

## Screening naar een gezond gewicht in 8 stappen

U wilt een gezonder lichaam, met een gezonder gewicht. U bent zeer gemotiveerd én op zoek naar passende hulp om dit te bereiken. Bij ZGT obesitascentrum bent u hiervoor aan het juiste adres. U hoeft het niet alleen te doen. Zorgprofessionals van ZGT staan voor u klaar om u te begeleiden. Op weg naar een gezondere leefstijl! Dat gebeurt aan de hand van 8 stappen. Per stap leest u hieronder een korte toelichting.

### Stap 1 – obesitaspolikliniek

Via de huisarts of een behandelend specialist bent u doorverwezen naar het obesitascentrum. De eerste intake vindt plaats op de obesitaspolikliniek door de internist of verpleegkundig specialist. De intake bestaat uit een anamnese. Ook onderzoeken we uw bloed om te kijken of u hormonale problemen heeft. Indien nodig worden er aanvullende onderzoeken verricht. Wanneer u in aanmerking komt voor een operatie wordt u ingepland voor een screening.

### Stap 2 – screening

Met de screening wordt duidelijk welke aanpak voor u het meest geschikt is. U heeft 1 keer een afspraak met een medisch psycholoog en voorafgaand aan dit gesprek ontvangt u een vragenlijst. Deze vragenlijst wordt voor uw afspraak gemaild. Nadat u deze digitaal heeft ingevuld, mailt u de lijst weer terug. Ook gaat u in gesprek met de diëtist. De bevindingen van de diëtist en de psycholoog worden besproken in het multidisciplinair teamoverleg waarbij ook de internist, chirurg, verpleegkundig specialist en obesitasverpleegkundige aanwezig zijn. Zij komen samen tot een advies voor de voor u meest geschikte behandeling.

### Stap 3 – telefonisch gesprek obesitasverpleegkundige

Bij een negatief advies krijgt u een (telefonisch) advies van de obesitasverpleegkundige.

De obesitasverpleegkundige bespreekt het behandeladvies met u. Dit behandeladvies is toegespitst op uw situatie. Mogelijke behandelingen zijn: een behandeling elders of een verwijzing voor een leefstijlprogramma in de eerste lijn.

Mocht u na dit gesprek alsnog een gesprek willen met de internist, dan is dat mogelijk.

### Stap 4 – op weg naar een operatie: voorlichtingsbijeenkomst

Bij een positief advies, wordt u uitgenodigd voor de preoperatieve voorlichting. In deze groepsbijeenkomst krijgt u, samen met andere patiënten, informatie over de operatieve mogelijkheden én het begeleidingsprogramma in ZGT.

### Stap 5 – persoonlijk gesprek chirurg en obesitasverpleegkundige

Na de voorlichtingsbijeenkomst heeft u een gesprek met de chirurg. In samenspraak met de chirurg bepaalt u welke operatie voor u het meest geschikt is. Nadat u bij de chirurg bent geweest, komt u bij de obesitasverpleegkundige voor de laatste informatie omtrent de voorbereiding voor de operatie.

### Stap 6 – voor de operatie: voorbereiding en begeleiding

Ter voorbereiding op de operatie hebt u een afspraak met de anesthesist. De anesthesist moet zijn akkoord geven voor de operatie wil deze kunnen plaatsvinden. Tevens neemt u deel aan 1 (verplichte) groepsbijeenkomst. Tijdens deze bijeenkomst

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

wordt u door een diëtist en fysiotherapeut begeleid en voorbereid op de operatie.

### **Stap 7 – operatie**

Ons streven is dat u 4 á 6 weken na de groepsbijeenkomsten geopereerd wordt.

### **Stap 8 – postoperatieve begeleiding**

Ongeveer drie weken na de operatie worden er weer groepsbijeenkomsten georganiseerd; deze vijf (verplichte) bijeenkomsten verdeeld over een periode van circa driekwart jaar. Naast de vijf (verplichte) bijeenkomsten, zijn er nog vervolgbijeenkomsten. Hiervoor kunt u zich t.z.t. inschrijven. De begeleiding door de zorgprofessionals is vooral gericht op het aanleren van een ander eetpatroon. Daarbij krijgt u inzicht in uw eetgedrag en wat nodig is om daarin te veranderen voor een blijvende gewichtsvermindering. Ook krijgt u handvatten aangereikt hoe om te gaan met stressvolle situaties en wordt u begeleid in het veranderen van uw beweegpatroon. Kortom: uw hele leefstijl wordt aangepakt.

Het multidisciplinaire begeleidingsprogramma van het ZGT obesitascentrum duurt in totaal ongeveer een jaar.

### **Vragen**

Hebt u vragen naar aanleiding van deze folder, dan kunt u daarmee terecht bij de obesitas-verpleegkundige, telefoon 088 708 49 25; e-mail: [obesitas@zgt.nl](mailto:obesitas@zgt.nl) of kijk op de website [zgt.nl/obesitas](http://zgt.nl/obesitas)

*Een operatie is slechts een hulpmiddel.  
De weg naar een optimaal, blijvend resultaat  
vraagt van u een flinke dosis motivatie.  
ZGT is er om u gedurende een langere  
periode intensief te begeleiden naar een  
gezondere leefstijl.*

### **Check uw dossier op MijnZGT**

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt).