

5-TAGE-INTENSIVKURS ADIPOSITAS 23.–27. FEBRUAR 2026

URSACHEN VERSTEHEN UND
MODERNE THERAPIEMÖGLICHKEITEN

Dieses Angebot richtet sich an alle Personen mit einer Adipositas (BMI > 30). Die Intensivwoche für Adipositas-Betroffene mit ihren Begleiterkrankungen wie Diabetes mellitus, metabolisches Syndrom, Hypertonie und Fettstoffwechselstörung zeigen das breite Spektrum von Therapiemöglichkeiten auf.

Adipositas ist der größte und am weitesten verbreitete Risikofaktor für Herz-Kreislauferkrankungen, Bluthochdruck, Schlaganfall, Diabetes mellitus etc. und führt zu einer verringerten Lebenserwartung.

Die Erkrankung stellt eine komplexe Stoffwechselstörung dar, bei der es durch hormonelle Veränderungen (GLP-1, Leptin, Insulin u. v. a.) zu einem veränderten Sättigungsgefühl und der Verstoffwechselung der Nahrung mit zunehmender Schädigung der Organe (Leber, Niere, Knochen etc.) und Fettablagerungen kommt.

Sie lernen im Intensivkurs, wie Adipositas entsteht, was und wie Sie etwas dagegen tun können und welche Hilfsmittel es gibt.

Heute werden multimodale Therapiekonzepte als die vielversprechendsten empfohlen. Das reicht von Ernährung über Bewegung und Stressbewältigung bis zu GLP-1-Agonisten (Wegovy®; Mounjaro®) und Operationsmöglichkeiten.

Ziel des Intensivkurses ist es, für Sie ein individuelles multimodales Therapiekonzept zu erstellen. Dieses kann von Ihnen später eigenständig oder in einem nachfolgenden 12-Wochen-Kurs in unserer Tagesklinik umgesetzt werden. Die Therapien finden einmal wöchentlich mit jeweils bis zu 7 Stunden in der Gruppe statt. Die Kosten der teilstationären Therapie werden von den Krankenkassen übernommen.

MODULARES THERAPIEANGEBOT (AUSZUG)

- Psychoedukation (Wissensvermittlung)
- Bewegungstherapie
- Ernährungstherapie
- Entspannung, Achtsamkeitstraining, Biofeedback

KONTAKT UND ANMELDUNG ZUR INTENSIVWOCHE



Kerstin Förster

Office-Assistenz

Telefon: 030/365 01-7040

Fax: 030/365 01-2410

E-Mail: tk-innere@havelhoehe.de



[https://www.havelhoehe.de/de/
abteilungen-zentren/tagesklinik-innere-medizin](https://www.havelhoehe.de/de/abteilungen-zentren/tagesklinik-innere-medizin)