

# OBEZİT Merkezi İşlevsel Özellikleri

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Görevleri

- Hiç kimse tek başına zayıflayıp kilosunu koruyamaz.
- Kalıcı, kolay, sağlıklı zayıflama için;
  - **Bilinç** değişimi,
  - **Bilinçaltı** değişimi,
  - **Davranış** değişimi,
  - **Çevre** değişimi,
  - **Sosyal** değişim **yapmaktır.**

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Stratejik Yaklaşımları

- **Etken matrisi** kişinin sağlıklı yaşam çemberi dışına çıkma düzeylerini verir,
- Hedef bu etken çıkıntılarını matrisin içine itmektir.
- **Durum matrisi** kişinin sağlıklı yaşam çemberi dışına çıkma DURUMLARINI verir,
- Hedef bu etken çıkıntılarını matrisin içine itmektir.
- Etken ve durum matrisine göre çaba güçlendirilir,
- Etken ve durum matrisine göre çözümler sunulur,
- Etken, durum, çaba ve çözüme göre basamaklı hedefler gerçekleştirilir.

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Hedefleri

- Obezlerin kişisel etken ve durum tespiti % 100 yapmak
- Obezlerdeki çaba durumunu ve geliştirmesini % 100 yapmak
- Obezlerde kişiye özel çözüm etkinliğini % 100 yapmak
- Obezlerde basamaklı hedef tespiti ile %100 zararsız zayıflama hızını uygulamak
- Obezlerde kalıcı değişiklik ile verilen kiloları %100 korumak

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Modülleri

- Bu sebeple aşağıdaki yapılandırılmış sistem mimarisi kullanılmaktadır.
- Modül 1 - Programa Kayıt Ve Ön Tarama - (Bireysel Terapiler) **Tanışma-Matrisler**
- Modül 2 - Sağlık Taraması - (Bireysel Terapiler) **Sağlık Durumu tespiti**
- Modül 3 - Eğitimler - (Online veya Grup Eğitimler) **Bilinç Değişimi**
- Modül 4 – Ön Hazırlık ve Planlamalar - (Grup Terapi) **Bilinçaltı Değişimi**
- Modül 5 - Hedef Kiloya Ulaşma - (Grup Terapi) **Davranış Değişimi**
- Modül 6 - Hedef Kiloyu Koruma - (Grup Terapi) **Çevre Değişimi**
- Modül 7 – Sosyal Deneyimler - (Grup Terapi) **Sosyal Çevre Geliştirme**

# Obevit<sup>®</sup> Sisteminin Yöntemleri

- Merkez şeklinde çalışma yöntemleri,
- Bireysel görüşme ve grup terapi yöntemleri,
- Yoldaş hekimlik yöntemleri,
- Standart ve destek çözüm yöntemleri,
- Dirençli danışan tespiti ve özel çözüm geliştirme yöntemleri kullanılmaktadır.

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Araçları

- Obezit<sup>®</sup> Sistemi iki farklı uygulama yazılımına sahiptir.
- Obezit<sup>®</sup> Süreç Yazılımı
  - **Obezit Bulut Tabanlı Masaüstü Yazılımı**
- Obezit<sup>®</sup> Akıllı Yazılımı
  - **Obezit Bulut Tabanlı Masaüstü Yazılımı**
  - **Obezit Bulut Tabanlı Web Tabanlı Yazılımı**
  - **Obezit Bulut Tabanlı Tablet Yazılımı**
  - **Obezit Bulut Tabanlı Mobil Yazılımı**

# Obezit<sup>®</sup> Sisteminin Ölçekleri

- OBEZİT Merkezinde kişilerin önce bireysel bilgilendirme ve eğitimleri yapılır.
- Danışanlar, yaşam koçu, diyetisyen, psikolog ve fizyoterapist ile bireysel görüşmeler yapmaktadırlar.
- Bu görüşmelerde danışanlara 47 ayrı ölçek uygulanarak etken, durum ve çaba matrisleri çıkarılmaktadır.



# Obevit<sup>®</sup> Sisteminin Matrisleri

- Matrisler belirlendikten sonra, çok kapsamlı bir tıbbi tarama ile bilinen veya bilinmeyen her türlü hastalık, metabolizma, genetik ve bilişsel hastalıklarının tespiti yapılmaktadır.

# Obezit<sup>®</sup> Sistemine Doğrudan Katılma

- Danışanda, obeziteden başka sağlık sorunu tespit edilmez ise gruplara alınarak sisteme dahil edilmektedir.
- Danışanda, obeziteden başka sağlık sorunu tespit edilir ise, sağlık sorunun derecesine ve tedavi seçeneğine göre sisteme dahil edilme kararı verilmektedir.

# Obezit<sup>®</sup> Sistemine Şartlı Katılma

- Hafif ve ayaktan tedavi olacak sorunlarda sisteme dahil edilebilmekte ve bu tedavisi ile birlikte terapiler yürütülmektedir.
- Ağır veya tedaviyi beklemesi gereken durumlarda tedavi sonrası hekimlerin onay vermesi halinde sisteme dahil edilmektedir.
- Gerekli olan tedavilerin yaptırılması ile hastaların bundan sonra etkin bir yoldaş hekimi gibi birinci tıbbi danışma merkezi olunması, sonrasında bilinç ve bilinçaltı değişimi ile davranış değişimlerinin gerçekleştirilmesi planlanmaktadır.

# Obezit<sup>®</sup> Sistemine Katılamama

- Ciddi ve sistemden fayda görmeyecek hastalara sisteme dahil olma izni verilmemektedir.

# Obezit<sup>®</sup> Sistemi: Modüllerin Yapısı

Modüller	Süre (Ortalama)	Aktiviteler
Modül 1 - Programa Kayıt Ve Ön Tarama	1 Hafta	5 görüşme
Modül 2 - Sağlık Taraması	1 Hafta	2 görüşme, 5 uzman randevusu
Modül 3 - Eğitimler - Bilinç Değişimi	2-20 Hafta	2 hafta boyunca 10 grup toplantısı veya 20 hafta boyunca diğer modüllere dağıtılmış
Modül 4 - Planlamalar - Davranış Değişimi	8 Hafta	2 ay boyunca her hafta 3 grup toplantısı
Modül 5 - Hedef Kiloya Ulaşma	20 Hafta	5 ay boyunca 15 günde bir 3 grup toplantısı
Modül 6 - Hedef Kiloyu Koruma Ve Stabilleşme	16 Hafta	4 ay boyunca ayda bir grup toplantısı
Modül 7 – Sosyal Deneyimler	Süresiz	Her 3 ayda bir sosyal programlara katılma