

Die Bewegungstherapie im ZEP setzt sich aus drei Bereichen zusammen:

ZEP Sport, den ZEP Präventionskursen und dem ZEP Personal Training.

Der **ZEP Sport** ist ein Kleingruppentraining mit maximal 8 Personen. Unsere hoch qualifizierten Trainer:innen bieten dazu ein buntes Kursprogramm wie Yoga, Pilates, Zumba, TRX, Gesunder Rücken und vieles mehr an.

Die **ZEP Präventionskurse** sind nach §20 zertifiziert und die Kosten werden bis zu 100% von der Krankenkasse erstattet. Die Kurse sind ein Kleingruppentraining, mit den Themen Beckenboden, Faszientraining oder auch Krafttraining.

Ganz individuell wird auf die Bedürfnisse jedes Einzelnen im **ZEP Personal Training** eingegangen. Unsere Trainer:innen nehmen sich Zeit und geben individuelle Hinweise zum Training.



ANMELDUNG UND INFORMATIONEN UNTER

Telefon: 089 1797-2457

E-Mail: zepsport@barmherzige-muenchen.de



Ernährungsmedizin

Wir bieten ernährungsmedizinische Beratungen (stationär und ambulant) mit folgenden Schwerpunkten an:

- Adipositas / Übergewicht
- Diabetes
- Stoffwechselstörungen
- Mangelernährung
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Magen-Darm-Erkrankungen
- Ernährung bei Tumorerkrankungen

ERNÄHRUNGSMEDIZINISCHE SPRECHSTUNDEN

Montag bis Donnerstag

VIDEOSPRECHSTUNDE

Mittwoch und Donnerstag

ADIPOSITAS CHIRURGISCHE SPRECHSTUNDE

Dienstag

Terminvereinbarungen erfolgen über das Sekretariat des ZEP unter 089 1797-2029

Ansprechpartner



Dipl.oec.troph.
Monika Bischoff



Dr. Gert Bischoff

**Leitung
Department ZEP**



Franziska
Schober
Back-Office



Meike Wiechert
Case Management



Elke Zwilling
Teamleitung
ZEP Sport



Patrick Arnold
Teamleitung
ZEP Sport



Katharina Steib
Psychologische
Psychotherapeutin
Teamleitung Psychologie



Prof. Dr.
Christian Rust
Chefarzt
Innere Medizin I

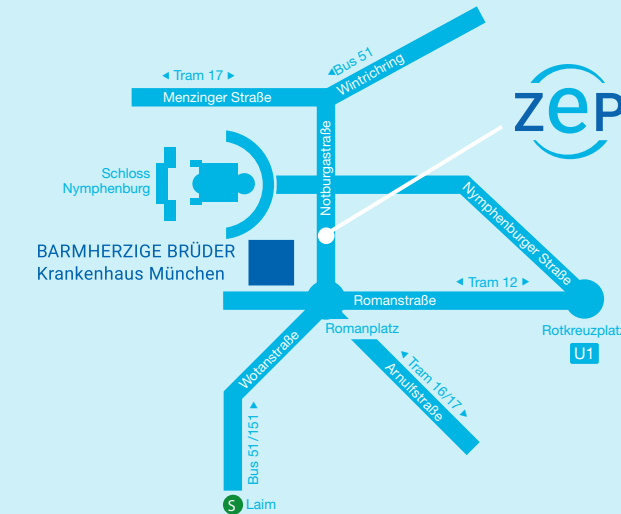


Priv.-Doz. Dr.
Johann Spatz
Chefarzt der
Allgemein- und
Viszeralchirurgie



Dr. Zekarias Elias
Oberarzt der Allgemein-
und Viszeralchirurgie
Koordinator Adipositas-
chirurgie

Ihr Weg zu uns



BARMHERZIGE BRÜDER
Krankenhaus München



BARMHERZIGE BRÜDER Krankenhaus München
Zentrum für Ernährungsmedizin und Prävention
Notburgastraße 10, 80639 München
Tel. 089 1797-2029, Fax 089 1797-2453
ZEP@barmherzige-muenchen.de
www.zep-muenchen.de

ANFAHRT

- S-Bahn bis Laim, dann die Omnibuslinien 51 oder 151 bis Romanplatz
- Straßenbahnlinie 16 oder 17 bis Romanplatz (auch ab Hbf)
- Omnibuslinie 51 ab Moosach Bahnhof oder Buslinie 151 ab Westfriedhof bis zum Romanplatz
- U1 bis Rotkreuzplatz, dann die Straßenbahnlinie 12 bis Romanplatz



ZENTRUM FÜR
ERNÄHRUNGSMEDIZIN
UND PRÄVENTION

Department der Inneren Medizin I



BARMHERZIGE BRÜDER
Krankenhaus München



Herzlich willkommen

Das Zentrum für Ernährungsmedizin und Prävention (ZEP) als Department der Inneren Medizin I am Krankenhaus Barmherzige Brüder München gehört zu den größten Zentren Deutschlands.

Mit über 20 Jahren Erfahrung bietet das ZEP eine ganzheitliche Diagnostik, Therapie und Prävention von ernährungsbedingten Erkrankungen und somit eine optimale Versorgung für ambulante und stationäre Patient:innen an. Das ZEP behandelt eine breite Palette von Erkrankungen wie Adipositas, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Magen-Darm-Erkrankungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Mangelernährung und Ernährung bei Krebs.

Das interdisziplinäre Team umfasst mehr als 50 Fachkräfte aus verschiedenen Bereichen der Ernährungsmedizin und -therapie.



Wir freuen uns auf Sie –
Ihr ZEP Team

Leistungsspektrum und Angebote

- Ambulante Gewichtsreduktionsprogramme mit intensiver Nachsorge
- Adipositaschirurgie mit Vor- und Nachbetreuung
- Stationäre Therapie von Patient:innen mit ernährungsabhängigen Erkrankungen
- Ambulante Sprechstunden für Patient:innen mit ernährungsabhängigen Erkrankungen
- Ambulante und stationäre ernährungsmedizinische Betreuung und Beratung
- Psychologische Praxis mit Verhaltenstherapie
- Mutmacher Werkstatt – Workshops für spezielle Situationen im Leben

- **ZEP Sport** – medizinisches, funktionales Sportprogramm mit spezialisierten Bewegungstherapeut:innen
- **ZEP Kochen** – Lehrküche mit verschiedenen Kochveranstaltungen und Seminaren zu aktuellen und saisonalen Themen
- **ZEP BGM** – Betriebliches Gesundheitsmanagement für öffentliche sowie private Firmen/Unternehmen
- **ZEP SHG** – Adipositas-Selbsthilfe-Gruppe
Treffen für Betroffene und Interessierte
Info und Anmeldung unter
www.shg-gemeinsamstark.de,
shg-gemeinsamstark@gmx.de
- **ZEP Club**



Adipositaschirurgie und metabolische Chirurgie

Für ausgewählte Patient:innen kann nach Ausschöpfen der multimodalen konservativen Gewichtsreduktion die Operation eine Möglichkeit zur dauerhaften Kontrolle der Adipositas und der Begleiterkrankungen darstellen. In gesonderten Fällen kann eine Operation ohne einen vorherigen konservativen Behandlungsversuch der einzige sinnvolle Weg sein, eine akute Gesundheitsbedrohung abzuwenden.

Nach abgeschlossener Befunderhebung, Ursachenabklärung und Ernährungsanalyse wird jeder Patientenkasus in unserer interdisziplinären Adipositaskonferenz besprochen. Die Therapieplanung erfolgt mit einer auf die speziellen Bedürfnisse der einzelnen Personen zugeschnittenen Behandlung.

Wir verfügen über langjährige Erfahrung mit allen etablierten Operationsverfahren. Es bestehen folgende operative Therapieoptionen: **Schlauchmagen, proximaler Magenbypass (RNYGB), Mini-Gastric-Bypass (MGB) oder SADI-S.**

Die Eingriffe erfolgen mit den modernsten Technologien **robotisch** assistiert oder klassisch **laparoskopisch** in der schonenden Technik der „**Schlüssellochchirurgie**“.

Für eine lebenslange Nachsorge ist selbstverständlich durch unser Expertenteam gesorgt. Unser Ziel ist es die individuell bestmögliche Therapie basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen allen uns anvertrauten Patient:innen anzubieten.

ANMELDUNG UND INFORMATIONEN UNTER

Telefon: 089 1797-2029

E-Mail: zepchirurgie@barmherzige-muenchen.de

ZEP max

Adipositas Therapieprogramm

ZEPmax ist ein innovatives und modernes Gewichtsreduktionsprogramm nach den aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und Leitlinien entwickelt. Es handelt sich um ein interdisziplinäres, multimodales einjähriges Programm zur schnellen, sicheren und nachhaltigen Gewichtsabnahme.



Die Patient:innen werden das ganze Jahr hindurch von einem professionellen Team aus Ernährungsmedizinern, Ernährungsfachkräften, Psycholog:innen sowie Bewegungstherapeut:innen betreut. Durch diese ganzheitliche Therapie wird ein durchschnittlicher Gewichtsverlust von ca. 25% des Körpergewichtes im Therapiezeitraum erreicht. Durch die Gewichtsabnahme gelingt eine signifikante Reduktion der kardiovaskulären Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes und Blutfettwerte sowie eine deutliche Steigerung der Lebensqualität.

Die Therapiekosten werden von den meisten Krankenkassen teilweise oder vollständig erstattet.

Speziell abgestimmte Nachsorgeprogramme und der ZEP Club sichern ein langfristiges Gewichtsmanagement und die Nachhaltigkeit des Therapieerfolges.

ZEPmax in 2 Minuten erklärt

