

Freiwilliges Fortbildungszertifikat

Zwei Punkte bei sieben und mehr richtigen Antworten – Regelungen zum Online-Erwerb von Fortbildungspunkten im „Bayerischen Ärzteblatt“.

Der 72. Bayerische Ärztetag hat am 16. Oktober 2013 eine Fortbildungsordnung beschlossen, die seit 1. Januar 2014 in Kraft ist und für die entsprechenden Richtlinien hat der Vorstand der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) am 30. November 2013 „grünes Licht“ gegeben. So können auch künftig Punkte durch strukturierte interaktive Fortbildung (Kategorie D) erworben werden. Konkret erhalten Sie für das Durcharbeiten des Fachartikels „S3-Leitlinie: Prävention und Therapie der Adipositas“ von Professor Dr. Hans Hauner mit kompletter Beantwortung der nachfolgenden Lernerfolgskontrolle zwei Punkte bei sieben oder mehr richtigen Antworten. Nähere Informationen entnehmen Sie der Fortbildungsordnung bzw. den Richtlinien (www.blaek.de).

Ärztinnen und Ärzte in Bayern können auf Antrag das freiwillige Fortbildungszertifikat erhalten, wenn sie bei der BLÄK gemeldet sind und innerhalb von maximal drei Jahren mindestens 150 Fortbildungspunkte erwerben. Die erworbenen Punkte sind auch anrechenbar auf das Pflicht-Fortbildungszertifikat.

Fortbildungspunkte können in jeder Ausgabe des *Bayerischen Ärzteblattes* online erworben werden. Den aktuellen Fragebogen und weitere Informationen finden Sie unter www.blaek.de/online/fortbildung oder www.bayerisches-aerzteblatt.de/cme

Falls kein Internetanschluss vorhanden, schicken Sie den Fragebogen zusammen mit einem frankierten Rückumschlag an: Bayerische Landesärztekammer, Redaktion *Bayerisches Ärzteblatt*, Mühlbauerstraße 16, 81677 München.

Unleserliche Fragebögen können nicht berücksichtigt werden. Grundsätzlich ist nur eine Antwortmöglichkeit pro Frage anzukreuzen. Die richtigen Antworten erscheinen in der September-Ausgabe des *Bayerischen Ärzteblattes*.

Der aktuelle Punkte-Kontostand und die entsprechenden Punkte-Buchungen können jederzeit online abgefragt werden.

Einsendeschluss ist der 6. September 2016.



1. Wie ist Adipositas definiert?

- a) BMI ≥ 25 kg/m²
- b) BMI ≥ 30 kg/m²
- c) BMI ≥ 35 kg/m²
- d) BMI ≥ 30 bis 40 kg/m²
- e) Über einen erhöhten Taillenumfang

2. Wie hoch ist der Prozentsatz von Erwachsenen mit Adipositas in Deutschland?

- a) 10 Prozent
- b) 15 Prozent
- c) 19 Prozent
- d) 24 Prozent
- e) 35 Prozent

3. Was ist keine typische Komplikation der Adipositas?

- a) Lungenemphysem
- b) Typ-2-Diabetes
- c) Hypertonie
- d) Pankreaskarzinom
- e) Kniegelenksarthrose

4. Adipositas ist eine chronische Erkrankung, welches Argument dafür ist falsch?

- a) Es liegt eine genetische Grundlage vor.
- b) Es besteht ein erhöhtes Mortalitätsrisiko.
- c) Es besteht ein erhöhtes Morbiditätsrisiko.
- d) Es gibt starke Umwelt- und Lebensstileinflüsse.
- e) Alle Komplikationen sind nach Gewichtsabnahme reversibel.

5. Welche der folgenden Empfehlungen der Adipositasprävention ist am wenigsten sinnvoll?

- a) Bedarfsgerechte Energiezufuhr
- b) Regelmäßige körperliche Aktivität
- c) Weniger Lebensmittel mit hoher Nährstoffdichte
- d) Weniger Lebensmittel mit hoher Energiedichte
- e) Regelmäßiges Gewichtsmonitoring

6. Was ist eine sinnvolle Indikation zur Gewichtssenkung?

- a) BMI ≥ 30 kg/m² mit Komorbiditäten
- b) Unzufriedenheit mit dem eigenen Körpergewicht
- c) Übergewicht ohne Komorbiditäten
- d) Adipositas mit Depressionen
- e) Wunsch des Ehepartners

7. Was ist kein Ziel der Adipositas-therapie?

- a) Gewichtsverlust von > fünf Prozent des Ausgangsgewichts
- b) Verbesserung adipositasbedingter Risikofaktoren
- c) Kurzfristige Senkung des Körpergewichts
- d) Verhinderung von Arbeitsunfähigkeit
- e) Steigerung der Lebensqualität

8. Welche der folgenden Empfehlungen zur Ernährungstherapie der Adipositas ist nicht evidenzbasiert?

- a) Verringerung der Fettzufuhr
- b) Verringerung des Kohlenhydratverzehrs
- c) Reduktion von Fett- und Kohlenhydratverzehr
- d) Stärker pflanzlich betonte Kost
- e) Verzicht auf Kohlenhydrate am Abend

9. Welche Empfehlung zur Adipositas-therapie ist gesichert?

- a) Stehpult statt Schreibtisch
- b) Arbeitsweg mit dem Bus statt mit dem Auto zurücklegen
- c) Immer mit Formula-Diät beginnen
- d) Körperliche Aktivität von > 150 Min./Woche
- e) Ganz auf Kohlenhydrate verzichten

10. Welche Empfehlung zur langfristigen Gewichtsstabilisierung ist falsch?

- a) Hohe körperliche Aktivität
- b) Fettreduzierte Kost
- c) Einnahme eines gewichtssenkenden Medikaments
- d) Unterstützung durch das soziale Umfeld
- e) Regelmäßige Gewichtskontrolle

Freiwilliges Fortbildungszertifikat

Veranstaltungsnummer: 2760909006529670016

Grundsätzlich ist nur eine Antwortmöglichkeit pro Frage anzukreuzen.

Online finden Sie den aktuellen Fragebogen unter: www.bayerisches-aerzteblatt.de/cme

Ich versichere, alle Fragen ohne fremde Hilfe beantwortet zu haben.

Name

Berufsbezeichnung, Titel

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Fax

Ort, Datum

Unterschrift

Antwortfeld

- | | |
|---|--|
| 1. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e | 6. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e |
| 2. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e | 7. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e |
| 3. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e | 8. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e |
| 4. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e | 9. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e |
| 5. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e | 10. <input type="checkbox"/> a <input type="checkbox"/> b <input type="checkbox"/> c <input type="checkbox"/> d <input type="checkbox"/> e |

Auf das Fortbildungspunktekonto verbucht am:

Die Richtigkeit von mindestens sieben Antworten auf dem Bogen wird hiermit bescheinigt.

Bayerische Landesärztekammer, München

Datum

Unterschrift