

A photograph of a large, white, rectangular sign mounted on a building. The sign features the word "DAK" in large, bold, orange, 3D-style letters. Below it, the word "Gesundheit" is written in a smaller, orange, sans-serif font. The background of the sign is white. The sign is set against a blurred background of trees and a building. A thick, orange, curved graphic element is positioned at the bottom of the sign, extending across the width of the image.

**DAK**  
Gesundheit

**Nachhaltige Therapie**

**für übergewichtige Kinder und Jugendliche  
- Ein Blick zurück (und nach vorn) -**

**Dr. Mark Dankhoff, DAK-Gesundheit, Hamburg**

**27.04.2021**

The logo for DAK Gesundheit, featuring the word "DAK" in a bold, orange, sans-serif font above the word "Gesundheit" in a smaller, orange, sans-serif font. Below "Gesundheit" is the tagline "Ein Leben lang" in a smaller, orange, sans-serif font. The logo is set against a white background with a curved orange border at the top.

**DAK**  
Gesundheit  
Ein Leben lang



# **Kombinierte Adipositas therapie für Kinder und Jugendliche**

9. Januar 2013

Dr. med. Mark Dankhoff  
DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt



# Übergewicht / Adipositas in Deutschland

**Übergewicht: BMI\* > 25**

**Adipositas: BMI\* > 30**

**\*BMI = Körpergewicht (kg) : Körpergröße (m)<sup>2</sup>**

**Kinder und Jugendliche in Deutschland\*\*:**

**15 % übergewichtig**

**8 % adipös**

**(total 23 %)**

**\*\*International Association for the Study of Obesity (IASO) 2002/2003**



## **Adipositas-assoziierte (Folge-)Erkrankungen**

- **Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Hypertonus, Herzinfarkt, Schlaganfall)**
- **Atemwegserkrankungen (Asthma, COLD)**
- **Hauterkrankungen (Neurodermitis, Psoriasis)**
- **Allergien (Nahrungsmittel, Medikamente)**
- **Orthopädische Erkrankungen (Arthrose, Fehlstellungen)**
- **Stoffwechselerkrankungen (Diabetes, Atherosklerose, Gicht)**
- **Psychische Erkrankungen (Depression)**



# Folgen

## Für die Betroffenen:

**Verlust von Lebensqualität  
Verlust von Lebensquantität**

## Für den Staat:

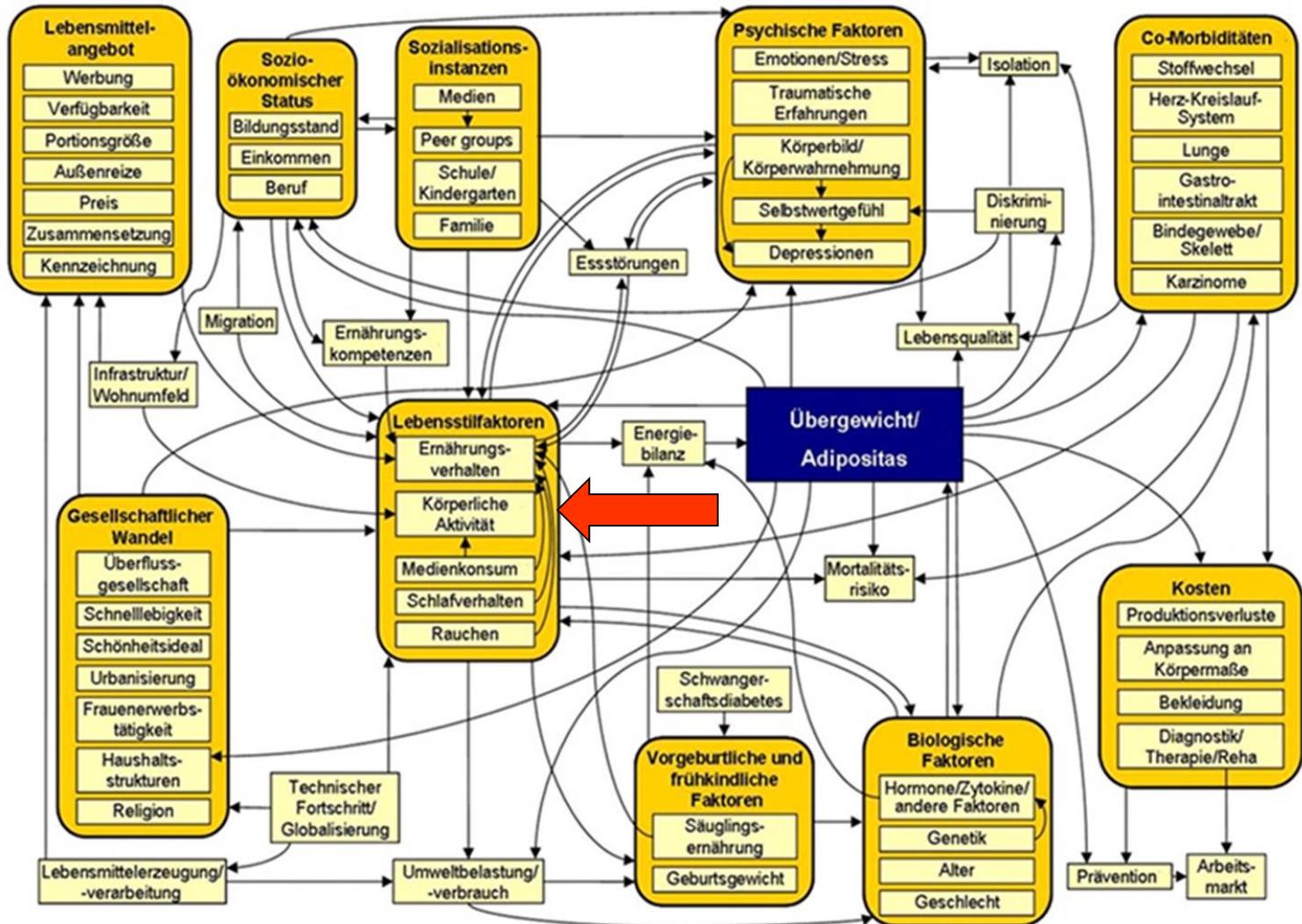
**Verlust von Arbeitskraft  
Verlust von Geldern der Solidargemeinschaft**

In Deutschland gehen zwischen 10 und 20 Milliarden Euro (= 5 %) der Ausgaben der Gesundheitssysteme auf Krankheiten zurück, die durch Übergewicht verursacht worden sind.

Es wird geschätzt, dass die Menschen, die an Adipositas leiden, 18 Millionen Krankheitstage pro Jahr verursachen, dass 40.000 Arbeitsjahre verloren gehen und dass sich die durchschnittliche Lebensdauer um 9 Jahre verkürzt.



# Adipositas-Interaktionen





## **Kombiniertes stationär-ambulantes Therapiekonzept der DAK**

- 1. sechswöchige stationäre Vorsorgemaßnahme in der DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ auf Sylt**



- 2. 10,5-monatige ambulante Nachsorge durch Ernährungsfachkraft am Heimatort**



## Ablauf

- **Vorgespräch von Ernährungsfachkraft aus dem DAK-Netzwerk (bundesweit ca. 400 Diätassistentinnen/Oecotrophologinnen mit der gesamten Familie**
- **sechswöchige stationäre Maßnahme in der DAK-Fachklinik (ohne Begleitperson)**
- **währenddessen mehrere Schulungen der Familie am Heimatort**
- **nach stationärer Phase 10,5-monatige ambulante Nachsorge der gesamten Familie durch Ernährungsfachkraft am Heimatort**
- **gleichzeitig Kontakt der Fachklinik mit den jungen Patienten über E-Mail-Newsletter (**Trainingspläne**, Rezepte, Tipps etc.)**
- **am Ende der gesamten Maßnahme Abfrage der wichtigsten Parameter (Körpergröße, Gewicht etc.) für die Evaluation**



## Zielsetzungen

- langfristige Gewichtsreduktion (= Reduktion der Fettmasse) und -stabilisierung
- **Verbesserung des** aktuellen Ernährungs- und **Bewegungsverhaltens** des Patienten unter Einbeziehung seiner Familie
- Erlernen von Problembewältigungsstrategien und langfristiges Sicherstellen von erreichten Verhaltensänderungen
- Verringerung/Beseitigung der Adipositas-bedingten Begleit- bzw. Folgeerkrankungen
- Vermeidung von unerwünschten Therapieeffekten
- Förderung einer normalen körperlichen, psychischen und sozialen Entwicklung und Leistungsfähigkeit



## Therapieinhalte und Schulungsangebote

- theoretische Schulungen in den Bereichen Psychologie, Ernährungswissenschaft, Sportwissenschaft, Medizin und Pädagogik (3-Bein-Hocker-Modell)
- praktische Therapieeinheiten in den Bereichen Sport & Bewegung, Lehrküche und Freizeitpädagogik
- supervidierte Mahlzeiten
- Ernährung nach dem Prinzip der optimierten Mischkost (optimiX\*)
- Eine Ergänzung bilden die begleitende Elternschulung und die Nachsorge der Familien durch die betreuenden Beratungsfachkräfte aus dem bundesweiten DAK-Netzwerk über weitere 10,5 Monate.

\*entwickelt vom Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE), Dortmund



## Therapeutischer Schulungsumfang

- 2 Schulungsstunden im medizinischen Bereich
- 12 Schulungsstunden im ernährungstherapeutischen Bereich
- 15 Schulungsstunden (5 Termine) in der Lehrküche
- 15 Schulungsstunden im psychosozialen Bereich
- **30 Schulungsstunden im Bereich Sport- und Bewegungstherapie**
- 6 Einheiten im Bereich Entspannung
- 25 supervidierte Mahlzeiten

**Ziel ist es, die Schulungsinhalte den Kindern und Jugendlichen vor allem spielerisch und motivierend mit Spaß zu vermitteln. Die methodische Vielfalt in diesem Konzept ist ein wichtiges Grundprinzip.**



## Ausstattung - Sport- und Bewegungstherapie

- **1 Sport-/Gymnastikhalle (Sprossenwand, Kraftsportgeräte, sonstige Geräte\*)**
- **1 Fitnessraum (Laufband-, Fahrrad-, Ruder- und Oberkörperergometer)**
- **1 Indoor-Schwimmbad**
- **1 Outdoorbereich (Reck, Klettergerüst, Freeclimbing-Wand, Streetball-Feld)**
- **1 Beachvolleyball-Feld am Strand**

**\* Tore, Bälle, Stepper, Hanteln, Gymnastikreifen, Sprungkästen, Turnbänke, Matten etc.**



## Anforderungen durch:

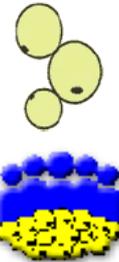
**Deutsche Adipositas-Gesellschaft e. V. (DAG)**

**Arbeitsgemeinschaft Adipositas  
im Kindes- und Jugendalter (AGA)**

**Deutsche Gesellschaft  
für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ)**

**Zentrale für Ernährungsberatung e. V. (ZEB)  
der Hochschule für angewandte Wissenschaften  
Hamburg**

**Konsensusgruppe Adipositasschulung für Kinder  
und Jugendliche e. V. (KgAS)**





# Anforderungen:

## AGA-konforme Gesamttherapie

### Strukturqualität

entsprechende bauliche Ausstattung

(Schulungs- und Besprechungsräume, Lehrküche, Sport- und Fitnessräume, Schwimm-/Bewegungsbad, Outdoorsportanlagen, Untersuchungsräume)

qualifiziertes und speziell geschultes Personal

(Ärzte, Psychologen, Ernährungswissenschaftler, Sporttherapeuten, Kinderpflegekräfte, Pädagogen, Adipositas-Trainer\*, Köche)

### Konzeptqualität

umfassendes zielgruppenspezifisches Therapiemanual (stationär und ambulant)  
(Ernährung, Bewegung, Verhalten, Elterneinbindung)

### Prozessqualität

definierte Kriterien (Ein- und Ausschlüsse, Motivation, Alter)

### Ergebnisqualität

durchgehende Sicherung durch APV-Evaluation

•derzeit 9 Adipositas-Trainer  
(höchste Adipositas-Traineranzahl aller deutschen Therapiezentren)



## Fakten und Resultate

**512 stationäre Therapieplätze pro Jahr (für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 16 Jahren) und 55 Mitarbeiter (46,55 Vollzeitstellen)**

**über 4.000 erfolgreich behandelte Kinder und Jugendliche (seit Juli 2003)**

**fachzertifiziert und -rezertifiziert (DAG/AGA)  
QMS-zertifiziert (LGA InterCert)**

**durchschnittliche Auslastung 2003-2012: 93,3 %**

**Gewichtsabnahme 2011:**

**gesamt 2.901,9 kg**

**Jungen 8,3 kg (BMI-Abnahme 2,9) Ø**

**Mädchen 6,3 kg (BMI-Abnahme 2,5) Ø**

**Gesamtgewichtsabnahme seit Juli 2003:**

**über 26.000 kg**



## Datenevaluierung (APV)

**Im Rahmen der Fachzertifizierung durch die DAG/AGA werden von sämtlichen Patient(inn)en die erforderlichen Parameter (Sozialdaten und -status, Alter, Körpergröße, Körpergewichte, BMI-, BMI-SDS- und Perzentilenwerte, Blutdruckwerte, Begleiterkrankungen etc.) erhoben und in das PC-gestützte apv-Programm (Adipositas-Patienten-Verlaufsdokumentation) übertragen.**

**Die Auswertung der anonymisierten Werte erfolgt halbjährlich am**

**Institut für Epidemiologie, Universität Ulm**

**Unterrichtsabteilung am**

**Zentralinstitut für biomedizinische Technik (ZIBMT)**

**Forschergruppe computergestütztes Qualitätsmanagement in der Medizin**

**Prof. Dr. med. Reinhard W. Holl**



**und dient als Benchmarking-Prozess dem geforderten Qualitätsnachweis.**



**Die DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ ist am 01.04.2008 durch die Deutsche Adipositasgesellschaft e.V. (DAG) und die Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA), Korporatives Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ), zertifiziert und am 01.01.2011 für weitere sechs Jahre rezertifiziert worden.**

**Die Einrichtung erfüllt sämtliche Struktur-, Konzept-, Prozess- und Ergebnisqualitätskriterien des Konsensuspapiers der Spitzenverbände der Krankenkassen, des Bundesgesundheitsministeriums und der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA).\***

**Dieses Zertifikat gilt bis zum 01.01.2017.**

**\* Nur 7 der 89 bei der AGA gelisteten stationären Einrichtungen konnten bisher rezertifiziert werden.**



## **Datenevaluierung (1-Jahres-Katamnese)**

**Am Fachbereich Ökotrophologie der Hochschule für angewandte Wissenschaften Hamburg HAW (Prof. Dr. rer. nat. Joachim Westenhöfer, Diplom-Psychologe) erfolgte - nach entsprechender Auswertung der Daten - im Januar 2008 die Vorstellung der Ergebnisse der sogenannten Ein-Jahres-Katamnese, d.h. der Verlaufskontrolle bei einer Kohorte von insgesamt 604 Patient(inn)en über den Gesamttherapiezeitraum (6 Wochen stationäre Maßnahme in der DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ und 10,5 Monate nachfolgende ambulante Nachsorge am Heimatort durch die jeweils zuständige Ernährungsfachkraft aus dem „DAK-Netzwerk“). Die Datenerhebung erstreckte sich dabei über den Zeitraum von Januar 2004 bis Dezember 2006.**

**Diese prospektive Längsschnittstudie sollte zeigen, ob durch die Gesamtmaßnahme die angestrebten Behandlungsziele, nämlich die langfristige Veränderung des Verhaltens, die Reduktion des Übergewichts und eine Verbesserung der Lebensqualität erreicht werden konnte.**

hochschule für angewandte wissenschaften  
FACHBEREICH ÖKOTROPHOLOGIE hamburg  
university of applied sciences

9. Januar 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**



## **Die Ergebnisse der 1-Jahres-Katamnese sind sehr zufriedenstellend:**

**56,9 % der Kinder und Jugendlichen erreichten eine erfolgreiche Gewichtsreduktion von 0,2 BMI-SDS-Punkten und mehr.**

**Es konnten bedeutsame Veränderungen des Gesundheitsverhaltens, der körperlichen Fitness und der Lebensqualität erreicht werden.**

**Insgesamt kann das Programm als erfolgreich bewertet werden, da bei dieser Kombinationsbehandlung der oft befürchtete Rückfall in altes Verhalten und eine damit verbundene Wiedergewinnung des Körpergewichtes nach Abschluss der stationären Behandlung vermindert bzw. teilweise ganz vermieden werden kann.**



## **Datenevaluierung (3-Jahres-Katamnese)\***

**Die Ergebnisse sind sehr zufriedenstellend.**

**Gewichtsentwicklung weiter erfolgreich:**

**0,2 BMI-SDS oder mehr abgenommen : 38,3 %**

**Positive Veränderungen für *Essverhalten, Selbst- und Kompetenzeinschätzung* sowie *Lebensqualität*.**

**Die Nachhaltigkeit der Therapie ist gegeben!**

\*Obesity Facts, No. 2(5)/2009, S. 286-293

„Effects of a Combined Inpatient-Outpatient Treatment of Obese Children and Adolescents“



## Datenevaluierung (5-Jahres-Katamnese)\*

Die Ergebnisse **vier** Jahre nach Therapieende sind sehr zufriedenstellend.

Die Gewichtsentwicklung ist weiterhin erfolgreich:

**0,2 BMI-SDS oder mehr abgenommen: 21,0 %**

(zum Vergleich „EvAKuJ-Studie“ mit 48 Zentren:  
nur 17 % **ein** Jahr nach Therapieende\*\*)

Weitere Verbesserung im den Bereichen *soziale Akzeptanz* und  
*Selbstsicherheit im Verhalten*.

**Die Nachhaltigkeit der Therapie ist gegeben!**

\* Obesity Facts - The European Journal of Obesity, Vol. 4, Supplement 2, Oktober 2011, S. 8 (FV 2.3)  
„Kombinierte DAK-Adipositasbehandlung für Kinder und Jugendliche: Ergebnisse der 5-Jahres-Katamnese“

\*\* **DAK-Therapie: 47,6 % (gemittelter Wert) ein Jahr nach Therapieende**



## Patientenbefragung 2011

- |   |        |
|---|--------|
| 1. Mit meiner Gewichtsabnahme bin ich insgesamt (sehr) zufrieden.     | 92,5 % |
| 2. Der Aufenthalt hier in der Klinik war für mich (sehr) erfolgreich. | 98,6 % |
| 3. Mit dem Aufenthalt bin ich insgesamt (sehr) zufrieden.             | 97,7 % |

## Angehörigenbefragung 2011

- |  |        |
|--|--------|
| 1. Wie erfolgreich war, aus Ihrer Sicht, die Maßnahme für Ihr Kind? (erfolgreich/sehr erfolgreich) | 98,6 % |
| 2. Wie hat sich Ihr Kind in der Klinik gefühlt? (wohlgeföhlt/sehr wohlgeföhlt)                     | 95,0 % |
| 3. Mit der Gewichtsabnahme meines Kindes bin ich insgesamt... (zufrieden/sehr zufrieden)           | 90,0 % |
| 4. War Ihr Kind in der Klinik... (gut aufgehoben/sehr gut aufgehoben)                              | 98,4 % |
| 5. Wie zufrieden sind Sie mit der stationären Maßnahme insgesamt? (zufrieden/sehr zufrieden)       | 99,4 % |



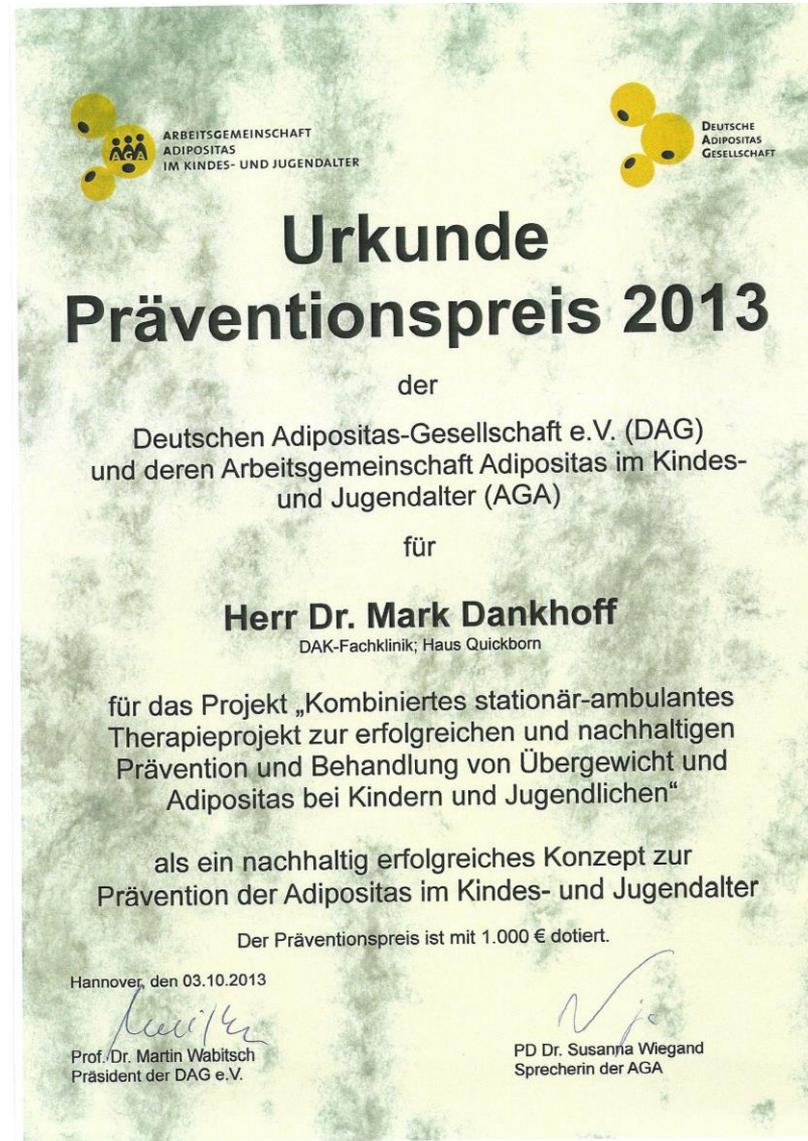
# Zusammenfassung

- 1. zukunftsweisendes, innovatives Therapiekonzept**
- 2. einzigartige Kombination von stationärer und ambulanter Therapie**
- 3. durch die führenden Dachverbände 2008 und 2011 fachzertifiziert**
- 4. Zertifizierung des Qualitätsmanagementsystems der Fachklinik 2009 nach DIN EN ISO 9001:2008 (2012 zusätzlich MAAS-BGW und QMS Reha)**
- 5. ständige wissenschaftliche Begleitung und Fundierung**
- 6. intensive Zusammenarbeit mit Universitäten/Hochschulen (Ulm, Hamburg, Bremen, Potsdam)**
- 7. gleichbleibende, erfolgreiche und nachhaltige Therapieumsetzung (längste Katamneseperiode von bisher fünf Jahren)**



# Update

**DAK**  
Gesundheit



3. Oktober 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**



## Impressionen - DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ auf Sylt



9. Januar 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**



9. Januar 2013

**DAK**  
Gesundheit



**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**

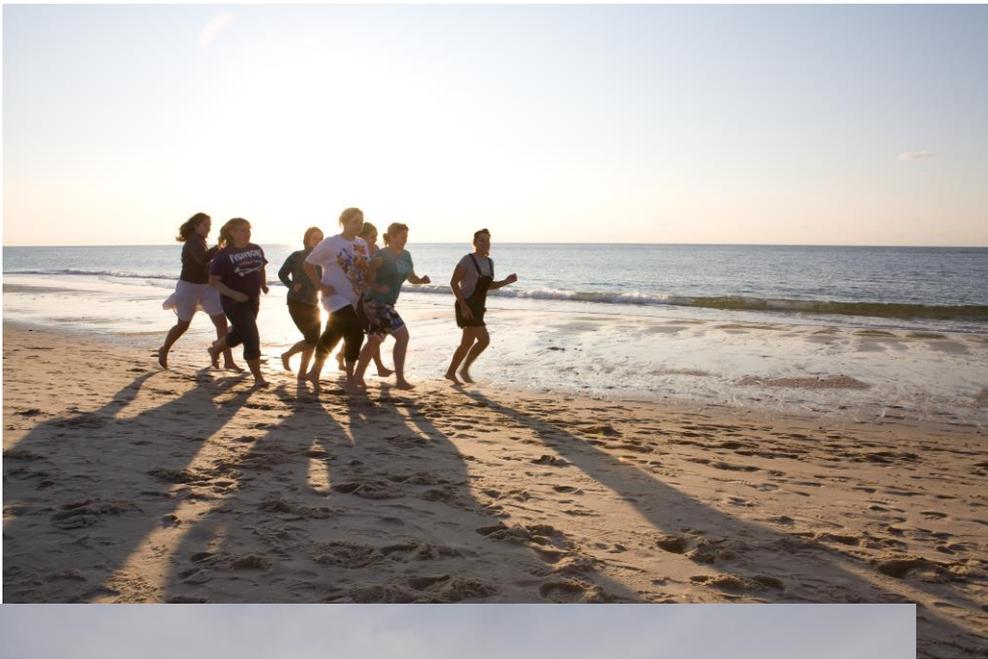


**DAK**  
Gesundheit

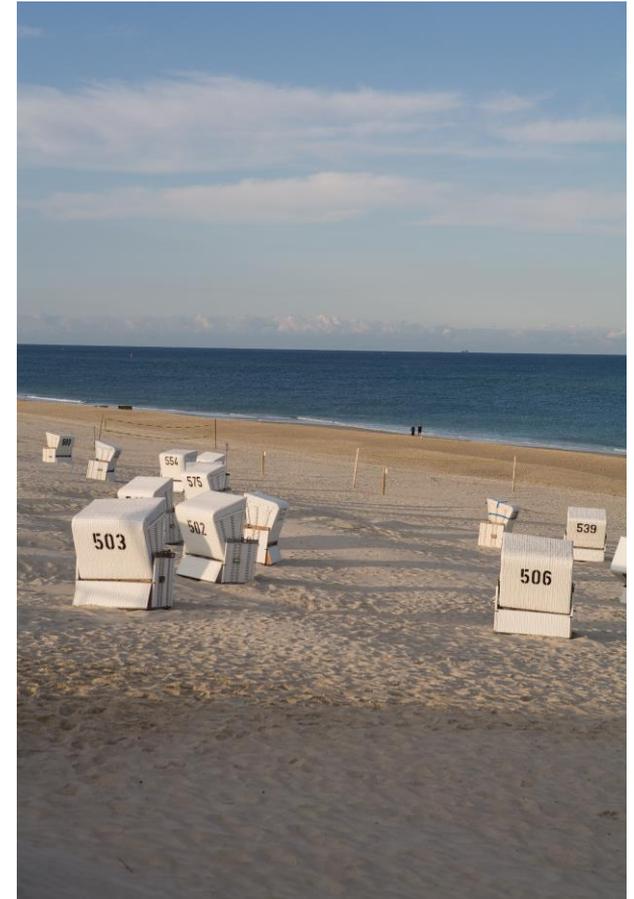


9. Januar 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachlinik „Haus Quickborn“ Sylt**



**DAK**  
Gesundheit



9. Januar 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**



# „Die Boxencrew“



9. Januar 2013

**Dr. med. Mark Dankhoff**  
**DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ Sylt**

---

**The show  
must (and  
will) go on!**

---

**Danke für Ihre Aufmerksamkeit.**