

Vorläufiges Programm des

13. Fortbildungskurses zum Präventivmediziner DAPM

vom 14.-23. September 2018 in Kiedrich im Rheingau

Themenübersicht

Freitag, 14.09.2018

Nachmittag: Arteriosklerose, Risikofaktoren, Fitness

Samstag, 15.09.2018

Vormittag: Laktat-Leistungsdiagnostik (Feldtest auf der LA-Anlage)

Nachmittag: Theorie der Leistungsdiagnostik, Evidenz-basierte Medizin, Medikamente in der Prävention

Sonntag, 16.09.2018

Vormittag: Screening auf Krebserkrankungen

Nachmittag: Workshop Trainingsplanung, Schlaf, Motivation

Montag, 17.09.2018

Vormittag: Subklinische Arteriosklerose, Ultraschall-Workshop

Nachmittag: Orthopädie; Tabakentwöhnung, Impfen

Dienstag, 18.09.2018

Vormittag: Betriebliches Gesundheitsmanagement, Arbeit 4.0

Nachmittag: zur freien Verfügung (s. Rahmenprogramm)

Mittwoch, 19.09.2018

Vormittag: Ernährung in der Prävention (1)

Nachmittag: Ernährung (2)

Donnerstag, 20.09.2018

Vormittag: Kardiologische Diagnostik, Vitamin D

Nachmittag: Krafttraining: Theorie und Praxis; Workshop Motivation

Freitag, 21.09.2018

Vormittag: Workshop Präventivmedizinische Beratung

Nachmittag: Demenz, Anti-Aging; Wein und Gesundheit

Samstag, 22.09.2018

Vormittag: Stress und Burnout: individuell und im Unternehmen

Nachmittag: Workshop: Burnout-Prävention, Workshop „WIE wollen wir alt werden?“; Abendveranstaltung

Sonntag, 23.09.2018

Vormittag: Keynote-Lecture; Diskussion der Veranstaltung

Abschlussprüfung

Hinweis:

Die Inhalte dieser Veranstaltung werden produkt- und dienstleistungsneutral gestaltet. Wir bestätigen, dass die wissenschaftliche Leitung und die Referenten potentielle Interessenkonflikte gegenüber den Teilnehmern offenlegen. Es besteht kein Sponsoring der Veranstaltung, die Gesamtaufwendungen der Veranstaltung belaufen sich auf ca. 50 000 €.

Referentenliste

Dr. med. Christian Albrecht

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie,
Bad Homburg

Dr. med. Hansjörg Becker

Facharzt für Psychiatrie und
Psychotherapie, INSITE Interventions
GmbH, Mitarbeiterberatung, Frankfurt

Dr. med. Ronald Doepner

Facharzt für Innere Medizin, Lungen-
und Bronchialheilkunde, Schlafmedizin,
Dortmund

Dr. med. Matthias Finell

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

Pfarrerin Birgit Hamrich

Theologin, Dekanin, Evangelische
Landeskirche Hessen-Nassau

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

Eric Koletzki

Facharzt für Innere Medizin, Ernährungs-
medizin, Certified Functional Trainer,
Prevention First, Frankfurt

Dr. med. Peter Kurz

Facharzt für Innere Medizin, Sportmedizin,
Prevention First, München

Heike Lemberger

Dipl. Oecotrophologin, Hamburg

Dr. Pero Micic,

Zukunftsmanager und CEO der
Future Management Group AG, Eltville

Markus von Marées

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

Prof. Dr. med. Tobias Raupach

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

Dr. Imke Reese

Oecotrophologin, München

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. Ralph Schomaker

Facharzt für Chirurgie / Unfallchirurgie,
Facharzt für Allgemeinmedizin, Zentrum
für Sportmedizin, Münster

Dr. med. Johannes Scholl

Internist, Ernährungs- und Sportmediziner
Prevention First, Rüdesheim

Nina Teicholz

Wissenschaftsjournalistin und Buchautorin
New York/USA

Dr. Utz-Niklas Walter, Institut für
betriebliche Gesundheitsberatung GmbH,
Uni Konstanz

Dr. med. Andreas Waltering

Stellv. Ressortleitung
Ressort Gesundheitsinformation,
IQWiG, Köln

Dr. Nicolai Worm

Ernährungswissenschaftler und
Buchautor, München

Freitag, 14.09.2018

- 11:30 – 13:00: Registrierung und Ausgabe der Seminarunterlagen
Bei Ankunft servieren wir für die Teilnehmer einen kleinen Lunch.
- 13:15 – 14:45: **Gesundheitsförderung und Prävention:**
Essentieller Bestandteil eines nachhaltigen Gesundheitswesens der Zukunft. Präventive Gesundheitspolitik. Einführung in das Konzept der DAPM und das Kursprogramm (Scholl)
- 14:45 – 15:30: **Arteriosklerose (1): Pathophysiologie und klassische Risikofaktoren** (Rauchen, Cholesterin, arterielle Hypertonie) (Albrecht)
- 15:30 – 16:00: **Pause**
- 16:00 – 16:45 : **Arteriosklerose (2): Was fehlt uns? Brauchen wir die „neuen“ Risikofaktoren?** u.a. CRP, Lp(a), Homocystein + Folsäure (Scholl)
- 16:45 – 17:30: **Risikostratifizierung in der Praxis:** Wie bestimme ich das Herz-Kreislauf-Risiko meines Patienten? Nach welchen Formeln bzw. Modellen, incl. Software-Demo (Scholl)
- 17:15 – 17:30: **Pause**
- 17:45 – 18:45: **Stellenwert von körperlicher Aktivität und Fitness** in der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Scholl)
- 18:45 – 19:30: Vorstellungsrunde der Teilnehmer/-innen

ACHTUNG: Am Samstagvormittag geht es auf der Sportanlage weiter! Sportplatz Kiedrich, Leichtathletik-Anlage

Samstag, 15.09.2018

ACHTUNG: Sportplatz Kiedrich, Leichtathletik-Anlage

Bitte kommen Sie in wettergerechter Laufbekleidung und bringen Sie Handtuch und Wechselkleidung mit; Duschen stehen zur Verfügung

- 08:00 – 08:45: **Vorbereitung des Feldtests:** Messprotokolle, Aufgabenverteilung, Belastungsschemata und Einteilung der Laufgruppen für den Test (Kurz)
- 08:45 – 12:00: **Praktische Laktat-Leistungsdiagnostik (Feldtest Laufen):** Stufentest auf der Laufbahn in 4-5 leistungsgleichen Gruppen, Live-Demo der Auswertung der Laktat-Tests (im Sportlerheim) (Kurz, Scholl u.a.)
- 12:00 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 15:30: **Theorie der Leistungsdiagnostik:** Belastungsschemata, Spiroergometrie und Laktatmessung, Trainingsbereiche inkl. Demo Spiroergometrie (Schomaker)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 17:15: **Evidenz-basierte Medizin**
Theorie EBM, Ebenen der Evidenz in Therapie, Diagnostik und Screening-Untersuchungen (Waltering)
- 17:15 – 17:30: **Pause**
- 17:30 – 18:15: **Medikamente in der Primär- und Sekundärprävention:** Wirksamkeit, NNT, Kosten-Nutzen-Relation (Albrecht)
- 18:15 – 19:00: **Präventionsleitlinien:** Was, warum und wie? Evidenzlage, Umsetzbarkeit und Konsequenzen (Scholl)

Sonntag, 16.09.2018

- 08:00 – 09:30: **Screening auf Krebserkrankungen:** Krebsstatistik in Deutschland, Primärprävention vs. Screening am Beispiel von Bronchial-CA und Mamma-CA (Scholl)
- 09:30 – 09:45: **Pause**
- 09:45 – 10:30: **Prävention des Kolorektalen Karzinoms:** Evidenz zu alten und neuen Stuhltests, Tumormarkern, Koloskopie und virtueller Koloskopie (Jaeger)
- 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 – 15:30: **Der Traum vom gesunden Schlaf** – Warum schlafen und träumen wir und welche Rolle spielt das für die Gesundheit und das Lernen? (Doepner)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 18:15: **Workshop Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung:**
- 15:45 – 16:30: Laktat-Leistungsdiagnostik (Kurz)
- 16:30 – 17:15: Trainingsplanung für Anfänger und Fortgeschrittene (Scholl)
Auswertung der Laktat-Tests, Gestaltung von Trainingsempfehlungen für Anfänger und ambitionierte Sportler; Besprechung der Resultate der eigenen Laktat-Leistungsdiagnostik vom Vortag (Kurz, Scholl)
- 17:30 – 18:15: Vorstellung einzelner Leistungstests der Teilnehmer, Auswertungskriterien und praktische Trainingsplanung
- 18:15 – 19:00: Raus aus der Kurzfristfalle – neue Denkansätze als Motivation zur Gesundheitsförderung und Prävention (Micic)

Montag, 17.09.2018

- 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 und Plaques** (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, 18.09.2018

- 08:00 – 09:30: **Betriebliches Gesundheitsmanagement (1):**
Das Fit im Leben – Fit im Job-Programm von Boehringer Ingelheim in der Quer- und Längsschnitt-Evaluation (Schneider)
- 9:30-9:45 Uhr Pause
- 09:45 – 11:15: **Betriebliches Gesundheitsmanagement (2):**
Beispiel AUDI AG: Was bedeutet Arbeit 4.0 für das BGM (Finell)
- 11:30 – 12:15: **Apps und Telehealth im Betrieb**
Wie verändert sich die Patientenbetreuung? (Walter)
- 12:30 – 13:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- ab 15:00 Uhr **Rahmenprogramm (bitte Anmeldung!)**
im ehemaligen Zisterzienserkloster Eberbach, Start ist an der Klosterpforte (Zugang aus dem Klostergarten)
pünktlich um 15:00 Uhr

Mittwoch, 19.09.2018

- 08:00 – 08:45: **Insulinresistenz als zentraler Risikofaktor für Typ 2 – Diabetes und kardiovaskuläre Erkrankungen:** von der Pathophysiologie zur wirksamen Prävention (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 NAFLD, Prä-Diabetes 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: **Fleisch und Salz:** Kontroversen in der Ernährungsmedizin (Scholl)
- 14:45 – 15:30: **Mode-Diäten im Vergleich:** Wie sind Vegan, Ornish, Zone, Dukan, Paleo und andere zu bewerten? (Worm)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 16:30: **Umsetzung eines Ernährungskonzepts im Unternehmen**
(Lemberger)
- 16:30 – 17:15: **Ernährungstherapie bei Unverträglichkeiten im Erwachsenenalter – zwischen Kreuzreaktionen und Modediäten** (Reese)
- 17:15 – 17:30: **Pause**

17:30 – 19:00: **Typ-2-Diabetes - Komplizierter als gedacht?** Erfahrungen aus einer diabetologischen Schwerpunktpraxis (Klepzig)

Donnerstag, 20.09.2018

08:00 – 09:30: **Rationale Diagnostik in der Kardiologie:** Wann wähle ich welches diagnostische Verfahren, Fallbeispiele (Albrecht)

09:30 – 09:45: **Pause**

09:45 – 10:30: **Vitamin D – das verkannte Sonnenhormon:** neueste Evidenz zu einem bedeutsamen Gesundheitsfaktor (Worm)

10:30 – 11:15 **Sonne und Hautkrebsrisiko:** Was bringt das Screening? Wieviel Sonne ist verträglich, ab wann wird es gefährlich? (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, funktionelles Krafttraining bei verschiedenen Zielgruppen und Zielsetzungen (u.a. Adipositas, Diabetes, durch Sitzen bedingte Beschwerden des Bewegungsapparates) (Koletzki)

15:30 – 15:45: **Pause (Umziehen für Sportteil)**

15:45 – 17:15: **Praxisteil Krafttraining** (mit Personal Trainern)

17:15 – 17:30: **Pause**

17:30 – 18:15: **Low-Carb-Ernährung im Spitzensport**
Was bringt es? In welchen Sportarten? Und für wen? (Scholl)

18:15 – 19:00: **Motivation zur Prävention** – Theorie und Praxisworkshop (Kurz)

Freitag, 21.09.2018

- 08:00 – 11:15: **Praxis-Workshop: Wie berate ich meine Patienten?**
- 08:00 – 08:30: Das Prevention First-Praxiskonzept (Scholl)
- 08:30 – 09:00: Einsatz der Schulungsmaterialien der DAPM (Scholl)
- 09:00 – 11:15 Gruppenarbeit mit Entwicklung von Beratungs- und Behandlungsstrategien anhand konkreter Fallbeispiele
- Dazwischen ca. 09:30 – 09:45 Pause
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 14:45: **Möglichkeiten der Demenzprävention:** neue Erkenntnisse zum Einfluss von Genetik und Lebensstil (Scholl)
- 14:45 – 15:30: **„Jungbrunnen Antioxidantien und Hormone?“**
Ein Blick hinter die Kulissen der „Anti-Aging-Scharlatanerie“ (Scholl)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 16:30: **Gesundheitliche Aspekte des moderaten Weingenusses**
Epidemiologische Daten, Pathophysiologie, Beeinflussung von Arteriosklerose und Diabetes (Scholl)
- 16:30 Spaziergang zum Weingut Robert Weil, auf dem Weg kurze Führung durch die gotische St. Valentinus-Kirche
- 17:30 – 18:30: Kellerführung auf Deutschlands Top-Weingut

Samstag, 22.09.2018

- 8:00 – 09:30: **Stressbelastungen und Burnout**
Das psychologische Stressmodell; Epidemiologie und Klinik des Burnout-Syndroms (Kurz)
- 09:30 – 09:45 Uhr **Pause**
- 09:45 – 11:15: **Ganzheitliche Systemprävention** - wie Unternehmen ihre Beschäftigten bei Stressbelastung erfolgreich unterstützen können (Becker)
- 11:30 – 12:30: Sportprogramm mit den Personal Trainern:
4 Gruppen (s. separates Programm)
- 12:30 – 14:00: **Mittagspause**
- 14:00 – 15:30: **Workshop: Früherkennung einer Burnout-Gefährdung**

Screening-Methoden zur Burnout-Prävention (Scholl)
Gruppenarbeit an Fallbeispielen (Kurz)
- 15:30 – 15:45: **Pause**
- 15:45 – 18:15: **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 (Pfarrerin Birgit Hamrich)
Theologin, Dekanin, Ev. Landeskirche Hessen-Nassau
- 18:30 **Bustransfer** ab Tagungsort zum Restaurant
- ab 19:00 Uhr **Empfang** und anschl. Gala-Dinner mit Weinverkostung
im Gourmet-Restaurant „**Zum Krug**“ in Hattenheim

Bustransfer zurück nach Kiedrich gegen 22:30 Uhr

Sonntag, 23.09.2018

09:00 – 10:30: **Keynote-Lecture: The History of Nutrition Recommendations**
(Teichholz)

10:30 – 10:45: **Pause**

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

11:30 – 12:30: **Abschluss-Prüfung (Multiple Choice)**

anschließend Ausgabe der Teilnahmebescheinigungen
und der Urkunden

Veranstaltungsende spätestens 13 Uhr