

medgroup Klosterneuburg

OA Dr. Petra Fabritz

Ihre Internistin

Medizinisches Gewichtsmanagement



Sich in seinem
Körper wohlfühlen



Richtig abnehmen durch medizinisch geleitetes Gewichtsmanagement

OA Dr. Petra Fabritz

Als Fachärztin für Innere Medizin und Oberärztin im LK Donauregion Klosterneuburg verfüge ich über umfassende Erfahrungen im medizinischen Bereich. Durch meine Zusatzausbildungen auf dem Gebiet der Ernährungsmedizin, Präventionsmedizin und Orthomolekularmedizin sehe ich meine Aufgabe als Ärztin nicht nur darin, Krankheiten zu therapieren, sondern sie gar nicht erst entstehen zu lassen. Mein Ziel ist es, dass Menschen nicht erst zum Arzt gehen, wenn sie bereits Beschwerden haben. Als Ihre persönliche Gesundheitsmanagerin möchte ich dabei helfen, Ihre Lebensqualität zu verbessern und Ihre Gesundheit möglichst lange zu erhalten. Um die besten Ergebnisse zu erzielen, müssen Ihre individuellen Voraussetzungen berücksichtigt werden. Ausgehend von fachlich fundierten Analysen und Befunden helfe ich Ihnen, einen adäquaten Lebensstil zu finden und Ihr persönliches Wohlbefinden zu steigern.

Medizinisch geleitetes Gewichtsmanagement

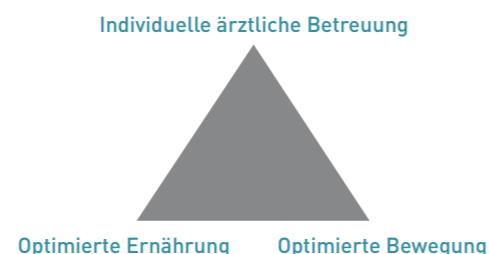
Übergewicht zieht viele Folgeerkrankungen nach sich und ist einer der Hauptverursacher von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, im Extremfall bis zum Herzinfarkt und Schlaganfall. Diabetes und Bluthochdruck werden meist erst spät erkannt, da im Anfangsstadium keine Beschwerden auftreten. Durch eine rechtzeitige Gewichtsreduktion können Risikofaktoren minimiert bzw. Folgeerkrankungen verhindert werden. Leider führen Diäten nicht zum Ziel, sondern bewirken bestenfalls eine kurzfristige Gewichtsabnahme, resultieren aber mittelfristig in einer weiteren Gewichtszunahme (der berühmte Jo-Jo-Effekt). Nur mit medizinischen, individuell auf die Person abgestimmten Maßnahmen aus den Bereichen Bewegung und Ernährung kann ein nachhaltiger Erfolg erzielt werden. Von essentieller Bedeutung ist dabei auch die richtige Versorgung des Körpers mit Vitaminen und Mineralstoffen. Trotz Übergewicht kann ein Nährstoffmangel bestehen.

Eine medizinisch gesteuerte Gewichtsreduktion ist der richtige und nachhaltige Weg zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität.

Mein Ziel ist Ihr Erfolg

Nachhaltige Gewichtsreduktion kann nur durch das Erlernen eines neuen Lebensstils erreicht werden. Viele einseitige Diäten führen eher zu Mangelerscheinungen als zu einem erfolgreichen und dauernden Gewichtsverlust. Das Ergebnis ist in der Regel nur ein verminderter Grundumsatz, der zu einer noch rascheren Gewichtszunahme nach Beendigung der Diät führt.

Eine Gewichtsreduktion unter ärztlicher Anleitung schließt solche Probleme aus, weil alle ausschlaggebenden Faktoren berücksichtigt werden.

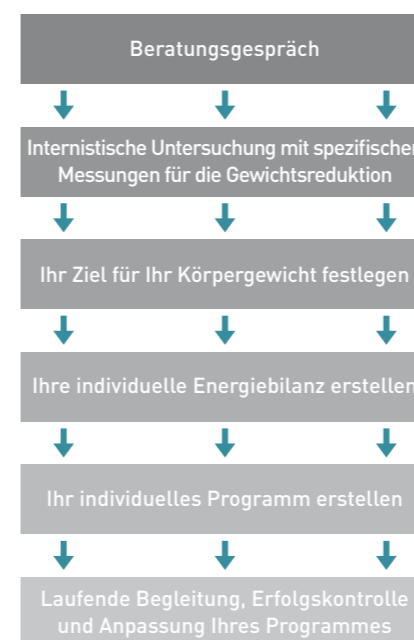


Über richtige, ausgewogene Ernährung und ein individuell auf Sie abgestimmtes Bewegungsprogramm erreichen Sie Ihr ganz persönliches Ziel.

Gruppendynamik nutzen

Gruppendynamik wirkt sich nachweislich positiv auf die Ergebnisse aus. Deshalb besteht im Rahmen der Therapie die Möglichkeit von regelmäßigen Treffen mit Gleichgesinnten in Kleingruppen. Gemeinsam wird das Ziel, über eine Änderung der Gewohnheiten zu einer Änderung des Lebensstils zu gelangen, leichter erreicht.

Programmablauf



Medizinisch fundierte Ist-Analyse

Nach dem Erstgespräch wird eine eingehende internistische Untersuchung durchgeführt und alle notwendigen Laborwerte erhoben. Die Ergebnisse bilden die Basis für den Aufbau des individuellen Gewichtsmanagement Programmes. Durch ein spezielles Elektrokardiogramm (Vicardio) wird die Herzfrequenzvariabilität gemessen und liefert so Aussagen über die Stressbelastung des Herzens. Der Grundumsatz wird durch ein indirektes Kalorimetrie-Messverfahren festgestellt. Eine Body-Impetanz-Analyse gibt Aufschluss über die Körperzusammensetzung, also den Fettanteil im Körper. Mit Hilfe einer Spiroergometrie, bei der die Sauerstoffaufnahme während einer körperlichen Belastung gemessen wird, kann die Leistungsfähigkeit beurteilt werden.

Ihr individueller Weg zum gewünschten Erfolg

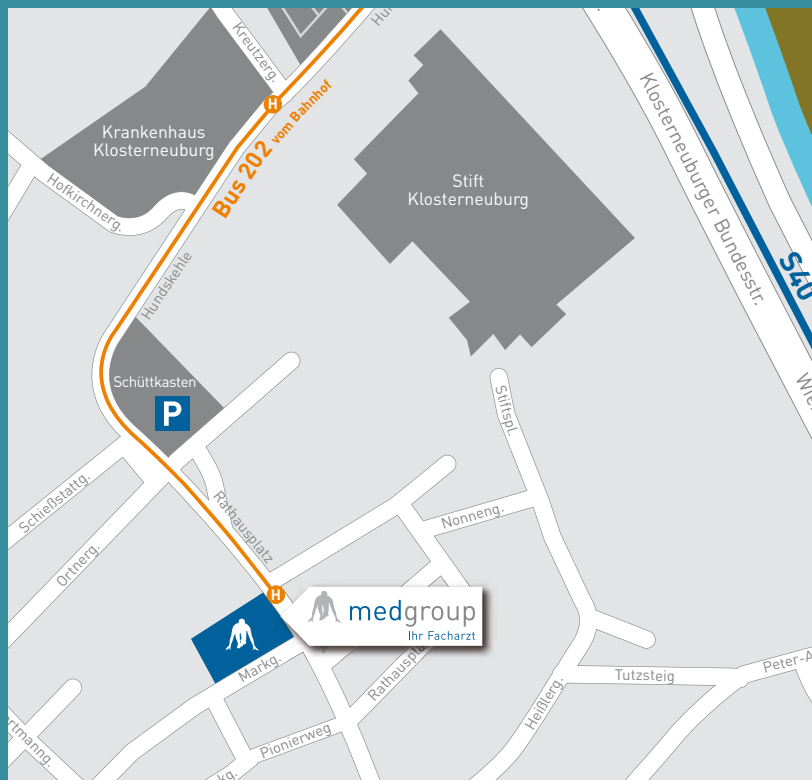
Auf der Basis der Ergebnisse und der besprochenen persönlichen Zielen wird Ihre Energiebilanz erstellt, die die Grundlage für alle weiteren Maßnahmen bildet. Diese sind ganz speziell auf Ihre Voraussetzungen und Bedürfnisse zugeschnitten. In Zusammenarbeit mit einem Ernährungsexperten und einem Sportexperten wird ein auf Ihre Situation abgestimmtes Programm ausgearbeitet. Dieses Programm ist Ihre persönliche Anleitung für Ihre ersten Schritte in ein neues Leben.

Laufende Begleitung, Erfolgskontrolle und Anpassung

Sie werden bei der Umsetzung Ihres Programmes laufend begleitet und können so nachhaltige Erfolge erzielen. Das Programm wird gemäß Ihrer persönlichen Entwicklung überprüft und gegebenenfalls angepasst. Die kontinuierliche Body-Impetanz-Analysen gewährleistet, dass im Rahmen der Therapie die richtigen Maßnahmen gesetzt werden und auch wirklich Fett abgebaut wird. Somit wird der unkontrollierte Gewichtsverlust, bei dem nur Muskelmasse abgebaut oder Wasser ausgeschieden wird, vermieden. Regelmäßige Kontrollen stellen sicher, dass das absolvierte Gewichtsmanagementprogramm die gewünschten Resultate bringt.

Nach den ersten Erfolgen werden die Ziele und Maßnahmen Ihrer persönlichen Entwicklung angepasst. Im Rahmen des medizinischen Gewichtsmanagements helfe ich Ihnen, durch eine nachhaltige Ernährungs- und Bewegungsumstellung Ihren optimalen Lebensstil zu erreichen. So kann Ihr Wunschgewicht auch auf Dauer gehalten werden. Sie fühlen sich wieder wohl, haben an Lebensqualität gewonnen und nicht zuletzt Ihre Risikofaktoren für schwerwiegende Krankheiten gesenkt.

Das medizinische Gewichtsmanagement bietet Ihnen die Sicherheit, richtig und nachhaltig abzunehmen.



OA Dr. Petra Fabritz
Fachärztin für Innere Medizin
Rathausplatz 4
3400 Klosterneuburg
Phone +43 2243 20685-25
Mobil +43 676 50 50 925
Fax +43 2243 20685-99
p.fabritz@medgroup.at

www.dr-fabritz.at

www.medgroup.at