

SHG Adipositas Kiel

Unsere Selbsthilfegruppe arbeitet zusammen mit dem

Adipositas Zentrum Kiel

Interdisziplinäre Adipositassprechstunde
Donnerstags 12.30 – 13.30 Uhr

Ambulanzzentrum der 1. Med. Klinik
Entzündungszentrum (grüne Fenster)

Terminvergabe: 0431 – 597 51 51

Chirurgie: Dr. M. Ahrens, Dr. Honarpisheh
Ernährungsmedizin: PD Dr. D. Rubin



SHG Adipositas Kiel

Unsere Treffen

Gruppentreffen

wann jeden 1. Mittwoch im Monat
um 19.00 Uhr

Stammtisch

wann jeden 3. Mittwoch im Monat
um 19.00 Uhr

Den jeweiligen Ort für das Gruppentreffen sowie den Stammtisch entnehmen Sie bitte unserer Homepage:

www.shg-adipositas-kiel.de

Oder rufen Sie uns einfach an:

SHG-Ansprechpartner

- Manuela Straube-Andersson
Tel.: 0431 – 58 43 205
manuela@shg-adipositas-kiel.de
- Stefan Baumann
Tel.: 0431 – 33 85 95
stefan@shg-adipositas-kiel.de

Adipositas

Selbsthilfegruppe Kiel



**Mach' Dich auf den Weg
in ein leichteres
Leben ...**

Was ist Adipositas?

Adipositas (Fettleibigkeit) und morbid Adipositas (krankhafte Fettleibigkeit) sind laut WHO chronische, behandlungsbedürftige Erkrankungen.

Man spricht von Adipositas, wenn der BMI (Body Mass Index) einen Wert von 30kg/m² überschreitet:

Übergewicht	BMI 25-29,9
Adipositas Grad I	BMI 30-34,9
Adipositas Grad II	BMI 35-39,9
Adipositas Grad III	BMI > 40

Die Unkenntnis vieler Mediziner über die Krankheit Adipositas führt oft zu einer späten Diagnose und somit zu keiner optimalen Behandlung. Für die betroffenen Menschen kann dies fatale Auswirkungen haben. Vielfältige Begleiterkrankungen und Begleiterschneidungen können sich bei unbehandeltem Adipositas einstellen:

- Diabetes
- Störungen des Herz-Kreislaufsystems
- Störung des Bewegungssapparates
- Schlafapnoe
- Fettstoffwechselstörungen
- stark eingeschränkte Leistungsfähigkeit
- soziale Isolation
- Arbeitsunfähigkeit

Die betroffenen Menschen fühlen sich oft wie in einer Sackgasse, aus der sie kaum noch alleine herausfinden.

Hier wollen wir als Selbsthilfegruppe ansetzen, denn der Austausch mit Gleichgesinnten ist ein erster Schritt, um dieser Hoffungslosigkeit entgegen zu treten.

Machen Sie den ersten Schritt und besuchen Sie unser Gruppentreffen

Unser Angebot richtet sich an alle,

- die mit ihrem Übergewicht unzufrieden sind
- die auf konservativem Weg abnehmen wollen
- die Informationen über chirurgische Maßnahmen (Magenband, Schlauchmagen, Magen-Bypass etc.) und das Leben danach haben wollen

- die bereits eine solche OP hinter sich haben oder vor einem Eingriff stehen

- die persönlichen Erfahrungsaustausch über Diäten, Ernährungsberatung, Sportangebote und Verhaltens-therapie etc. wollen

- die emotionale Unterstützung suchen
- die sich mit Menschen austauschen möchten, die im „gleichen Boot“ sitzen

Weitere Informationen finden Sie im Internet

www.shg-adipositas-kiel.de

Wir wollen

- Erfahrungen austauschen mit Gleichgesinnten
- Informieren über konservative und chirurgische Verfahren und Maßnahmen zur Genesung und Gewichtsreduktion

- gemeinsame Aktivitäten organisieren

- Vorträge von Fachärzten, Ernährungsberatern, Psychologen etc. organisieren

- immer ein offenes Ohr haben

- aktiv mitwirken, Vorurteile und Diskriminierungen gegenüber adipösen Menschen zu bekämpfen

T

O

L

E

R

A

N

Z

N

Z

A

K

Z

E

P

T

A

N

Z