

# LEITFADEN FÜR DAS ERSTGESPRÄCH



## Adipositas therapie fängt bei Ihnen an

Das eigene Gewicht ist für viele ein sensibles Thema – umso mehr, wenn man unter Übergewicht leidet. Dennoch ist es für die Gesundheit Ihrer Patientinnen und Patienten unabdingbar, eine Gewichtsreduktion anzuvisieren und langfristig zu erreichen. Auch wenn Abnehmen schwer ist, darüber zu reden, ist der erste Schritt. Mit folgendem Gesprächsleitfaden können Sie Ihre Patientinnen und Patienten behutsam und zielführend durch das Erstgespräch leiten:<sup>1,2</sup>

### 1\_Beginnen Sie mit einer Bitte ...

- ▶ um Erlaubnis, das Gespräch über Gewicht führen zu dürfen.

### 2\_Erfragen Sie ...

- ▶ worunter Ihre Patientinnen und Patienten aufgrund ihres Übergewichts leiden und welche Auswirkungen dies auf den Alltag hat.
- ▶ was für Ihre Patienten und Patientinnen die drei größten Vorteile einer Gewichtsreduktion wären.

### 3\_Besprechen Sie ...

- ▶ die Gewichtshistorie gemeinsam mit Ihrer Patientin, Ihrem Patienten.
- ▶ die möglichen Auslöser und individuellen Einflussfaktoren.
- ▶ die bisherigen Versuche, Übergewicht zu reduzieren.
- ▶ die aktuellen Lebensumstände mit Blick auf das Ess- und Bewegungsverhalten.

### 4\_Setzen Sie gemeinsam ...

- ▶ kurzfristige Ziele und besprechen Sie deren Umsetzung.
- ▶ langfristige Ziele und bieten Sie Ihre Begleitung an.
- ▶ einen Zeitplan und Folgetermine fest, um den Fortschritt zu überprüfen.

### 5\_Erklären Sie ...

- ▶ die individuellen gesundheitlichen Vorteile einer Gewichtsreduktion für Ihren Patienten, Ihre Patientin.
- ▶ die unterschiedlichen Behandlungsoptionen zur Gewichtsregulierung: Lebensstiländerungen, Bewegungsprogramme, medikamentöse Therapien und bariatrische Eingriffe.
- ▶ die Wichtigkeit, dass Sie gemeinsam den Weg der Gewichtsreduktion beschreiten und Sie für Ihre Patientin bzw. Ihren Patienten da sind.



Für weitere Informationen besuchen Sie ▶ [rethink-obesity.de](https://rethink-obesity.de)

1 Yumuk V et al. Behandlungsleitlinie der EASO (European Association for the study of Obesity) zur Behandlung adipöser Erwachsener „EASO OMTF European Guidelines for Obesity Management in Adults“: <https://cdn.easo.org/wp-content/uploads/2018/12/16195559/2015-OMTF-European-Guidelines-for-Obesity-Management.pdf>, abgerufen am 27.01.2023.  
2 Behandlungsleitlinie der DAG (Deutsche Adipositas-Gesellschaft) „Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas – Version 2.0 (April 2014)“: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/050-001>, abgerufen am 27.01.2023.