

GLI (gecombineerde leefstijl interventie)

Samen sterk in leefstijl

Gespecialiseerde Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)

Behandelcentrum voor Overgewicht & Obesitas

In het [Behandelcentrum voor Overgewicht en Obesitas Zuid West Nederland](#) komt alles bij elkaar wat nodig is voor coaching, begeleiding en behandeling van overgewicht. Ons team werkt intensief samen en bestaat uit een chirurg, internist, verpleegkundige, diëtist, psycholoog en fysiotherapeut.

GLI (Gecombineerde Leefstijl Interventie)

Naast een operatieve ingreep (maagverkleining) bieden we ook een 2-jarig programma aan zonder operatie. Dit noemen we een Gespecialiseerde GLI (GLI= Gecombineerde Leefstijl Interventie).

Het is voor mensen met overgewicht of obesitas belangrijk om een gezonde leefstijl te bereiken en vooral te behouden. Het behouden van een gezond gewicht is vaak het moeilijkst. U gaat samen met ons team werken aan een gezondere leefstijl.

Programma GLI

Het programma bestaat uit groepsbijeenkomsten en individuele begeleiding door zorgverleners (1 op 1 gesprekken). Met name in het eerste jaar zult u maandelijks naar het Centrum komen voor groepsbijeenkomsten en individuele afspraken. Naast het aanbieden van informatie is er veel aandacht voor gedragsverandering, gericht op het verbeteren van uw leefstijl en gezondheid. U gaat aan de slag met onderwerpen als voeding en eetgewoontes, beweging, slapen en lekker in je vel zitten.

Onder begeleiding van de fysiotherapeut doorloopt u tevens een sportprogramma.

In het tweede jaar zullen er minder bijeenkomsten zijn. De begeleiding is vooral ondersteunend om een gezonde leefstijl vast te houden.



1. Wanneer kan u meedoen aan het GLI-programma?

- met een BMI hoger dan 35 kg/m² EN u een ziekte heeft die met overgewicht gepaard gaat zoals hart- en vaatziekten, slaapapneu, te hoog cholesterol, artrose of diabetes type 2.
- met een BMI vanaf 40 kg/m²
- als u gemotiveerd bent om aan de slag te gaan met uw leefstijl

Wanneer kunt u niet meedoen aan het GLI-programma?

- als u in het verleden een maagverkleining heeft gehad
- als u op dit moment medicatie slikt om af te vallen
- als u psychische klachten heeft, waarvoor u op dit moment behandeld wordt
- als u geen Nederlands spreekt (in verband met de groepsbijeenkomsten)

2. Aanmelding

U wordt door een Bravis arts of huisarts aangemeld voor de screening.

3. Voorbereiding screening en advies

U moet een screening ondergaan om te kijken of u deel kan nemen aan het programma GLI. Voor de screeningsochtend moet u thuis een aantal vragenlijsten invullen. Deze vragenlijsten ontvangt u per post. Op de ochtend van de screening moet u eerst **nuchter** bloed laten prikken. Het secretariaat plant voor u een afspraak.

Dag van de screening

Op de ochtend van de screening spreekt u verschillende zorgverleners. Uw klachten die te maken kunnen hebben met uw overgewicht/obesitas worden zorgvuldig in kaart gebracht. Aan het eind van de ochtend heeft u een gesprek met de arts. U hoort dan of u definitief kunt starten met ons programma. Mocht u niet kunnen starten met dit programma, dan bespreken wij met u hoe u dan geholpen kunt worden.

4. Start programma

U start in een groep van maximaal 8 deelnemers met een gezamenlijk introductie. U krijgt uitleg over het programma.

5. Twee jaar begeleiding

Naast de groepsbijeenkomsten en individuele begeleiding zijn er ook afspraken met de arts. Tijdens de controle met de arts wordt stilgestaan bij uw voortgang. Ook wordt opnieuw bloed geprikt en uw gewichtsbeloop besproken. Uw zorgverleners hebben regelmatig onderling overleg over de voortgang.

Bent u minder afgevallen dan gewenst of verwacht, dan is er een mogelijkheid om te starten met medicatie die het afvallen verder kan ondersteunen. Met u wordt besproken welk medicijn het meest geschikt voor u is. Na het starten met de medicijnen zult u vaker contact hebben met uw arts om het effect en eventuele bijwerkingen van de medicijnen goed te kunnen volgen.

Ook bestaat de mogelijkheid om na 1 jaar alsnog geopereerd te worden. Dit is afhankelijk van een aantal voorwaarden.

Afronding

Na twee jaar wordt het intensieve traject afgerond. Uw huisarts wordt hiervan op de hoogte gesteld.

Verzekering en eigen risico

Het speciale GLI-traject in het behandelcentrum voor Overgewicht en Obesitas is nog niet goedgekeurd door het Zorginstituut. Daarom vallen de kosten van dit traject onder uw eigen risico. Uw zorgverzekeraar kan deze kosten bij u in rekening brengen.

Bij GLI trajecten die worden aangeboden via de eerste lijn (huisarts, fysiotherapie, diëtist) wordt geen eigen risico ingehouden.

Vragen?

Mocht u na het doorlezen van deze folder nog vragen hebben, neem dan vrijblijvend contact op met ons secretariaat Behandelcentrum voor Overgewicht & Obesitas via telefoonnummer 0164 – 278 800.