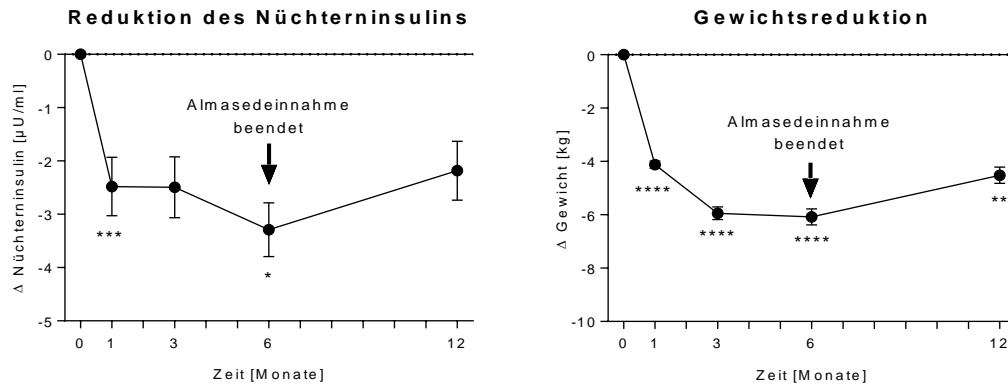


# Studienziel:

Wie kann die Gewichtsreduktion langfristig aufrechterhalten werden?



**Abb.1 Effekte von Almased auf Nüchterninsulin und Gewicht.** Gezeigt ist die Reduktion (A) des Nüchterninsulins sowie (B) des Gewichts bei den Teilnehmern der Almased-Gruppe der ACCORH-Studie (n=301).

# Studiendesign:

## Interventionsstudie mit drei parallelen Gruppen mit unterschiedlichen Almased-Regimen

- A** 3 Almased-Mahlzeiten à 50g pro Tag in Woche 1  
2 Almased-Mahlzeiten à 50g pro Tag in Woche 2-4  
1 Almased-Mahlzeit à 50g pro Tag in Woche 5-26
- B** 3 Almased-Mahlzeiten à 50g pro Tag in Woche 1  
2 Almased-Mahlzeiten à 50g pro Tag in Woche 2-4  
1 Almased-Mahlzeit à 50g pro Tag in Woche 5-52
- C** 1 Almased-Mahlzeit à 50g pro Tag in Woche 1-52

# Almased-Mahlzeiten

## Gruppe A

### Woche 1

3x Formuladiät



### Woche 2-4

2x Formuladiät + Mittagessen



### Woche 5-26

Frühstück + Mittagessen + Formuladiät



### Woche 27-52

3x kohlenhydratreduzierte Mahlzeiten



Almased für 26 Wochen

# Almased-Mahlzeiten

## Gruppe B

### Woche 1

3x Formuladiät



### Woche 2-4

2x Formuladiät + Mittagessen



### Woche 5-52

Frühstück + Mittagessen + Formuladiät



Almased für 52 Wochen

# Almased-Mahlzeiten

Gruppe C

## Woche 1-52

Frühstück + Mittagessen + Formuladiät



Almased für 52 Wochen

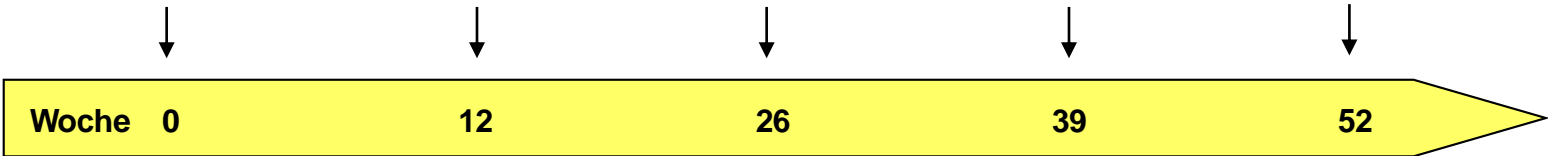
# Studienablauf

Sie übermitteln:

----- Gewicht in Datentabelle (1x pro Woche online) -----



----- oder kommen zur Untersuchung ins WDGZ -----



Sie bekommen:



+  
wöchentliche Schulungsvideos

