	0.44	8.6 ± 4.5	8.1 ± 4.1	0.36	
	Dietary Restraint (TFEQ)	6.9 ± 3.4	11.0 ± 3.3	<0.001	7.8 ± 5.0	9.0 ± 4.7	0.02	
	Dietary Restraint (EDEQ)	1.24 ± 1.02	2.28 ± 1.22	0.001	1.49 ± 1.36	1.68 ± 1.48	0.35	
	Des-inhibition (TFEQ)	8.7 ± 3.5	7.4 ± 3.0	0.01	10.0 ± 3.2	8.2 ± 3.0	<0.001	
	Hunger (TFEQ)	5.9 ± 3.8	4.4 ± 3.0	0.01	6.4 ± 3.8	4.4 ± 2.8	<0.001	
	Eating concern (EDEQ)	1.48 ± 1.46	0.86 ± 1.37	0.02	1.62 ± 1.37	1.15 ± 1.23	0.03	
	Shape concern (EDEQ)	4.13 ± 1.22	3.03 ± 1.53	<0.001	3.99 ± 1.41	3.49 ± 1.64	0.03	
	Weight concern (EDEQ)	3.56 ± 1.13	2.75 ± 1.23	<0.001	3.50 ± 1.17	2.97 ± 1.49	0.01	
	EDEQ Global score	2.61 ± 0.83	2.27 ± 0.95	<0.001	2.59 ± 1.06	2.32 ± 1.06	0.18	
	Lebens- qualität	Social life, %	71.8 ± 23.7	83.3 ± 18.0	<0.001	75.8 ± 24.9	75.0 ± 22.0	0.82
		Professional life, %	69.9 ± 29.4	83.3 ± 18.4	<0.001	77.8 ± 24.8	79.6 ± 23.6	0.62
		Sexual life, %	60.6 ± 32.9	71.1 ± 33.4	0.03	70.3 ± 34.4	77.3 ± 30.4	0.26
Self-esteem, %		43.7 ± 27.1	54.1 ± 30.9	0.006	48.1 ± 29.9	56.6 ± 29.9	0.02	
Mobility, %		51.9 ± 25.4	67.5 ± 22.9	<0.001	50.1 ± 25.0	58.2 ± 23.6	0.01	

Botschaften zur Wirkung der Selbstmanagement-Förderung



Durch Selbstmanagement-Förderung kann eine Änderung der Gewohnheiten und des Lebensstils herbeigeführt werden.



Wirkungen jenseits der herkömmlichen «biomedizinischen» Erwartungen

Gewicht

Metabolisches Syndrom



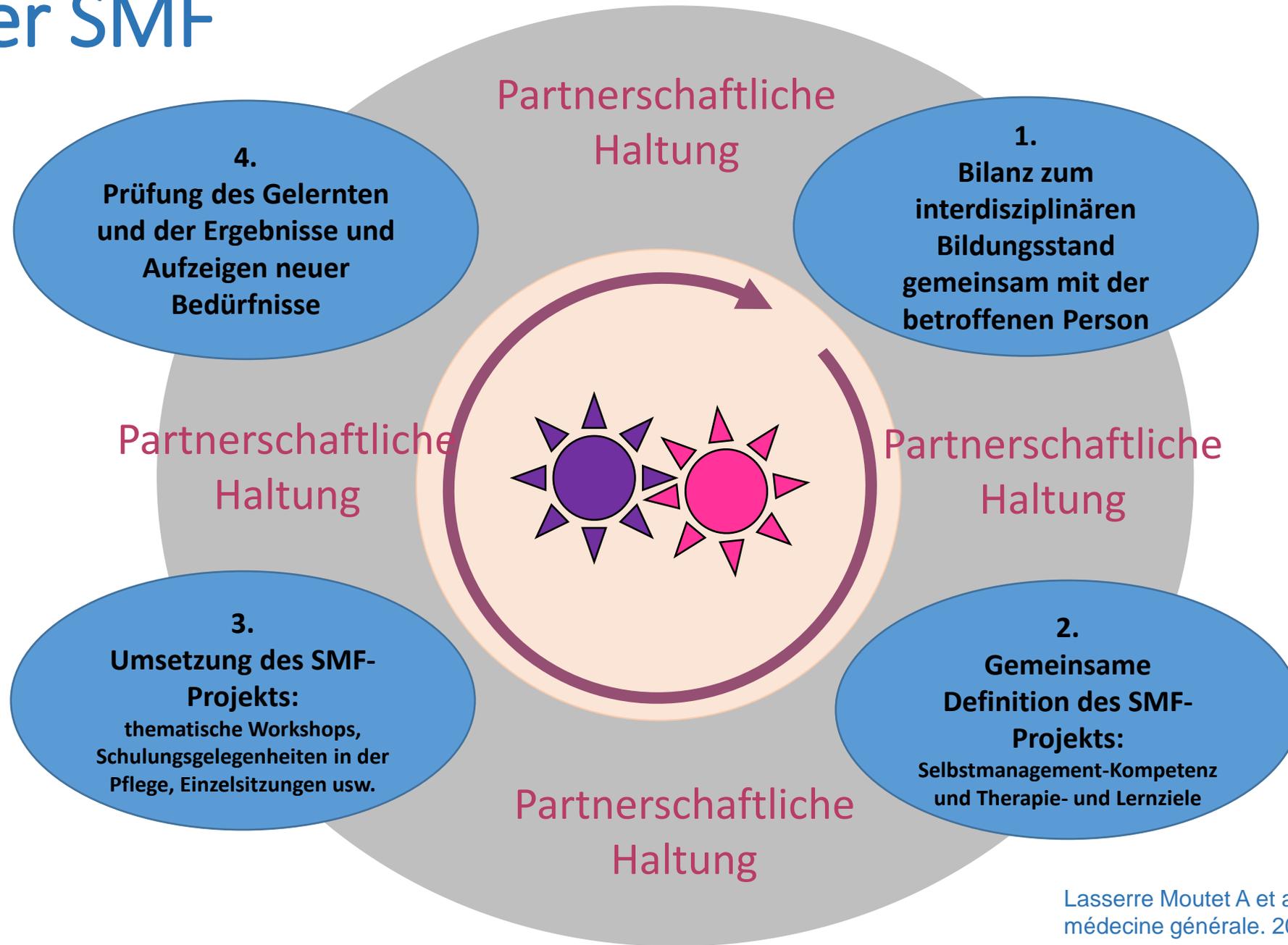
Verbesserung psychosozialer Aspekte

Lebensqualität

Essverhalten

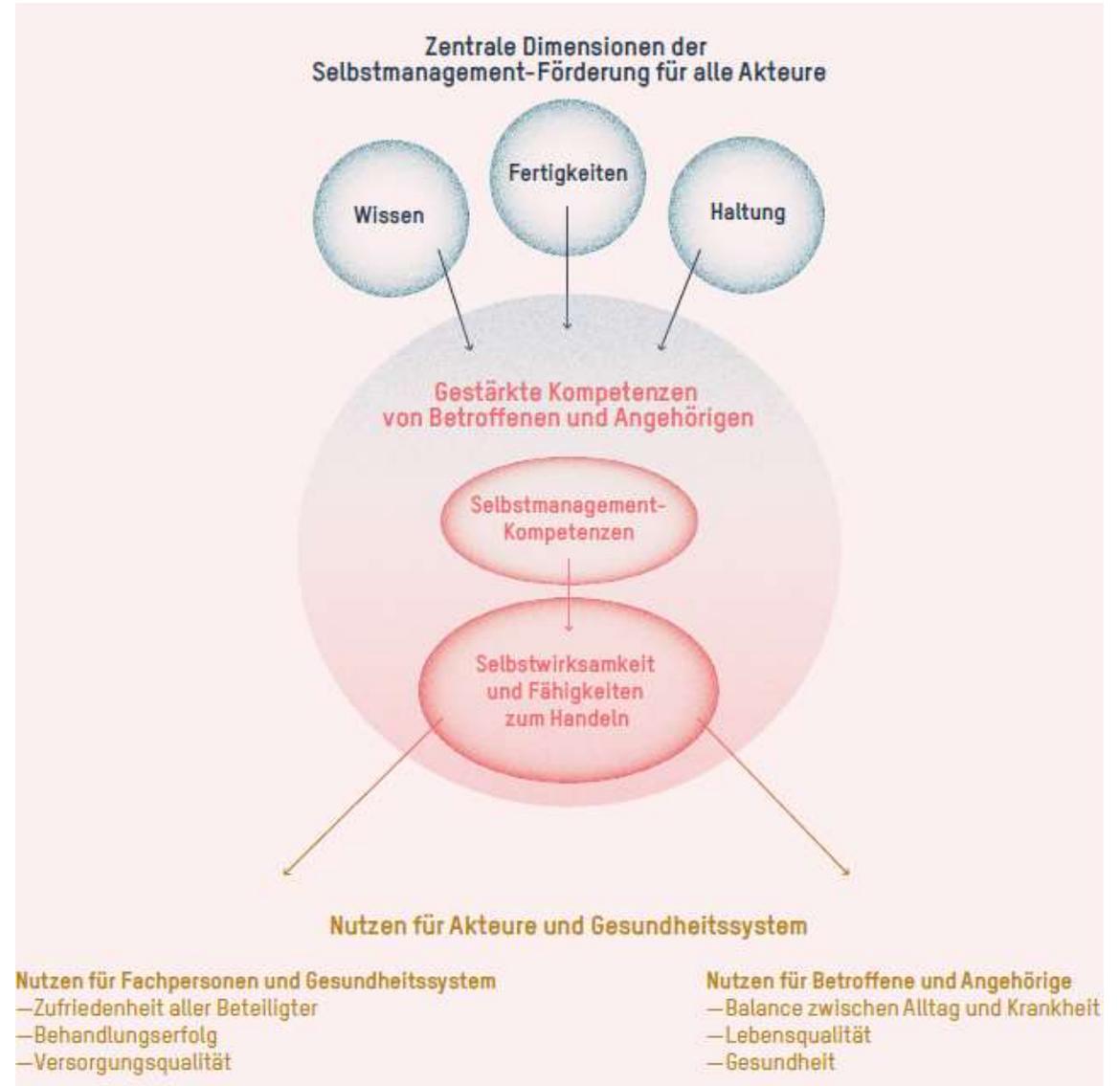
Bekommenheit und Depression

Weg der SMF



Schritte der Selbstmanagement-Förderung

BAG, Konzept Selbstmanagement-Förderung, 2022



Übersicht über die SMF-Schulungen in der Schweiz



Sensibilisierung für SMF

Einführung in die Konzepte und Tools + erste Versuche

Mehrere 2- bis 3-tätige Angebote

(HUG, Diabète Vaud usw.)

Certificate of Advanced Studies (CAS) in SMF

SMF-Fachperson werden

20 Tage

14 ECTS-Kreditpunkte

Diploma of Advanced Studies (DAS) in SMF

Projektkoordinator/-in und SMF-Ausbildner/-in werden

40 Tage

32 ECTS-Kreditpunkte



Siehe Workshop 1: Runde 1 zweisprachig, Runde 2 französisch

Übersicht über die SMF-Schulungen in der Schweiz



Sensibilisierung für SMF

Einführung in die Konzepte und praktische Beispiele
Merkmal: SMF (Hilfsmittel in der Schweiz)



Certificate of Advanced Studies (CAS) in SMF

SMF
14 ECTS

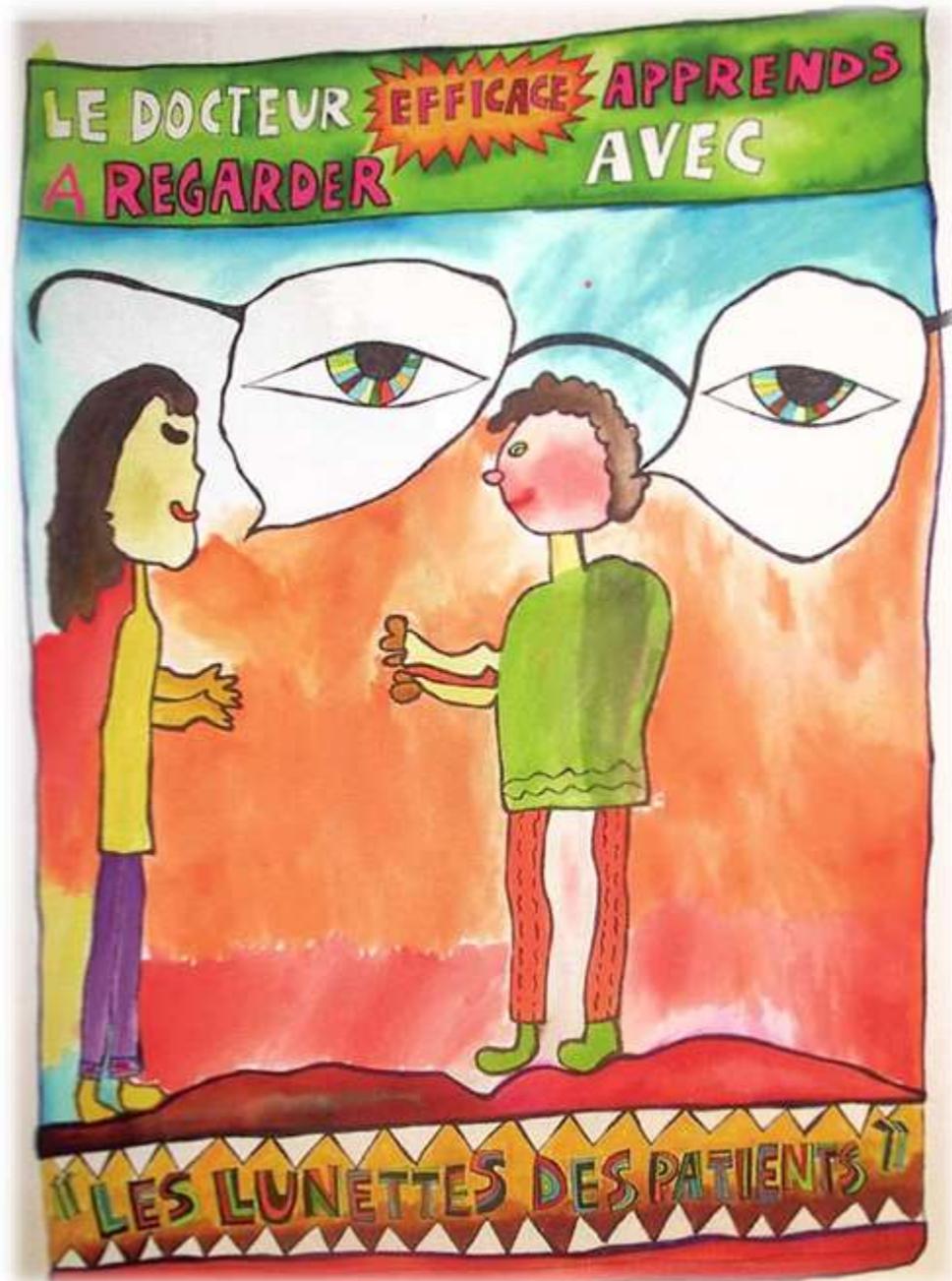


Diploma of Advanced Studies (DAS) in SMF

Prozess und
32 ECTS



Siehe Workshop 1: Runde 1 zweisprachig, Runde 2 französisch



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!