

ÖverviktsCentrum Norrtull

Vår behandlingsmodell –en kortfattad beskrivning

1. Remiss inkommer

2. Infomöte:

Information om vår behandling och presentation av personal. Du får enkäter som ska fyllas i och skickas in inom 6v. Du kallas därefter till mätning, vägning och ev. provtagning.

3. Provtagning:

Vägning och mätning. Om vi saknar aktuella provsvar kommer du att få ta nya prover där vi bl.a. kontrollerar blodsocker, blodfetter och ämnesomsättning. Du får tid till läkarbesök och mall för matregistrering att fylla i inför läkarbesöket.

4. Nybesök hos läkare:

Tillsammans med läkare går ni igenom din sjukdomshistoria, din viktutveckling och dina önskemål och förväntningar. Du får schema för föreläsningar om ni inte kommer överens om något annat.

5. Kunskapsföreläsningar 5 st

Efter att du gått 5 föreläsningar ska du själv boka in dig till ett återbesök hos läkare alternativt be om nytt föreläsningsschema om du ej hunnit gå alla föreläsningar.

6. Återbesök till specialistläkare:

Tillsammans med vår specialistläkare avgör ni vilken typ av stöd du behöver för att omsätta dina kunskaper i praktiken. Den fortsatta behandlingen är beteendeorienterad och omfattar handledning enskilt eller i grupp på dagtid. En del kan komma att erbjudas att delta i pågående forskningsprojekt. Vid detta besök kan man också ta ställning till om ev. viktreduktionsläkemedel kan vara ett komplement framöver.

7. Fortsatt behandling (*i den form som ni kommit överens om vid återbesöket*).

All vår behandling bygger på ett kognitivt förhållningssätt och tar stor hänsyn till dina egna tankar, känslor och idéer om vad du behöver för att lyckas i din viktminskning. Tidigare erfarenheter och kunskaper är viktiga att analysera och dra lärdom av. Målsättningen är att göra permanenta livsstilsförändringar som leder till en hälsosam och hållbar viktnejdgång. Vi använder oss ofta av en skriftlig manual med hemuppgifter kombinerat med stödjande samtal och diskussioner. Du får möjlighet att kartlägga din livsstil vad gäller mat, fysisk aktivitet och andra vanor som påverkar vikten. Utifrån detta utformas din egen handlingsplan vilken följs upp vid varje kontakt här.

8. Avstämning/ utvärdering.

Med jämna mellanrum utvärderar vi behandlingen tillsammans med dig för att förändra/ komplettera/ optimera den, remittera vidare till annan klinik eller avsluta behandlingen.

9. Avslut

Behandlingstiden är ca 2 år och kan omfatta grupp och/ eller individuella träffar med tät eller gles kontakt. Efter två år remitteras man normalt tillbaka till inremitterande läkare men om man har anledning att bibehålla kontakten med oss finns även den möjligheten. Finns skäl att avbryta behandlingen tidigare har vi ett avslutningssamtal.

10. Resultat

Vårt mål är att varje patient ska förbättra sin livsstil och på så sätt vinna hälsa och livskvalité. En viktnedgång på mellan 5-10% ger tydlig effekt på följsjukdomar. 35% av våra patienter uppnår minst detta mål under behandlingstiden. En del går ned betydligt mer i vikt. Andra upptäcker att det finns annat man måste ta itu med först för att skapa utrymme och möjlighet att ändra sin livsstil. Att hantera sin vikt är ett långsiktigt projekt och är inget som ”avslutas” när behandlingen här tar slut.

Detta är en kortfattad beskrivning av hur vårt behandlingsflöde ser ut. Vi anpassar alltid behandlingen utifrån individuella behov så långt det är möjligt. Diskutera dina önskemål och dina förväntningar med oss så får du ut mest av din behandling.

Vårt behandlingsteam består av:

Läkare
Sjuksköterskor
Arbetsterapeut
Dietister
Sjukgymnaster
Läkarsekreterare

Välkommen till oss på ÖverviktsCentrum Norrtull!