

## Unser Team

Leitung:

Anke Kaupe

Dipl.-Psychologin

Psychologische Psychotherapeutin

Stellvertretende Leitung:

Astrid Schirmer-Petri

Dipl.-Psychologin

Ärztliche Betreuung:

Dr. Malte Müller-Albrecht

Arzt für Kinder- und Jugendmedizin

Pädiatrischer Endokrinologe und Diabetologe

Ernährungsberatung:

Britta Kamberg

Dipl.-Oecotrophologin

## Adipositasprechstunde im Sozialpädiatrischen Zentrum

(Leiter Sozialpädiatrisches Zentrum:

OA Dr. P. Herkenrath)

### Uniklinik Köln

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Gebäude 26

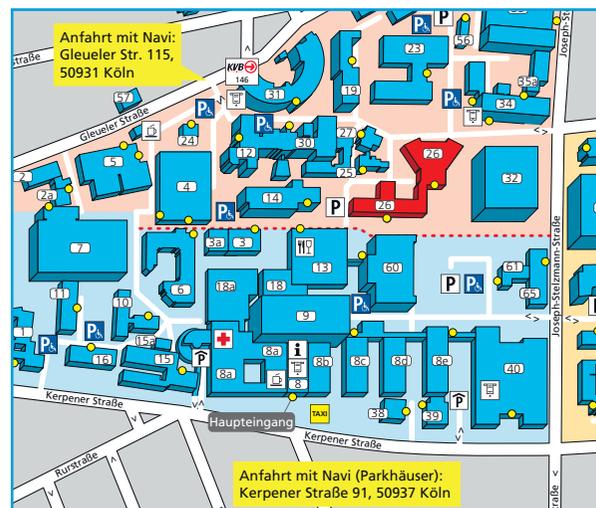
Kerpener Str. 62

50937 Köln

Telefon: 0221 478-32927

Telefax: 0221 478-5189

E-Mail: [SPZ-Adipositas-Sprechstunde@uk-koeln.de](mailto:SPZ-Adipositas-Sprechstunde@uk-koeln.de)



### Anfahrt

Straßenbahn-Linien 9 (Haltestelle Lindenburg),

13 (Gleueler Str./Gürtel)

Buslinie 146 (Leibplatz)

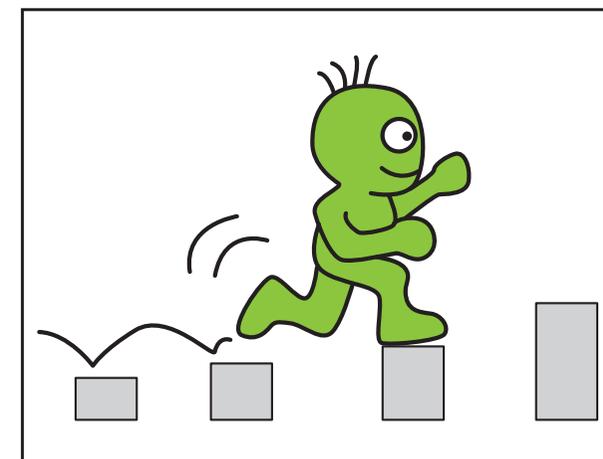
### Parkmöglichkeiten

Parkhäuser des Bettenhauses und des Herzzentrums  
und auf den Parkplätzen der Uniklinik Köln



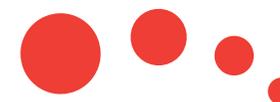
**UNIKLINIK  
KÖLN**

## KLINIK UND POLIKLINIK FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN



### Kids inForm

Adipositasprechstunde im  
Sozialpädiatrischen Zentrum



**Kids inForm**

Diagnostik • Beratung • Hilfe • Therapie



Liebe Eltern,

Kinder und Jugendliche hatten noch vor 100 Jahren mit Untergewicht zu kämpfen. Heutzutage sind bei uns hingegen Übergewicht und dessen Folgen zu täglichen Problemen in der kinder- und jugendärztlichen Praxis geworden.

Die Ursachen sind vielfältig.

Innerhalb der Sprechstunde klären wir mögliche Ursachen und Folgeerkrankungen der Adipositas ab. Es erfolgt eine ärztliche und psychologische Untersuchung zu Ursachen des Übergewichts.

In der Ernährungsberatung wird mit Ihnen und ihrem Kind ein Konzept für den Alltag zum Umgang mit dem Thema „Ernährung“ entworfen.

Außerdem gibt es die Möglichkeit, an unserem ambulanten Intensivprogramm teilzunehmen, um das persönliche Ziel mit noch mehr Unterstützung zu erreichen.

Wir freuen uns auf Sie!

## Kids inForm

Liebe Kinder, liebe Jugendliche!

Mit unserem Programm wenden wir uns an übergewichtige Kinder und ihre Familien.

Vielleicht hast Du schon einmal überlegt, ob Du übergewichtig bist und die Idee gehabt, etwas zu ändern.

Was wir tun können, um Dich zu unterstützen und warum wir das machen, erklären wir hier kurz:

### Wer sind wir?

Wir sind ein Team aus Kinderärzten, Diplom-Psychologen, Psychotherapeuten, Ernährungsexperten und Physiotherapeuten an der Uniklinik Köln. Wir möchten Euch dabei helfen, wieder normalgewichtig zu werden.

### Was ist Adipositas ?

Adipositas heißt übersetzt „Fettleibigkeit“ und beschreibt eine übermäßige Ansammlung von Fettgewebe. Diese weit über das normale Maß hinausgehende Speicherung von Fett birgt in sich hohe Risiken von Begleit- und Folgeerkrankungen. Dies auch schon im Kindes- und Jugendalter.

### Wie erfährst Du, ob Du zuviel wiegst?

Das hängt von Deinem Alter, Deinem Geschlecht, Deiner aktuellen Körperhöhe und Deinem Gewicht ab. Frage Deinen Kinder- und Jugendarzt wo Du stehst!

### Gibt es eine Veranlagung dazu?

Ja, Erbanlagen beeinflussen unseren Grundumsatz, unser Sättigungsempfinden und unsere Fettmasse.

### Was kannst Du ändern?

Die Umwelt in der wir leben und unsere Erbanlagen können wir natürlich nicht ändern. Wir können aber über unsere Ernährung und unsere tägliche Bewegung entscheidenden Einfluss auf unser Körpergewicht nehmen.

### Wie helfen wir Dir dabei? Wie läuft das ab?

In unserer Sprechstunde beraten wir Dich und Deine Familie individuell.

Wir beurteilen das Ausmaß des Übergewichts und besprechen mit Dir genaue Ziele. Wir schauen nach Krankheiten als Ursache für die Adipositas, beurteilen Folgeerkrankungen und besprechen mögliche seelische Gründe für Dein Übergewicht.

Du und Deine Familie erhalten eine ausführliche Ernährungsberatung für Deinen Alltag. Ca. alle drei bis vier Monate schauen wir in der Sprechstunde, ob Du Dich in die richtige Richtung entwickelst.

Solltest Du darüber hinaus Hilfe benötigen, bieten wir auch ein ambulantes Adipositasprogramm an. In einer Gruppe Gleichaltriger geht es um Sport, Ernährung und Selbstmanagement.

### Wo kann ich mich melden?

Unsere Kontaktdaten findest Du auf der Rückseite des Flyers.

Es beginnt mit Dir!

Ärztliche/  
psychologische  
Erstvorstellung  
1. Check up

Weiterführende  
klinische Diagnostik

Ernährungsberatung

Ärztliche Verlaufskontrolle  
zur Besprechung der  
Befunde und der  
weiteren Therapieschritte

Im Abstand von drei Mo-  
naten ärztliche Wieder-  
vorstellung zur Abschätzung  
der bisherigen Fortschritte

Teilnahme am  
Gruppenprogramm  
"Kids inForm"