

Adipositas genannt auch Fettleibigkeit – Fettsucht

Krankhaftes Übergewicht und eine übermäßige Vermehrung von Fettgewebe im Körper werden als Adipositas, Fettleibigkeit oder Fettsucht bezeichnet. Steigt der Body Mass Index (BMI) über 30, gilt eine Person als adipös. Das starke Übergewicht stellt einen gesundheitsbedrohenden Zustand dar, der eine Vielzahl von zum Teil schweren Erkrankungen nach sich ziehen kann, wie beispielsweise Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen und Gelenkschäden. Adipositas kann entstehen, wenn über einen längeren Zeitraum hinweg dem Körper weit mehr Energie zugeführt wird, als dieser wirklich benötigt. Fettleibigkeit kann aber auch als Folge von Krankheiten und als Nebenwirkung bestimmter Medikamente auftreten.

Die Behandlung von Adipositas

Eine erfolgreiche Adipositas-Therapie kann die Lebensqualität von Patienten deutlich verbessern, das Risiko der Komorbiditäten mindern bzw. bereits bestehende Komorbiditäten lindern oder gar heilen, aktive Lebensführung und Selbstachtung wiederherstellen und schließlich die Lebenserwartung verlängern.

Selbsthilfe ist der beste Kraftstoff.



Selbsthilfegruppe Adipositas Nürnberg Lymph & Lipödem



Mehr Informationen finden Sie auch auf unserer Website:



www.selbsthilfegruppe-adipositas-nuernberg.de



Unsere Gruppe

wir sind eine offene Selbsthilfegruppe von Betroffenen für Betroffene und deren Begleitung und am Thema Interessierte, die sich mit dem Krankheitsbild der Adipositas und dem Thema der Adipositas-Chirurgie / bariatrische Chirurgie, Begleiterkrankungen und Lipödem und Lymphödem beschäftigt. Um mit der Krankheit besser umgehen zu können und Wege in ein gesünderes und leichteres Leben zu finden, unterstützen und motivieren wir uns gegenseitig im lockeren Austausch mit Gesprächen, Informationsveranstaltungen und gemeinsamen Unternehmungen.

Unsere Themen beschäftigen sich mit:

- ❖ Erfahrungsaustausch
- ❖ Ernährungsumstellung und gesunde Ernährung
- ❖ Gegenseitige Motivation
- ❖ Operative Methoden
- ❖ Entspannung und Bewegung
- ❖ Achtsamkeit und Selbstfürsorge
- ❖ Vorträge und Veranstaltungen
- ❖ Hilfestellung bei Nachsorge und Rehabilitationen
- ❖ und vieles mehr

Wann und Wo?

Die Adipositas-Selbsthilfegruppe trifft sich regelmäßig **jeden vierten Samstag im Monat von **18:00-20:00 Uhr****

KISS Mittelfranken, Plärrer 15, 90443 Nürnberg.

Ansprechpartner

Stefanie Reichel
Telefon: 0176 81664286

Gesa Chatzidimitriou
Telefon: 0176 62636777

Mail: info@selbsthilfegruppe-adipositas-nuernberg.de



www.selbsthilfegruppe-adipositas-nuernberg.de

Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände in Bayern.