

Wat zijn de alternatieven?

Een operatie is natuurlijk niet de enige behandeling van overgewicht. Een definitieve verandering van levensstijl met gezonder eten en meer bewegen leidt bij veel mensen tot een positief resultaat. Daarbij is het doel niet alleen een beter leven te krijgen door af te vallen of te bewegen, maar ook door alle bijkomende problemen van het overgewicht zoals ziektes, klachten, sociaal isolement of psychische problemen op te sporen en waar mogelijk te behandelen. Ook kan uw huisarts u verwijzen voor begeleiding bij leefstijlverandering.

Bespreek het met uw huisarts

Kiezen voor een operatie bij overgewicht is afwegen van risico's. U dient zich dan ook uitgebreid te informeren. Uw huisarts is hierbij uw eerste aanspreekpunt en kan u vertellen wat een operatie voor uw overgewicht en levensstijl kan betekenen. De huisarts werkt hiervoor intensief samen met de diëtist, apotheek en praktijkverpleegkundige.

Nacontrole en voedingssupplementen de rest van uw leven noodzakelijk

Ook als u al een operatie voor overgewicht heeft ondergaan, is het belangrijk om uw huisarts daarvan op de hoogte te stellen en een afspraak te maken. Tijdens een gesprek wordt doorgesproken welke controles u heeft, of en welke supplementen u gebruikt en of er verteringsproblemen of andere klachten zijn. Als er problemen zijn, kan de huisarts u verwijzen naar een diëtist met kennis over dit onderwerp. Daarnaast kan de apotheker u adviseren in het gebruik van supplementen die specifiek ontwikkeld zijn voor patiënten die een maagverkleining hebben ondergaan. Ook weet de apotheker bijvoorbeeld welke medicatie u wel en niet mag gebruiken. Het is belangrijk dat u aan de apotheek doorgeeft dat u een maagverkleining heeft ondergaan.

Nacontroles en voedingssupplementen blijven de rest van uw leven belangrijk, ook wanneer u zich goed voelt!

Hoe beter u bent voorbereid en hoe meer inzicht in uzelf, hoe groter de kans dat u een blijvende gedragsverandering doormaakt en een gezond gewicht behoudt na de ingreep. Dan bereikt u het doel waar het allemaal om gaat: gelukkiger worden en gezonder zijn.

Denkt u over een operatie voor ernstig overgewicht of heeft u deze ondergaan?

Lees dan deze folder

De verwachtingen en risico's van een maagverkleining

Deze folder is bedoeld voor mensen met ernstig overgewicht. U vraagt zich misschien af of u in aanmerking komt voor een operatie voor uw overgewicht, in medische termen bariatrische chirurgie genoemd.

Of u heeft de operatie ondergaan en heeft vragen over uw leven daarna. In beide gevallen is het belangrijk om zo goed mogelijk geïnformeerd te zijn. In deze folder leest u kort meer over de reële verwachtingen, kansen en risico's die horen bij deze ingreep. Niet alle informatie staat beschreven. U kunt deze folder en de vragen die u erover heeft bespreken met uw huisarts of uw behandelend chirurg. Zij kunnen met u bedenken en adviseren wat een operatie voor uw situatie betekent en welke alternatieve behandelingen mogelijk zijn.

Wanneer heb ik overgewicht?

Het normale gewicht van een persoon hangt af van de lichaamslengte en de leeftijd. De 'Body Mass Index', afgekort als BMI, is een maat die iets zegt over overgewicht. De BMI is de uitkomst van een rekensom, namelijk uw lichaamsgewicht (in kilogram) gedeeld door het kwadraat van uw lichaamslengte (in meter).

Vanaf 18 jaar wordt een BMI tussen 18,5 en 25 als normaal beschouwd. Men spreekt van echt overgewicht als de BMI hoger is dan 30. Vanaf een BMI van 40 is het overgewicht een ziekte. Het heet dan ernstig overgewicht of morbide obesitas. Bij vrouwen is dit meestal vanaf 100 kg, bij mannen meestal vanaf 120 kg.

De medische term voor overgewicht is 'obesitas'; voor ernstig overgewicht 'morbide obesitas'; voor operaties voor overgewicht 'bariatrische chirurgie'

Wat zijn de risico's van morbide obesitas?

Een persoon met morbide obesitas heeft kans minder oud te worden dan een gezond iemand. Bovendien komen bepaalde ziektes bij personen met morbide obesitas vaker voor, zoals suikerziekte, hartinfarct, beroerte en kanker. Morbide obesitas is dus met andere woorden een echt probleem voor uw gezondheid.

Wanneer kom ik in aanmerking voor een operatie voor mijn overgewicht?

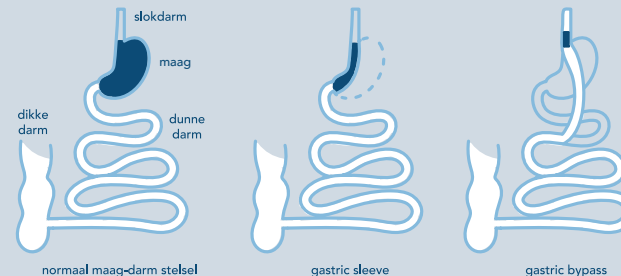
Overgewicht ontstaat niet 'zomaar', het wordt voor een belangrijk deel bepaald door uw eigen gedrag. Vaak heeft het overgewicht te maken met gewoontegedrag. Maar het komt ook voor dat emotionele of psychische problemen de oorzaak zijn van uw eetgedrag.

U kunt in aanmerking komen voor een operatie voor overgewicht als u aan de volgende voorwaarden voldoet:

1. U bent tussen 18 en 65 jaar.
2. Uw BMI is 40 of hoger. U kunt ook bij een BMI vanaf 35 in aanmerking komen, als uw overgewicht al andere ziektes heeft veroorzaakt, zoals suikerziekte, hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk, hoog cholesterol, ademhalingsstoornissen tijdens de slaap (OSAS), of gewrichtsaandoeningen.
3. U heeft al serieuze pogingen gedaan om met dieet en beweging van uw overgewicht af te komen voordat u de operatie overweegt. De operatie is immers niet de enige behandeling van overgewicht, maar wel de enige waar een risico aan vast zit. Artsen beschouwen de operatie daarom als laatste optie.

Weloverwogen beslissing, geen verkeerde verwachtingen

Bij een maagverkleining wordt naast een deel van de maag meestal een deel van de twaalfvingerige darm verwijderd. Het zorgt ervoor dat u minder zult eten en daardoor minder calorieën binnenkrijgt. Dat is de bedoeling natuurlijk maar de twaalfvingerige darm speelt een belangrijke rol in de opname van voedingsstoffen uit de voeding. Hierdoor zien we na een maagverkleining nogal eens tekorten ontstaan aan bouwstoffen, vitaminen en mineralen en kunnen verteringsproblemen ontstaan. Dit kan leiden tot serieuze lichamelijke klachten. Om die reden moeten mensen die een maagverkleining hebben ondergaan levenslang speciale supplementen slikken om deze tekorten te voorkomen. Deze supplementen worden overigens niet vergoed door de zorgverzekeraar. Daarnaast kunnen voedingsadviezen en/of medicijnen nodig zijn om verteringsproblemen te verminderen of voorkomen. De controles, bloedonderzoek en de voedingsadviezen zijn levenslang noodzakelijk.



De operatie is onomkeerbaar dus u moet de beslissing weloverwogen nemen. U dient zich te realiseren dat de operatie niet de oplossing is voor het overgewicht, het is slechts een middel om het mee aan te pakken. Het resultaat hangt sterk af van hoe verstandig u met de operatie omgaat; het werkt niet vanzelf. U kunt bijvoorbeeld terugvallen in oud (eet)gedrag en weer aankomen. Het belangrijkste is om uw leefstijl blijvend te veranderen, zowel vóór als na de operatie.