

Programm des
12. Fortbildungskurses zum Präventivmediziner DAPM
vom 16.-24. Juni 2017 in Kiedrich im Rheingau

Themenübersicht

Freitag, 16.06.2017

Vormittag: Registrierung, Einführung, Vorstellungsrunde, Fitness
Nachmittag: Leistungsdiagnostik, Praxis Leistungsdiagnostik (Feldtest auf der Leichtathletikanlage), Langfristiges Denken und Motivation

Samstag, 17.06.2017

Vormittag: Arteriosklerose, alte und neue Risikofaktoren, Risikostratifizierung, Leitlinien
Nachmittag: Medikamente in der Prävention, Workshop Trainingsplanung

Sonntag, 18.06.2017

Vormittag: Evidenz-basierte Medizin, Screening auf Krebserkrankungen
Nachmittag: Stressbelastungen und Burnout inkl. Workshop

Montag, 19.06.2017

Vormittag: Früherkennung der Arteriosklerose, Sono-Workshop
Nachmittag: Orthopädischer Check, Tabakentwöhnung, Impfmedizin

Dienstag, 20.06.2017

Vormittag: Betriebliches Gesundheitsmanagement
Nachmittag: zur freien Verfügung (s. Rahmenprogramm)

Mittwoch, 21.06.2017

Vormittag: Evidenz-basierte Ernährungsmedizin (1)
Nachmittag: Evidenz-basierte Ernährungsmedizin (2)

Donnerstag, 22.06.2017

Vormittag: Sonne und Vitamin D, Rationale Diagnostik, Leitlinien
Nachmittag: Krafttraining in der Prävention, Anti-Aging und Scharlatanerie

Freitag, 23.06.2017

Vormittag: Workshop Patientenberatung
Nachmittag: Workshop „WIE wollen wir alt werden“, Wein und Gesundheit

Samstag, 24.06.2017

Vormittag: Prävention per App; Keynote-Lecture; Diskussion der Veranstaltung
Abschlussprüfung

Referentenliste

Dr. med. Christian Albrecht

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie,
Bad Homburg

Pfarrer Oliver Albrecht

Evangelischer Theologe, Propst der Ev.
Landeskirche Hessen-Nassau, Wiesbaden

Dr. med. Matthias Finell

Facharzt für Arbeitsmedizin, Facharzt für
Innere Medizin, Hämatologie und
Internistische Onkologie, Notfallmedizin
Gesundheitszentrum Ingolstadt Nord der
AUDI AG, Ingolstadt

Prof. Dr. Clemens Jaeger

Facharzt für Innere Medizin,
Gastroenterologie, Endokrinologie und
Diabetologie, Chefarzt der Medizinischen
Klinik II, Krankenhaus Bad Soden

Dr. med. Ulrich Kau

Facharzt für Allgemeinmedizin,
Sportmedizin, Ltd. Verbandsarzt des
Deutschen Ruderverbandes, Oestrich-
Winkel

Dr.med. Christian Klepzig

Facharzt für Allgemeinmedizin,
Diabetologe DDG & LÄK Hessen,
Offenbach

Dr. med. Peter Kurz

Facharzt für Innere Medizin, Sportmedizin,
Prevention First, München

Heike Lemberger

Dipl. Oecotrophologin, Hamburg

Dr. med. Doris Lünstroth-Lenk

Fachärztin für Radiologie, Wiesbaden

Katharina Maehrlein

Führungskräfte-Coach, Autorin,
Taunusstein

Dr. Pero Micic,

Zukunftsmanager und CEO der
Future Management Group AG, Eltville

Markus von Marées

Diplom-Sportwissenschaftler, Yogalehrer,
VON MARÉES Personal Fitness & Yoga,
Wiesbaden

Prof. Dr. med. Tobias Raupach

Internist, Kardiologe, Professur für
Lehrforschung und Lehrentwicklung,
Abteilung Kardiologie und Pneumologie,
Zentrum Innere Medizin,
Universitätsklinikum Göttingen

Dr. med. Michael Schneider

Facharzt für Innere Medizin und
Arbeitsmedizin, Tropenmedizin,
Sportmedizin, Ernährungsmedizin,
Gesundheitsökonom (ebs). Leitender
Werksarzt von Boehringer Ingelheim,
Ingelheim am Rhein.

Dr. med. Johannes Scholl

Internist, Ernährungs- und Sportmediziner,
Prevention First, Rudesheim

Prof. Dr. med. habil. Peter Schwarz,

MBA, Department of Medicine III,
Prevention and Care of Diabetes,
Universität Dresden

Dr. med. Andreas Waltering

Stellv. Ressortleitung

Ressort Gesundheitsinformation,
IQWiG, Köln

Dr. Nicolai Worm

Ernährungswissenschaftler und
Buchautor, München

Freitag, 16.06.2017

ACHTUNG PROGRAMMÄNDERUNG: Am Freitagnachmittag findet bereits der Feldtest auf dem Sportplatz Kiedrich/Leichtathletikanlage statt! Bitte kommen Sie am besten gleich in wettergerechter Laufbekleidung und bringen Sie Handtuch und Wechselkleidung mit; Duschen stehen auf dem Sportplatz zur Verfügung

- 08:00 – 09:00: Registrierung und Ausgabe der Seminarunterlagen
- 09:00 – 09:45: **Gesundheitsförderung und Prävention:**
Essentieller Bestandteil eines nachhaltigen Gesundheitswesens der Zukunft. Einführung in das Konzept der DAPM und das Kursprogramm (Scholl)
- 09:45 – 10:30: **Vorstellungsrunde** der Teilnehmer/-innen
Kurzbericht über eigene Tätigkeit und bisherige Erfahrungen auf dem Gebiet der Präventivmedizin
- 10:45 – 12:15: **Stellenwert von körperlicher Aktivität und Fitness** in der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Scholl)
- 12:15 – 13:30: Mittagspause (Lunch wird von der DAPM gestellt)
- 13:30 – 14:15: **Vorbereitung des Feldtests:** Messprotokolle, Aufgabenverteilung, Belastungsschemata und Einteilung der Laufgruppen für den Test (Kurz)
- 14:15 – 15:00: **Pause / Fußweg zur Leichtathletikanlage**
- 15:00 – 18:00: Stufentest auf der Laufbahn in 4-5 leistungsgleichen Gruppen (Kurz, Scholl u.a.)
- 18:00 – 19:00: **Raus aus der Kurzfristfalle** – neue Denkansätze als Motivation zur Gesundheitsförderung und Prävention (Micic)

Samstag, 17.06.2017

- 08:00 – 08:45: **Arteriosklerose (1): Pathophysiologie und klassische Risikofaktoren** (Rauchen, Cholesterin, arterielle Hypertonie) (Albrecht)
- 08:45 – 09:30: **Arteriosklerose (2): Was fehlt uns? Brauchen wir die „neuen“ Risikofaktoren?** u.a. CRP, Lp(a), Homocystein + Folsäure (Scholl)
- 09:30 – 09:45: **Pause**
- 09:45 – 10:30: **Risikostratifizierung in der Praxis:** Wie bestimme ich das Herz-Kreislauf-Risiko meines Patienten? Nach welchen Formeln bzw. Modellen, incl. Software-Demo (Scholl)
- 10:30 – 11:15: **Präventionsleitlinien im Wandel:** Was, warum und wie? Evidenzlage, Umsetzbarkeit und Konsequenzen (Scholl)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 15:30: **Medikamente in der Primär- und Sekundärprävention:** Wirksamkeit, NNT, Kosten-Nutzen-Relation (Albrecht)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 16:30: **Theorie der Leistungsdiagnostik:** Belastungsschemata, Spiroergometrie und Laktatmessung, Trainingsbereiche inkl. Demo Spiroergometrie (Scholl/Kurz)
- 16:30 – 18:30: **Workshop Laktat-Diagnostik und Trainingsplanung:** Auswertung der Laktat-Tests, Gestaltung von Trainingsempfehlungen für Anfänger und ambitionierte Sportler; Besprechung der Resultate der eigenen Laktat-Leistungs-diagnostik vom Vortag (Kurz, Scholl)
- Dazwischen ca. 17:15 – 17:30: **Pause**

Sonntag, 18.06.2017

- 08:00 – 08:45: **Evidenz-basierte Medizin**
Theorie EBM, Ebenen der Evidenz in Therapie, Diagnostik und Screening-Untersuchungen (Waltering)
- 08:45 – 09:30: **Screening auf Krebserkrankungen:** Krebsstatistik in Deutschland, Inzidenz und Mortalität, allgemeine Problematik von Screening- und Früherkennungsuntersuchungen (Scholl)
- 09:30 – 09:45: **Pause**
- 09:45 – 10:30: **Mammographie-Screening:** Probleme und Fortschritte in der Früherkennung von Brustkrebs (Lünstroth-Lenk)
- 10:30 – 11:15: **Prostatakarzinom:** Die Problematik der Früherkennung am Beispiel des PSA-Screenings (Waltering)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 14:45: **Prävention des Kolorektalen Karzinoms:** Evidenz zu alten und neuen Stuhltests, Tumormarkern, Koloskopie und virtueller Koloskopie (Jaeger)
- 14:45 – 15:30: **Stressbelastungen und Burnout**
Das psychologische Stressmodell; Epidemiologie und Klinik des Burnout-Syndroms (Kurz)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 16:30 **Stressbelastungen im Unternehmen**
Praktische Lösungsansätze im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (Maehrlein)
- 16:30 – 19:00: **Workshop: Früherkennung einer Burnout-Gefährdung**

Screening-Methoden zur Burnout-Prävention (Scholl)
Gruppenarbeit an Fallbeispielen (Kurz, Scholl)

dazwischen ca. 17:15 – 17:30: Pause

Montag, 19.06.2017

- 08:00 – 09:30: **Die Früherkennung der subklinischen Arteriosklerose:**
Der Stellenwert der IMT-Messung und der Beurteilung von Plaques
als praktikables und didaktisch wertvolles Screening-Tool (Scholl)
- 09:30 – 09:45 Uhr **Pause**
- 09:45 – 11:15: **Ultraschall-Workshop: IMT-Messung** (Scholl, Kurz)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 15:30: **Orthopädische Beschwerden beim Check-up**
Wie untersuche ich, und wie kann ich ernste Probleme erkennen?
inkl. Hands-On Workshop (Kau)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 18:00: **Workshop: Dem Tabakkonsum Einhalt gebieten**
Ärzte in Prävention und Therapie der Tabakabhängigkeit
(Raupach)
- ca. 17:15 – 17:30: **Pause**
- 18:15 – 19:00: **Reisemedizin und Schutzimpfungen in der Prävention**
(Schneider)

Dienstag, 20.06.2017

- 08:00 – 09:30: **Betriebliches Gesundheitsmanagement (1):**
Beispiel AUDI AG
(Finell)
- 9:30-9:45 Uhr Pause
- 09:45 – 11:15: **Betriebliches Gesundheitsmanagement (2):**
Das Fit im Leben – Fit im Job-Programm von Boehringer Ingelheim in
der Quer- und Längsschnitt-Evaluation (Schneider)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- ab 14:30 Uhr **Rahmenprogramm (bitte Anmeldung!)**
im ehemaligen Zisterzienserkloster Eberbach

Mittwoch, 21.06.2017

- 08:00 – 08:45: **Insulinresistenz als Risikofaktor für Typ 2 – Diabetes und kardiovaskuläre Erkrankungen:** von der Pathophysiologie zur wirksamen Diabetesprävention (Scholl)
- 08:45 – 09:30: **Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen**
Ursachen und Folgen der Adipositas-Epidemie (Worm)
- 09:30 – 09:45: **Pause**
- 09:45 – 10:30: **Beeinflussung der Dyslipoproteinämie durch Ernährung**
(Worm)
- 10:30 – 11:15: **Ernährung bei Metabolischem Syndrom und Typ-2-Diabetes:**
Aktuelle Studienlage vs. „alte Leitlinien“ (Worm)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 14:45: **NAFLD und Typ 2-Diabetes:** Das Konzept des Leberfastens (Worm)
- 14:45 – 15:30: **Fleisch und Salz:** Kontroversen in der Ernährungsmedizin (Scholl)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 16:30: **Ernährungsberatung im Unternehmen:** Praxis-Beispiele für die individuelle Beratung und die Kantinenverpflegung (Lemberger)
- 16:30 – 17:15: **Low-Carb-Ernährung im Spitzensport?** (Scholl)
- 17:15 – 17:30: **Pause**
- 17:30 – 18:15: **Schlafdauer und -qualität und Stoffwechselprobleme** (Worm)
- 18:15 – 19:00: **Typ-2-Diabetes - Komplizierter als gedacht?** Erfahrungen aus einer diabetologischen Schwerpunktpraxis (Klepzig)

Donnerstag, 22.06.2017

- 08:00 – 09:30: **Rationale Diagnostik in der Kardiologie:** Wann wähle ich welches diagnostische Verfahren, Fallbeispiele (Albrecht)
- 09:45 – 10:30: **Vitamin D – das verkannte Sonnenhormon:** neueste Evidenz zu einem bedeutsamen Gesundheitsfaktor (Worm)
- 10:30 – 11:15: **Sonne und Hautkrebsrisiko:** Wieviel ist verträglich, ab wann wird es gefährlich? Was bringt das Screening? (Scholl)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 15:30: **Stellenwert von Kraft und Koordination in der Präventivmedizin:**
Theorie des Krafttrainings, Krafttraining bei Übergewicht bzw. bei Typ 2-Diabetes, Kraft und Koordination im Alter (Kurz)
- 15:30 – 15:45: **Pause (Umziehen für Sportteil)**
- 15:45 – 17:15: **Praxisteil Krafttraining** (mit Personal Trainern)
- 17:15 – 17:30: **Pause**
- 17:30 – 19:00: **„Jungbrunnen Antioxidantien und Hormone?“**
Ein Blick hinter die Kulissen der „Anti-Aging-Scharlatanerie“ (Scholl)
- ab 20:00 **Public Viewing** Deutschland – Chile / Confed Cup

Freitag, 23.06.2017

- 08:00 – 11:15: **Praxis-Workshop: Wie berate ich meine Patienten?**
Verständlichkeit, Motivation und Compliance
Gruppenarbeit mit Entwicklung von Beratungs- und
Behandlungsstrategien anhand konkreter Fallbeispiele;
Einsatz der Schulungsmaterialien der DAPM (Scholl/Kurz)
- ca. 9:30 – 09:45: **Pause**
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 16:30: **Workshop: WIE wollen wir alt werden?**
Was kann und soll die Medizin?
- Der ärztliche Aspekt (Dr. med. Christian Albrecht)
Internist – Kardiologe, Bad Homburg
- Der ethische Aspekt (Pfarrer Oliver Albrecht)
Theologe, Probst, Ev. Landeskirche Hessen-Nassau
- 16:30 – 17:15: Spaziergang zum Weingut Robert Weil, auf dem Weg kurze
Führung durch die gotische St. Valentinus-Kirche
- 17:15 – 18:30: Kellerführung auf Deutschlands Top-Weingut
- 18:30 – 19:15: **Gesundheitliche Aspekte des moderaten Weingenusses**
Epidemiologische Daten, Pathophysiologie, Beeinflussung von
Arteriosklerose und Diabetes (Scholl)
- 19:15 Uhr Bustransfer ab Weingut Robert Weil zum Restaurant
- ab 19:30 Uhr Empfang und anschl. Gala-Dinner mit Weinverkostung
im Gourmet-Restaurant „**Zum Krug**“ in Hattenheim
- Bustransfer zurück nach Kiedrich gegen 23 Uhr

Samstag, 24.06.2017

09:00 – 09:30: Nudging per App: mehr Bewegung mit „Anker Steps“ (Schwarz)

09:30 – 10:30: **Keynote-Lecture:**

Präventive Gesundheitspolitik – neue Perspektiven und alte Widerstände im deutschen Gesundheitswesen (Scholl)

10:30 – 10:45: **Pause**

10:45 – 11:30: **Diskussion der Gesamtveranstaltung,**

11:30 – 13:00: **Abschluss-Prüfung (Multiple Choice)**

anschließend Ausgabe der Teilnahmebescheinigungen und der Urkunden

Veranstaltungsende spätestens 14 Uhr