



**S T A R K**

## PROGRAMM

Der etwas andere Wegweiser  
bei Adipositas!

**DR. MED. SIEGFRIED WENTZ,  
CHEFARTZ DER MEDICLIN SCHLÜSSELBAD KLINIK,**

hat auf Basis seiner Erfahrungen im Hochleistungssport und 25-jähriger Tätigkeit im orthopädisch-rheumatologischen Fachbereich als Mediziner ein STARKes Programm entwickelt, das Menschen mit Rücken- und Gelenkproblemen, die auch an Übergewicht leiden, hilft.

Denn Personen mit Rücken und Gelenkproblemen nehmen leider häufig an Gewicht zu. Umgekehrt verstärkt Adipositas (neben der Gefahr, weitere internistische Krankheiten wie Diabetes, Bluthochdruck oder Fettstoffwechselerkrankungen zu fördern), dass sich Rücken- und Gelenkerkrankungen verschlechtern oder überhaupt erst entstehen.



**Dr. med. Siegfried Wentz,  
Chefarzt der MEDICLIN Schlüsselbad Klinik  
ist ehemaliger Olympiadritter 1984 in Los Angeles  
sowie Vizeweltmeister 1987 in Rom im Zehnkampf.**

Ziel des Programms ist der Einstieg in den Muskelaufbau unter professioneller Anleitung zur körperlichen, aber auch zur emotionalen Stärkung. Eine gut trainierte Muskulatur unterstützt den Gelenkapparat effizient, führt zu einem besseren Wohlbefinden und bringt selbst in Ruhephasen eine höhere Verbrennung mit sich. Aus dem Leistungssport ist bekannt, dass eine Ernährung in einem bestimmten Verhältnis zwischen Eiweißen, Fett und Kohlehydraten dem Muskelaufbau dient. Es ist zudem wissenschaftlich bewiesen, dass Bewegung auch vielen nicht-orthopädischen Erkrankungen vorbeugt bzw. deren Besserung unterstützt.

### **All dem trägt das STARK-Programm Rechnung!**

Die Patienten erwartet keine Radikaldiät und auch kein sie überforderndes Hochleistungstraining, sondern ein Aufenthalt mit aktiven Gruppentherapien im Wasser, an der frischen Luft, im Krafraum – Einzeltherapien für die individuellen Problemzonen, z.B. Krankengymnastik, Ergotherapie, Elektrotherapie, Massage, Wärme, Lymphdrainagen, Ernährungsberatung, Kochkurs, psychologische Unterstützung und Selbsthilfegespräche sowie natürlich ärztliche Betreuung und Beratung mit medizinischem Check-up.

**Sprechen Sie uns an,  
wir beraten Sie gerne!**

In der MEDICLIN Schlüsselbad Klinik arbeiten u.a. zwei Fachärzte für Orthopädie, drei Fachärzte für Innere Medizin, zwei Fachärzte für Allgemeinmedizin, zwei Diabetesberaterinnen sowie diätetisch geschultes Personal. Weiterhin werden Naturheilverfahren und Akupunktur angeboten.

Die Klinik verfügt über eigenes Röntgen, Labor sowie Ultraschallgeräte zur Diagnostik für Herz, Gefäße, Bauch und Gelenke.

Erfahrungsgemäß kommt es bereits während eines 3-wöchigen Aufenthalts zu einer spürbaren Gewichtsreduktion. Die Patienten erhalten die Grundlage und das Wissen, um in Zukunft zur Unterstützung des Gelenkapparates und zur Verbesserung der Gesamtgesundheit und des Wohlbefindens in Bewegung zu bleiben, was sich langfristig auch positiv auf das Gewicht auswirken wird. Eine entsprechende heimatnahe Nachsorge wird mit den Teilnehmern besprochen.

Als Kostenträger kommen die Rentenversicherung, die Krankenkassen, die Privaten Krankenkassen und die Beihilfe in Frage.

Selbstverständlich können Sie unser Programm auch als Selbstzahler in Anspruch nehmen.



# WICHTIGE INFOS

## DAS PROGRAMM

### IST LIMITIERT AUF 12 TEILNEHMER,

da es sich um ein Individual- und kein Massenprogramm handelt – ggf. Wartezeiten bei der Aufnahme möglich.

## TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

- Maximalgewicht 180 kg
- Mobilität / Gehfähigkeit
- Motivation



# MEDICLIN Schlüsselbad Klinik

Renchtalstraße 2

77740 Bad Peterstal-Griesbach

Telefon 0 78 06/86 235

info.schluesselbad@mediclin.de

