

## **Ernährungsberatung nach der Adipositas-OP - so begleite ich Sie beim Übergang zu Ihrem neuen Ess-Alltag**

### **Ihre 6 Schritte zur erfolgreichen Ernährungsumstellung nach Ihrer Operation**

#### **1. Gespräch mit Ihrem Adipositaszentrum**

Bei der Vorbesprechung zu Ihrer OP oder kurz vor der Entlassung stellt Ihnen das Adipositaszentrum eine „Ärztliche Notwendigkeitsbescheinigung“ aus. Die vorgesehene Beratungsdauer sind 6 Termine, verteilt auf ein Jahr (für Versicherte der AOK Niedersachsen: 8 Termine).

#### **2. Vorgespräch am Telefon (nur, wenn noch etwas unklar ist)**

Wir besprechen, ob Sie kurz nach der OP den ersten Termin nutzen wollen oder die nachoperative Flüssigphase selber organisieren möchten. Wenn nötig, stelle ich Ihnen einen Kostenvoranschlag aus, damit Sie mit Ihrer Kasse/Versicherung klären können, ob und in welcher Höhe Sie einen Teil des Beratungshonorars erstattet bekommen.

Am einfachsten funktioniert die Terminvereinbarung online:

unter [www.antjemueller.de/info](http://www.antjemueller.de/info) können Sie Ihren passenden Kennenlerntermin buchen. Oder Sie hinterlassen mir unter 05151-406396 eine Nachricht auf dem AB, ich rufe Sie dann zurück.

#### **3. vor dem ersten persönlichen Beratungsgespräch**

Notieren Sie bitte über einige Tage, was gut klappt und ob/wobei Schwierigkeiten auftreten. Schicken Sie mir vor dem ersten Gespräch Folgendes zu oder bringen es mit: die ausgefüllte Beratungsvereinbarung, den Fragebogen, eine Kopie der ärztlichen Notwendigkeitsbescheinigung und möglichst eine Kopie des Entlassungsbriefes mit.

Sie können Ihren Termin bequem online unter

<https://antjemueller.de/beratung> buchen oder wir vereinbaren ihn direkt beim Vorgespräch.

#### **4. Im ersten Beratungsgespräch\***

besprechen wir den Übergang von der Flüssig- / Breiphase zu fester Nahrung und mögliche Stolpersteine bei der Umstellung. Wenn Sie später mit der Beratung starten, steigen wir mit dem Ernährungsthema ein, das für Sie gerade am dringendsten ist.



### 5. in den weiteren Beratungsgesprächen\*

vertiefen Sie Schritt für Schritt ihr Wissen und ich begleite Sie dabei, mit dem verkleinerten Magen Beruf, Familie, Freizeit gesund zu gestalten und dauerhaft günstige Gewohnheiten zu entwickeln.

Wir erstellen Ihren konkreten Plan für die Häufigkeit und die Zusammenstellung Ihrer Mahlzeiten und besprechen mögliche Stolperfallen und Sondersituationen.

### 6. beim letzten Beratungsgespräch\*

Schauen wir zurück, wie die Umsetzung der Ernährungsumstellung geklappt hat. Wir feiern gemeinsam das, was Sie im ersten Jahr nach der Adipositas-OP geschafft haben und besprechen, was Sie weiter beachten, damit Sie auf Dauer gesund, genussvoll und entspannt Ihr Essen genießen können.

Ich erstelle für Sie den Abschlussbericht an Ihren behandelnden Arzt und das Adipositaszentrum und gebe Ihnen die Teilnahmebestätigung mit, so dass Sie die Teil-Erstattung des Honorars bei Ihrer Kasse beantragen können.

### Ihre Beratungsleistungen:

- Erstgespräch a 45 Minuten, weitere Gespräche a ca. 30 Minuten, (längere Gespräche nach Absprache)
- Informations- und Arbeitsblätter, speziell auf Ihre Diagnose und Ernährungssituation abgestimmt
- Bei Bedarf Abstimmung mit Ihren behandelnden Ärzten und Therapeuten
- Abschlussbericht an ihren behandelnden Arzt /Adipositaszentrum
- Während der gesamten Beratungszeit Möglichkeit für kurze Rückfragen per Mail oder telefonisch

### Honorar, Zahlweise, Kostenerstattung:

Das Honorar pro Beratungseinheit á 30 Minuten beträgt 75,- €, für das Erstgespräch 95,- €.

\*Die Beratungen können in meiner Praxis, per Telefon oder per Video (Zoom) durchgeführt werden.

Die Rechnung schicke ich Ihnen vor unserem ersten Gespräch. Wenn Sie auf Ratenzahlung oder Direktzahlung des Zuschusses Ihrer Krankenkasse angewiesen sind, sprechen Sie mich bitte an.

(Stand 2023, Informationen zu Zuschüssen der Krankenkassen sind nicht verbindlich, bitte klären Sie mit Ihrer Kasse die genaue Zuschussbedingungen)

Ich freue mich, Sie bei einem guten Start nach der Adipositas-OP zu begleiten!

