

Die Last mit dem Gewicht

Adipositas: Was Menschen für sich und gegen die Krankheit tun können, lernen sie während einer Rehabilitation in der Klinik Teutoburger Wald. Oberarzt Peter Everding steht ihnen dabei zur Seite.

TEXT: Katharina Simmes

Grillpartys und Kuchen gehören zum Leben dazu“, sagt Peter Everding schmunzelnd. „Alles andere ist realitätsfern. Wichtig ist es, seine Ernährung danach wieder anzupassen.“ Der Münsterländer ist Oberarzt für Innere und Allgemeinmedizin und Diabetologe in der Klinik Teutoburger Wald, einer Rehaklinik der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover in Bad Rothenfelde. Sein Behandlungsschwerpunkt ist die drittgradige Adipositas – eine ernste Erkrankung, die das Risiko für Folgeschäden stark erhöht.

„In unserer Klinik sind Rehabilitanden mit einem Body-Mass-Index von 50, 60 oder sogar 70 keine Seltenheit. Diese Menschen haben einen Leidensweg hinter sich, sind mit Vorurteilen konfrontiert und stehen ihrer Krankheit viel zu oft hilflos gegenüber“, erklärt Peter Everding, während er die Blutbilder eines Rehabilitanden überprüft. Für ihn sei es ein besonderer Vorteil, dass sie sich in der Klinik für jeden Zeit nehmen könnten. „Ohne eine ordentliche Beleuchtung der Essgewohnheiten, Grunderkrankungen und Lebensumstände ist eine erfolgreiche Therapie nicht möglich. In einer Ernährungsanamnese klären wir all diese Fragen.“

Im Ernährungs-Dschungel

Menschen mit Gewichtsproblemen stehen in Bezug auf die Ernährung vor einem kaum überwindbaren Hindernis. „Die Ernährungsmedizin



„Mein Ziel ist es, den Kopf umzustellen.“

Susanne Schäfer,
Rehabilitandin in der
Klinik Teutoburger Wald



ist ein Dschungel, der Menschen schnell verunsichert. Und wo Menschen verunsichert sind, lauern unseriöse Anbieter“, berichtet der Diabetologe und wird für einen Moment ungehalten. Vermeintliche Wunderpillen zu horrenden Preisen seien oftmals ein Problem. „Unsere Aufgabe ist es, die Rehabilitanden medikamentös bestmöglich einzustellen“, sagt er energisch. „Dabei kommt es auch darauf an, die oftmals vielfältigen Folgeerkrankungen zu berücksichtigen.“

Der 53-Jährige hat zusätzlich zum Diabetologen die Fortbildung zum Adiposilogien absolviert, um fachlich am Puls der Zeit zu bleiben. „Wir haben hier eine Vorbild- und Lotsenfunktion. Den Weg zur Lifestyle-Änderung, den gehen wir mit den Rehabilitanden gemeinsam.“ Ein wichtiger Baustein dafür ist die Ernährung. Das Küchenteam lebt das Prinzip der „Frischküche“: keine Geschmacksverstärker, frische und regionale Zutaten. Drei Gerichte stehen täglich zur Auswahl, eines davon ist vegetarisch. „Wir predigen keine Askese und wir haben keine Verbotskultur. Jeder bedient sich eigenverantwortlich und probiert aus, was zu ihm passt“, sagt Peter Everding und entscheidet sich für Lachs mit Rahmwirsing.

Ihr Weg zur Deutschen Rentenversicherung:

Haben Sie Fragen oder suchen Sie weiterführende Informationen? Nutzen Sie die kostenfreie zentrale Servicenummer und Website:

0800 1000 4800**deutsche-rentenversicherung.de****Das nächste Heft: Forever Young Nr. 01 | 25****Die Generation der 100-Jährigen**

Eines von drei jungen Mädchen wird einmal 100 Jahre alt. Können Schülerinnen sich das vorstellen? Zu Besuch in einer Renteblicker-Schulstunde.

Ein ganzes halbes Leben

Zurück auf „Los“: Auch ältere Menschen erfinden sich beruflich neu: eine Ausbildung, eine Umschulung oder eine lang erträumte Selbstständigkeit.

Ein Song für die Ewigkeit

Marian Gold, Sänger der Band Alphaville, hat der Welt den Hit „Forever Young“ geschenkt. Wie denkt er heute über das Äterwerden? Ein Interview.

WAS MACHT EIGENTLICH ...**...ein therapeutischer Leiter in einer Rehaklinik der Deutschen Rentenversicherung?****Steckbrief**

Ralph Gromer, bei der Deutschen Rentenversicherung seit: 2015 in Ohlstedt

Mein typischer Arbeitstag beginnt damit, die Therapiepläne zu koordinieren. Sind alle Rehabilitanden so versorgt, wie sie es benötigen? Wer macht bereits gute Fortschritte, wo ist mehr sporttherapeutische Unterstützung erforderlich?

Es macht mir besonders Spaß, als Physiotherapeut Gruppen zu leiten, zum Beispiel die „Rückenschule“. Aber auch die Einzeltherapie, wo man oft schon nach zwei Wochen Verbesserungen sieht, ist sehr befriedigend.

Ein echtes Plus ist für mich, dass mir die Vier-Tage-Woche ermöglicht wird. So kann man Beruf, Familie und Hobbys viel besser miteinander vereinbaren.



Jobangebote bei der Rentenversicherung:
t1p.de/drv-expertensuche

Impressum

Herausgeber: Deutsche Rentenversicherung Bund

Chefredakteur: Hans-Christoph Keller (V.i.S.d.P. Deutsche Rentenversicherung Bund, Ruhrstraße 2, 10709 Berlin)

Redaktion: Dr. Heiko Fiedler-Rauer, Stefan Braatz, Christine Rütters (Deutsche Rentenversicherung Bund)

Verlag: Axel Springer Corporate Solutions GmbH & Co. KG, Axel-Springer-Straße 65, 10888 Berlin

Geschäftsleitung: Frank Parlow, Lutz Thalmann

Redaktion: Hilmar Poganatz (Axel Springer Corporate Solutions GmbH & Co. KG), Silke Mertins, Mirko Heinemann
E-Mail: redaktion@zj-online.de

Redaktion der regionalen Seiten 16 und 17: Katharina Simmes, Astrid Froböse, Gabriele Wallbaum, Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover, 30875 Laatzen;

Projektmanagement: Anett Teßmer, Maren Irmer

Autoren: Heimo Fischer, Susanne Knaut, Anke Kotte, Ninia LaGrande, Marie-Charlotte Maas, Silke Mertins, Hilmar Poganatz

Gestaltung: Johanna Schneider, Jennifer Hoyer (Bildredaktion)

Lithografie: Thomas Amthor, Insa Dressler

Anzeigen: Anett Teßmer
E-Mail: anett.tessmer@axelspringer.com

Herstellung und Vertrieb: Thomas Künne

Druck: Mohn Media Mohndruck GmbH, Carl-Bertelsmann-Straße 161M, 33311 Gütersloh

Das Magazin zukünftig jetzt erscheint quartalsweise im 19. Jahrgang. Nachdruck – auch auszugsweise – mit Genehmigung des Verlags.

Beilagenhinweis: Die in zukünftig jetzt veröffentlichten Anzeigen und Beilagen stellen weder ein Leistungsangebot noch die Meinung oder eine Empfehlung der Deutschen Rentenversicherung dar.

Bitte wenden Sie sich bei Fragen zu Ihrem Abo an den Abo-Service:
QS – Quality Service GmbH, Ericusspitze 1, 20457 Hamburg

Postadresse für die Abonnenten: zukünftig jetzt, Postfach 11 07 03, 20407 Hamburg
E-Mail: abo@zj-online.de
Telefon: 040 3007 3529
Fax: 040 3007 85 3529

Der Bezug eines Abonnements ist kostenfrei.