



Welt-Adipositas-Tag: Patientin verlor über 55 Kilogramm in einem Jahr

St. Vincenz-Adipositaszentrum ruft zum „Schritte sammeln“ auf

Paderborn. Der diesjährige Welt-Adipositas-Tag steht unter dem Motto „Jeder muss aktiv werden“. Dieses Motto nahm sich die Paderbornerin Nadine Spriewald im vergangenen Jahr sehr zu Herzen. Gemeinsam mit dem Team des St. Vincenz-Adipositaszentrums verlor sie über 55 Kilogramm Körpergewicht. Mit ihrer Geschichte möchte sie anderen Betroffenen Mut machen.

„Ich war ehemalige Leistungssportlerin. Nie hätte ich gedacht, dass ich einmal 148 Kilogramm auf die Waage bringen würde. Der Blick auf die Waage war jedes Mal der reinste Horror“, blickt Nadine Spriewald zurück. „Süßigkeiten waren mein Trostpflaster und nach meinen beiden Schwangerschaften kam ich von meinen Kilos einfach nicht mehr herunter. Familienausflüge waren für mich oft eine Belastungsprobe und mein Gesundheitszustand verschlechterte sich immer weiter“, so die 34-Jährige. Im Mai 2020 wollte sie endlich einen Schlussstrich ziehen. Sie meldete sich zu einem digitalen Informationsabend des Adipositasteams im St. Vincenz-Krankenhaus an. „Durch diese neu gewonnenen Motivation dachte ich, ich könnte es alleine schaffen – aber das Gegenteil war der Fall. Einige Monate später hat mich ein offenes Gespräch mit meinem Mann endlich wachgerüttelt. Er machte mir deutlich, dass ich mich mit meinem Übergewicht einem großen gesundheitlichen Risiko aussetze. Ohne professionelle Hilfe würde ich es nicht schaffen.“ Nadine Spriewald entschloss sich daher für einen dreimonatigen Kurs des St. Vincenz-Adipositaszentrums. Dieses „multimodale Konzept“ besteht aus Ernährungsberatung, Verhaltenstraining, Fachvorträgen und Bewegungskursen. Nachdem Spriewald hierdurch mehrere Kilos abgenommen hatte, entschied sie sich gemeinsam mit der Sektionsleiterin PD Dr. Carolina Pape-Köhler für eine Schlauchmagen-Operation. „Diesen Schritt wäre ich gern eher gegangen“, gibt sie knapp ein Jahr später zu. „Zunächst war ich einige Zeit erschöpft nach der OP – aber es klappte alles hervorragend: Die Ernährungsumstellung und das regelmäßige Bewegen.“ Sie ist nun unendlich stolz, heute mit ihren Töchtern in den selben Läden gemeinsam shoppen zu gehen. „Ich habe bereits einen Fünf-Kilometer-Lauf geschafft und gehe stundenlang mit unserem Hund spazieren. Ich würde jedem, der in krankhaftem Übergewicht gefangen ist, ermutigen, sich Unterstützung zu suchen. Ich möchte ganz herzlich ‚Danke‘ an das St. Vincenz-Team sagen. Die neu gewonnene Lebensqualität lasse ich mir nie wieder nehmen.“ Auch Dr. Carolina Pape-Köhler, Leiterin des Zentrums, und ihr Team freuen sich mit ihren Patienten. „Frau Spriewald sprüht vor Lebensenergie. Das Gefühl jemanden so sehr geholfen zu haben, ist für das gesamte Team unbeschreiblich.“ Auch nach der OP begleitet das Team die Patienten weiter. „Innerhalb der Nachsorge können wir die Erfolgsgeschichten weiterverfolgen. Mittlerweile konnten wir schon über 300 Patienten dabei unterstützen, aus ihrem Teufelskreis auszubrechen“, so Pape-Köhler.



**St. Vincenz
Kliniken**

Weltweite Aktion: „Gemeinsam um die Welt laufen“

Um auf den Weltadipositas-Tag noch stärker aufmerksam zu machen, ruft das St. Vincenz-Adipositaszentrum in den sozialen Netzwerken zur Teilnahme an der weltweiten Aktion „March 4 Obesity“ (Marsch gegen Übergewicht) auf. In Deutschland ist mittlerweile jeder zweite Bürger übergewichtig und sogar jeder fünfte Bürger adipös – die Pandemie verschärft die Ursachen dafür noch weiter. Gemeinsam will das Team mit möglichst vielen Unterstützern vom 1. März bis zum 31. März Schritte gesammelt. Mitmachen darf jeder. Als kleinen Anreiz für möglichst viele „Schrittspenden“ erhalten die ersten 50 Personen, die bis zum 8. April eine E-Mail an adipositas@vincenz.de mit ihrer Gesamtschrittzahl sowie ihrer Adresse schicken, per Post eine kleine Überraschung.

Bildunterzeile von links: Nadine Spriewald (Patientin) und PD Dr. Carolina Pape-Köhler (Sektionsleiterin Adipositas-Chirurgie und -Therapie). Foto: St. Vincenz-Kliniken/Böddeker