

■ Ganzkörper-Elektromuskelstimulation (EMS)

Mittels Ganzkörper-Elektromuskelstimulation erfolgt ein patientenindividuelles Training zur Steigerung der Muskelkraft und Muskelfunktion. Beim EMS-Training wird die Muskulatur über leichte Stromimpulse aktiviert.

Diese Aktivierung erfolgt mittels einer speziellen Weste sowie Bein- und Arm-Manschetten, die einen Großteil der Körpermuskulatur ansprechen.

Durch einfach auszuführende Bewegungen während der Stimulation wird die Wirkung des EMS-Trainings unterstützt. Gelenke und Kreislauf werden nur wenig belastet, sodass diese Trainingsform auch bei eingeschränkter körperlicher Fitness effizient eingesetzt werden kann.

Dauer: 20 Minuten pro Trainingseinheit



Messung der Muskelkraft

Die Kraftmessung wichtiger Muskelgruppen lässt Defizite und Dysbalancen im Muskelstatus erkennen und dient der Erstellung eines individuell auf Sie abgestimmten Trainingsplans.



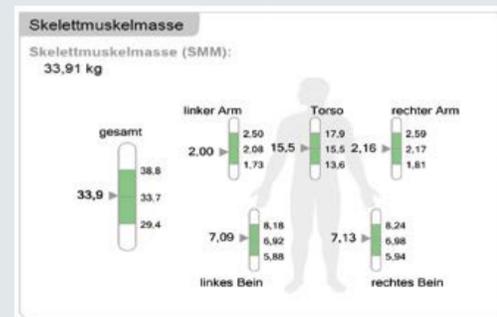
Erstellung individueller Trainingspläne mit regelmäßiger Überprüfung und Anpassung

Dabei werden die individuelle Krankheits-situation und Patientenbedürfnisse sowie Nebenwirkungen medizinischer Therapien berücksichtigt. Alle Trainingsmethoden erweisen sich in wissenschaftlichen Studien als zeiteffizient und hocheffektiv.

Weitere Untersuchungen

Messung der Körperzusammensetzung (BIA)

Ermittlung der Fett- und Muskelmasse sowie der Wasserverteilung mittels neuester Bioimpedanz-Technik



Blut- und Urinuntersuchungen

Bestimmung von Elektrolyten, Vitaminen, Spurenelementen, Parametern des Muskelstoffwechsels und weiteren Stoffwechselfparametern, wie Entzündungs- bzw. Inflammationsstatus

Gefördert durch die



Anreise

Stadtbus

Über die (Online-)Fahrplanauskunft des Verkehrsverbunds Großraum Nürnberg (www.vgn.de) können Sie die exakten Fahrzeiten der Stadtbusse zu Ihrer Reisezeit abfragen. Die Haltestelle beim Internistischen Zentrum heißt „Maximiliansplatz/Kliniken“.

Anreise mit dem Auto

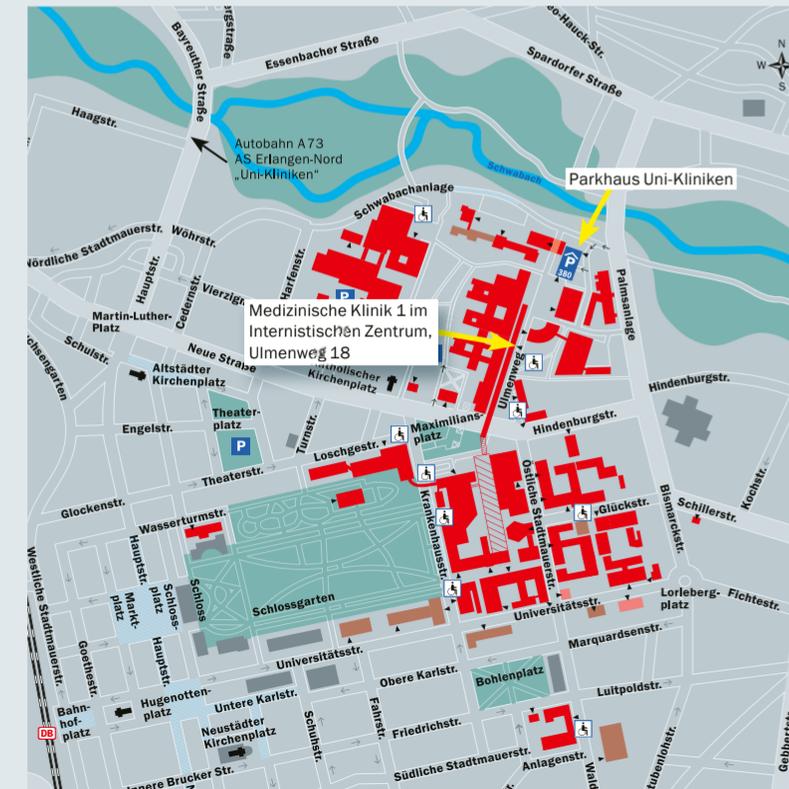
Fahren Sie auf der A 73 (Autobahn Nürnberg-Bamberg) an der Ausfahrt Erlangen-Nord ab und folgen Sie dann der Beschilderung „Uni-Kliniken“.

Parken

Vor den Klinikeingängen stehen Kurzzeitparkplätze bereit. Das Parkhaus Uni-Kliniken mit Tages- und Wochenparkplätzen kann über die Palmsanlage erreicht werden (Parkhaus Uni-Kliniken, Schwabachanlage 14, 91054 Erlangen).

Anreise mit dem Zug

Der Hauptbahnhof Erlangen liegt etwa 1.200 m vom Internistischen Zentrum entfernt. Erlangen ist Haltestelle für ICE, IC, RE, RB und die S-Bahn.



Patienteninformation

Ernährung, Bewegung und Sport bei Kurzdarmsyndrom

Hector-Center für Ernährung, Bewegung und Sport
Leiterin: Prof. Dr. med. Yurdagül Zopf

Medizinische Klinik 1 – Gastroenterologie, Pneumologie und Endokrinologie
Direktor: Prof. Dr. med. Markus F. Neurath



Universitätsklinikum Erlangen

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

das Hector-Center für Ernährung, Bewegung und Sport der Medizinischen Klinik 1 – Gastroenterologie, Pneumologie und Endokrinologie widmet sich in Wissenschaft und Praxis wichtigen präventiven und therapeutischen Bereichen der Ernährungsmedizin und Bewegungs- bzw. Sporttherapie. Dabei profitieren die Patienten von neuesten ernährungs- und bewegungs- bzw. sportmedizinischen Konzepten.

Im Hector-Center betreut Sie umfassend und kompetent ein Team von Ernährungsmedizinern, Ernährungswissenschaftlern, Sportwissenschaftlern, Diätassistenten, Fachkräften für klinische Ernährung und Physiotherapeuten. Durch die enge interdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen des Uni-Klinikums Erlangen gewährleisten wir Ihnen eine optimale Behandlung.

Mit unseren kombinierten Ernährungs- und Bewegungs- bzw. Sportkonzepten unterstützen wir Sie in jeder Phase Ihrer Erkrankung. Wir freuen uns sehr, Sie im Hector-Center für Ernährung, Bewegung und Sport begrüßen zu dürfen.



Prof. Dr. med. Yurdagül Zopf
Leiterin Hector-Center,
Gastroenterologin,
Ernährungsmedizinerin



Dr. oec. troph. Hans Joachim Herrmann
Ernährungswissenschaftler

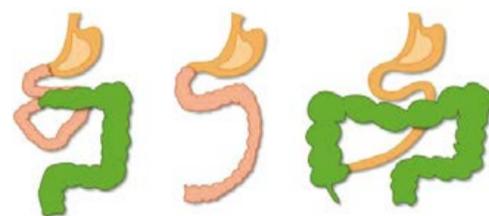


Dr. phil. Dejan Reljic
Sportwissenschaftler

Die Behandlung von Patienten mit **Kurzdarmsyndrom** ist einer unserer Schwerpunkte und eine interdisziplinäre Herausforderung. Häufig sind die Patienten nach Teil- oder Totalverlust des Dünndarms auf eine langfristige intravenöse Ernährung und Flüssigkeitszufuhr angewiesen.

Neue medikamentöse Therapiemöglichkeiten, das Anpassen der künstlichen Ernährung an die sich verändernde Resorptionskapazität des Restdarms sowie das Monitoring der Energie-, Nährstoff-, Elektrolyt- und Flüssigkeitsbilanz erfordern eine engmaschige Betreuung durch ein spezialisiertes Team.

In unserer **Spezialambulanz** können wir eine zielführende Behandlung dieses komplexen Krankheitsbilds gewährleisten.



Jejunum-Kolon Jejunostomie Jejunum-Ileum
Nach Messing et al., Gastroenterology 1999

Unsere Leistungen

Ernährung und komplementäre Therapien Individuelle Ernährungsberatung/-therapie und medikamentöse Maßnahmen

Nach operativer Entfernung größerer Anteile des Dünndarms kommt es häufig zu erheblichen Verdauungs- und Resorptionsstörungen der aufgenommenen Nahrung und Flüssigkeiten. Die Folgen sind Durchfälle und ein hoher Verlust von Flüssigkeit sowie lebenswichtiger Elektrolyte und Nährstoffe. Die bedarfsdeckende Zufuhr von Flüssigkeit und Nährstoffen mittels Infusionen über die Vene ist in dieser Situation eine lebenswichtige Maßnahme.

Die Anpassung der Funktionen des noch vorhandenen Darms im weiteren Verlauf führt idealerweise dazu, dass der Patient sich wieder normal ernähren kann. Entwickelt sich ein chronisches Darmversagen, insbesondere bei sehr kurzer Dünndarmlänge oder bei Dünndarmstoma, ist eine langfristige intravenöse (parenterale) Ernährungs- und Flüssigkeitszufuhr dringend notwendig.

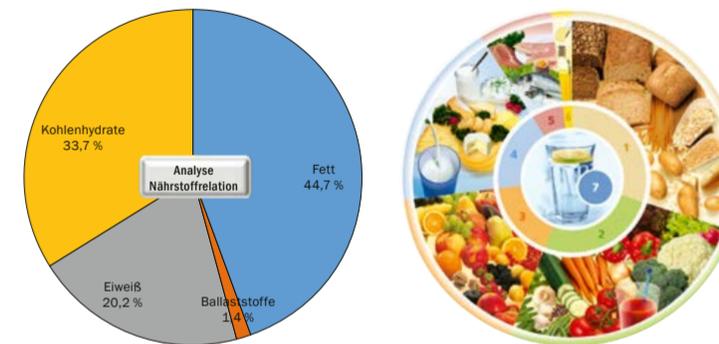
Mit dem Analogon des Peptidhormons Glucagon-like Peptid-2 (GLP-2) ist nun seit einigen Jahren eine kausale medikamentöse Therapieoption verfügbar. Das GLP-2-Analogon vergrößert die Resorptionsfläche des Darms und verbessert somit die Aufnahme von Flüssigkeit und Nährstoffen.

Oftmals können die Patienten dann ihren Nährstoff- und Flüssigkeitsbedarf großteils oder sogar vollständig wieder durch eine normale orale Ernährung decken. Entsprechend kann die parenterale Zufuhr reduziert oder beendet werden.

Mit unserem Team unterstützen wir Sie in allen Fragen und Bereichen der oralen und künstlichen Ernährung sowie der medikamentösen Therapie.

Computergestützte qualitative und quantitative Ernährungsanalyse

Wir analysieren Ihr Ernährungsverhalten, Ihre Nahrungszufuhr und die aufgenommenen Mengen an Energie und Nährstoffen, insbesondere an hochwertigem Eiweiß.



DGE-Ernährungskreis®, Copyright: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn

Bewegung und Sport Innovative Trainingskonzepte

In wissenschaftlichen Projekten entwickeln wir neue und hocheffiziente Trainingskonzepte mit dem Ziel, die Muskelmasse und Muskelkraft sowie die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems zu stabilisieren bzw. zu verbessern.

Alle Trainingsformen werden auf Ihr individuelles Leistungsvermögen abgestimmt. Die Bewegungs- und Sportprogramme erfolgen unter ärztlicher und sportwissenschaftlicher Leitung und Kontrolle. Während des Trainings werden Sie von erfahrenen Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten betreut und angeleitet.

Studienaufruf

Aktuell beteiligt sich das Hector-Center an einer multizentrischen, klinischen Studie, in der untersucht wird, ob es möglich ist, die zurzeit notwendige tägliche medikamentöse Therapie zur Stabilisierung der Darmschleimhaut in Form eines GLP-2 Analogons (bisher Teduglutid) auf eine einmal wöchentliche Applikation zu reduzieren.

Interessierte Kollegen und Betroffene können sich gerne bei uns informieren.

**Medizinische Klinik 1 – Gastroenterologie,
Pneumologie und Endokrinologie**
Direktor: Prof. Dr. med. Markus F. Neurath

Hector-Center für Ernährung, Bewegung und Sport
Leiterin: Prof. Dr. med. Yurdagül Zopf

Ulmenweg 18 (Internistisches Zentrum), 91054 Erlangen

Kontakt:
Tel.: 09131 85-35227
Fax: 09131 85-35228
med1-hector-center@uk-erlangen.de
www.medizin1.uk-erlangen.de/hector-center/

Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir bei der Bezeichnung von Personengruppen die männliche Form; selbstverständlich sind dabei die weiblichen Mitglieder eingeschlossen.

Herstellung: Uni-Klinikum Erlangen/Kommunikation, 91012 Erlangen
Fotos: © Uni-Klinikum Erlangen, Klaus Meiners