

Kontakt:

Pressesprecherin Kliniken Ostalb

Manuela Giesel

Tel.: 07361 55 3006

Email: manuela.giesel@kliniken-ostalb.de

Aalen, 01.10.26

Viele Perspektiven auf einen persönlichen Weg und Umgang mit Adipositas

Im Adipositaszentrum Aalen sind Patientinnen und Patienten Teil eines großen interprofessionellen Behandlungskonzepts. Katja De Sousa Da Silva berichtet, wie ihr die Zusammenarbeit verschiedener Experten geholfen hat, ihren Alltag neu zu gestalten. Dabei spielt auch die Selbsthilfe im Austausch mit anderen eine wichtige Rolle.



Katja De Sousa Da Silva (zweite von links) steht mit den Menschen zusammen, die sie auf ihrem Weg begleitet haben. Im Gespräch geht es um ihre Erfahrungen, um Veränderungen im Alltag und um die Fragen, die nach einer Behandlung weiterbestehen. Mediziner, Therapeuten und Berater bringen ihre eigene fachliche Sicht ein.

Katja De Sousa Da Silva erzählt, was sie erlebt hat, welche Veränderungen ihr geholfen haben und wo Herausforderungen geblieben sind. Ihre Erfahrungen sind für das Behandlungsteam sehr hilfreich, denn diese Reflektion unterstützt aktiv das Behandlungskonzept des Adipositaszentrums an den Kliniken Ostalb, unter der Leitung von Oberarzt Dr. Laurentiu Grecu.

Und an dieser Stelle zeigt sich auch der besondere Ansatz des Zentrums. Die Behandlung orientiert sich an der persönlichen Situation eines Menschen. Körperliche Beschwerden, Ernäh-

Kliniken Ostalb

Marketing / Unternehmenskommunikation

Leitung:

Manuela Giesel

Tel: 07361 55-3006

Manuela.giesel@kliniken-ostalb.de

Ralf Mergenthaler

Tel: 07361 55-3008

ralf.mergenthaler@kliniken-ostalb.de

Andreas Franzmann

Tel: 07171 701-1008

andreas.franzmann@kliniken-ostalb.de

rungsgewohnheiten, psychische Belastungen, Alltag, Bewegung und soziale Unterstützung werden gemeinsam betrachtet. Die Operation kann nach einer entsprechenden Indikation ein wichtiger Bestandteil der Behandlung sein. Sie ist aber Teil eines langfristigen und umfassenden Behandlungskonzeptes.

Schon als Kind hatte Katja De Sousa Da Silva mit ihrem Gewicht zu kämpfen. Zahlreiche Diäten brachten keinen dauerhaften Erfolg. Lange Zeit fühlte sie sich gesundheitlich stabil. Später stiegen ihr Blutdruck und die körperliche Belastung im Alltag. Treppensteigen wurde anstrengend, bei kleinen Belastungen fehlte ihr schnell die Luft.

Über einen niedergelassenen Facharzt kam sie zum Adipositaszentrum ins Ostalb-Klinikum nach Aalen. Dort wurde ihre Situation umfassend eingeschätzt. Vor ihrer Schlauchmagenoperation veränderte sie bereits ihre Lebensgewohnheiten und verlor zehn Kilogramm. Der Eingriff war für sie ein wichtiger Teil ihrer Behandlung.

Ihre Geschichte lässt sich jedoch nicht allein auf diesen operativen Eingriff reduzieren. So meint Katja De Sousa Da Silva; dass Essen nach der Operation für sie eine völlig neue Bedeutung bekommen habe. Gleichzeitig musste sie sich weiter mit vertrauten Verhaltensweisen auseinandersetzen. Viele Gewohnheiten entstehen über Jahre. Sie verschwinden nicht, sobald sich die körperlichen Voraussetzungen verändern.

**„Das Schwierige ist, die Gewohnheiten zu durchbrechen.
Die OP findet ja nicht im Kopf statt.“**

Katja De Sousa Da Silva

Patientinnen und Patienten des Adipositaszentrums schlagen einen langfristigen Behandlungsweg ein. Der Eingriff kann das Sättigungsgefühl und die mögliche Nahrungsmenge beeinflussen. Die persönliche Lebensgeschichte, der Umgang mit Stress und erlernte Verhaltensmuster brauchen aber weiterhin große Aufmerksamkeit.

Im Adipositaszentrum werden die unterschiedlichen Aspekte der Erkrankung miteinander verbunden. Dr. Grecu übernimmt als behandelnder Adipositaschirurg die medizinische und chirurgische Begleitung. Dazu gehören die Einschätzung der Voraussetzungen, die Vorbereitung des Eingriffs und die Nachsorge.

Marianne Pidt-Malchus richtet in der Ernährungsberatung den Blick auf die praktische Umsetzung. Nach einer Operation verändern sich die Anforderungen an die Ernährung. Mahlzeiten, Portionsgrößen, Verträglichkeit und die Versorgung mit wichtigen Nährstoffen werden im Alltag relevant. Ernährungsberatung hilft dabei, medizinische Empfehlungen in konkrete und tragfähige Schritte zu übersetzen.

Die Psychosomatik mit Chefarzt Dr. Michael Fritzsch und seinem Team bezieht die psychische und verhaltensbezogene Seite ein. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie ein Mensch mit Belastungen umgeht und welche Strategien im Alltag unterstützen können. Dabei geht es um Verständnis und um passende Hilfen. Die chronische Erkrankung wird in ihrer Komplexität betrachtet und nicht auf fehlende Disziplin verkürzt.

Auch Monika Ridderskamp Fachkoordinatorin im Adipositaszentrum ist ein wichtiger Teil bei der Begleitung der Patienten. Gespräche, Untersuchungen, Termine und weitere Behandlungsschritte müssen miteinander verbunden werden. So schafft gute Koordination Orientierung und ebenso Verlässlichkeit.

Dr. Jutta Zimmerer bringt die Perspektive der Plastischen Chirurgie in die gemeinsame Betrachtung ein. Nach einer starken Gewichtsabnahme können körperliche bzw. äußere Veränderungen für Betroffene eine wichtige Rolle spielen.

Zum Behandlungskonzept gehören auch konservative Angebote. Über drei oder sechs Monate können Ernährungsberatung, Verhaltenstherapie und Bewegungstherapie miteinander verbunden werden. Dieses Programm kann auf einen Eingriff vorbereiten oder als eigenständige Therapie genutzt werden. Damit steht Menschen ein Behandlungspfad offen, der sich an ihren Voraussetzungen und Zielen orientiert.

Selbsthilfe bringt Betroffene in Verbindung



Katja De Sousa Da Silva engagiert sich heute selbst sehr in der Selbsthilfegruppe für Menschen mit Adipositas hier auf der Ostalb. Der Austausch dort ist für sie ein fester Bestandteil ihres Weges. Sie trifft auf Menschen, die ähnliche Erfahrungen kennen und über Situationen sprechen, die Außenstehende oft nur schwer nachvollziehen.

Die Gruppe bietet Raum für Fragen, Unsicherheiten und persönliche Erfahrungen. Gespräche helfen dabei, Veränderungen im Alltag weiterzuverfolgen. Auch schwierige Phasen können angesprochen werden, ohne dass Erklärungen nötig sind. Katja De Sousa Da Silva beschreibt die Gemeinschaft als eine Art zweite Familie.

Die Selbsthilfe ersetzt keine medizinische oder psychologische Behandlung. Sie ergänzt durch den Austausch auf Augenhöhe. Professionelle Fachpersonen bringen ihr Wissen ein. Betroffene teilen Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben. Beide Formen der Unterstützung können sich gegenseitig stärken.

Katja De Sousa Da Silva hat ihre Behandlung aktiv mitgestaltet. Obwohl sie zu Dr. Grecu meint: „Das ist mein eigentlicher Lebensretter, er hat mir mein neues Leben geschenkt hat“. Damit beschreibt sie ihr persönliches Empfinden und gibt der individuellen Therapie große Bedeutung. Doch am Ende war sie es, die sich auf die Operation vorbereitet und neue Gewohnheiten entwickelt hat. Dazu gehört auch die andauernde Motivation, eigene Bewältigungsstrategien zu finden und auch Unterstützung annehmen zu können.

Veranstaltungshinweis: Unter der Reihe „Digital am Dienstag“ findet am 6. Oktober um 18:00 Uhr ein Online-Vortrag „Adipositas – Was tun bei krankhaftem Übergewicht“ statt. Referent ist Oberarzt Dr. Laurentiu Grecu, Leiter des Adipositaszentrums Aalen. Die Teilnahme ist kostenlos. Den Link finden Sie unter <https://www.kliniken-ostalb.de/termine>

Bildunterschrift Bild 1: Monika Ridderskamp, Katja De Sousa Da Silva, Dr. medic Laurentiu Grecu, Dr. Jutta Zimmerer, Marianne Pidt-Malchus. Das Gespräch führte Manuela Giesel von den Kliniken Ostalb.