

Werden Sie fettfreundlich

– für Ärzte und medizinisches Personal

- Machen Sie keine ungesicherten Vorannahmen über übergewichtige Patienten, z.B. darüber, ob sie eine Essstörung haben oder Schwierigkeiten damit, ihr Gewicht zu akzeptieren.
- Gehen Sie nicht automatisch davon aus, dass das medizinische Problem, mit dem der Patient zu Ihnen kommt, mit seinem Gewicht in Zusammenhang steht.
- Seien Sie sich der Tatsache bewusst, dass auch psychische Probleme einer übergewichtigen Person nicht immer in Zusammenhang mit ihrem Gewicht stehen. Denken Sie daran, dass eine Lösung von Lebensproblemen nicht notwendigerweise mit Gewichtsverlust einhergeht.
- Befragen Sie dickere Patienten auf genau dieselbe Art wie normalgewichtige über ihre Essgewohnheiten.
- Raten Sie Ihren übergewichtigen Patienten nur, wenn es medizinisch unvermeidlich ist, zu einer Gewichtsabnahme, und wenn Sie es tun, vermitteln Sie dem Patienten, dass Sie sein Gewicht nicht für sein persönliches Versagen halten.
- Bilden Sie sich zu allen Themen fort, die übergewichtige Menschen betreffen, z.B. auch über den genetischen Einfluss auf den Körperumfang und die Auswirkungen des Abspeckens auf die körperliche und psychische Gesundheit.
- Haben Sie medizinisches Gerät und Hilfsmittel vorrätig, die für dicke Menschen geeignet sind, z.B. eine ausreichend große Manschette zum Blutdruckmessen, Operationskittel in großen Größen und orthopädische Hilfsmittel, die auch dicken Menschen passen.
- Signalisieren Sie Ihren dicken Patienten, dass sie willkommen sind: Achten Sie darauf, dass die Stühle in Ihrem Wartezimmer und Behandlungsraum für dicke Personen geeignet sind. Vermeiden Sie Stühle mit Armlehnen oder Freischwinger.
- Stellen Sie fettfreundliche Kunstwerke in Ihrer Praxis aus, z.B. Bilder oder Plastiken, oder legen Sie dickenfreundliche Magazine oder Bücher (z.B. Udo Pollmer: Esst endlich normal! oder Gisela Enders: Dick das Leben leben) aus.
- Machen Sie Ihre Kollegen, Mitarbeiter oder Studenten auf das Thema aufmerksam und sprechen Sie es in verschiedenen Kontexten an, z.B. bei Mitarbeiterbesprechungen, Workshops, Vorlesungen oder Fortbildungskursen.
- Werden Sie sich – durch einen ehrlichen Blick nach innen – Ihres eigenen Grades an Vorurteilen gegenüber dicken Menschen bewusst.