

Op naar een gezonder gewicht

U hebt een ernstige mate van overgewicht, ook wel obesitas genoemd. Hier wilt u graag vanaf vanwege uw gezondheid en/of omdat u weer de activiteiten wilt doen die u voorheen graag deed. U wilt een gezonder lichaam, met een gezonder gewicht. U bent zeer gemotiveerd én op zoek naar passende ondersteuning om dit te bereiken. Het ZGT obesitascentrum staat klaar om u te helpen. Met behulp van een operatieve ingreep.

Risico's obesitas

Obesitas is een chronische ziekte met ernstige risico's voor uw gezondheid. Zo hebt u een grote kans op suikerziekte, hart- en vaatziekten, verhoogde bloeddruk, slaapapneu, verminderde vruchtbaarheid en/of gewrichtsklachten. Dit is voor uw huisarts en uzelf een belangrijke reden om u door te verwijzen naar het ZGT obesitascentrum.

Een verwijzing van de huisarts en dan?

Uw huisarts of specialist heeft u doorverwezen naar onze obesitaspolikliniek. Hier volgt eerst een intakegesprek met de internist of verpleegkundig specialist. Tijdens dit eerste bezoek brengen we uw gewichtsprobleem nauwkeurig in kaart. Ook onderzoeken we uw bloed om te kijken of u hormonale problemen heeft. En of uw overgewicht medische gevolgen heeft gehad voor uw gezondheid. We nemen met u uw medische geschiedenis door en we bespreken uw medicatiegebruik. Na dit eerste bezoek wordt samen met u bepaald of u het screeningstraject, uitgevoerd door de diëtist en de psycholoog, voor een operatieve ingreep gaat doorlopen. Ook kan het zijn dat u een advies krijgt voor een behandeling elders.

Tijdens het screeningstraject brengen de diëtist en de psycholoog uw (eet)gewoontes in beeld.

Wanneer komt u in aanmerking voor een operatie?

Een operatie die bedoeld is om gewicht te verminderen, noemen we een bariatrische operatie. Een bariatrische operatie is ingrijpend en niet zonder risico. Daarom komt niet iedereen in aanmerking voor deze operatie. Om een bariatrische operatie te kunnen ondergaan moet u in ieder geval aan de volgende voorwaarden voldoen:

- U bent tussen de 18 en 65 jaar oud;
- U heeft langer dan vijf jaar obesitas;
- Uw BMI is minimaal 40 of;
- Uw BMI ligt tussen 35 en 40 én u heeft medische klachten als gevolg van uw overgewicht (bijvoorbeeld suikerziekte, hart- en vaatziekten of gewrichtsproblemen);
- U heeft meerdere serieuze pogingen gedaan om af te vallen, maar zonder succes;
- U bent bereid:
 - u uitgebreid te laten onderzoeken door een internist en een medisch psycholoog;
 - uw eet- en beweegpatroon te veranderen onder begeleiding van een diëtist en fysiotherapeut;
 - levenslang onder medische controle te staan;
 - deel te nemen aan het begeleidingstraject na de operatie.

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

Operaties om uw gewicht te verminderen

Bij ZGT kunt u terecht voor drie verschillende operaties om gewicht te verminderen: de gastric bypass operatie, de mini gastric bypass operatie en de gastric sleeve operatie.

Gastric bypass

Bij de gastric bypass operatie deelt de chirurg de maag in tweeën. In een klein en een groot deel. Het bovenste, kleinste deel van de maag, wordt direct verbonden met de dunne darm. De rest van de maag en het aansluitende eerste deel van de dunne darm (de 12-vingerige darm) worden een stuk verderop pas weer met de dunne darm verbonden. Het voedsel dat u eet, wordt op deze manier omgeleid. Langs de maag en de 12-vingerige darm. We noemen dit een bypass. Door deze omleiding verteert u uw voedsel pas later. Dit beperkt de opname van voedingsstoffen en calorieën.

De kleinere maag zorgt er bovendien voor dat u minder kunt eten.

Hierdoor heeft de operatie een dubbele werking. Bovendien worden ook bij de bypass operatie belangrijke veranderingen gezien in de eetlust regulerende hormonen. De operatie is blijvend. Het verkleinen van de maag en de bypass is niet meer terug te draaien.



Mini bypass operatie (omega loop)

Deze variant van de gastric bypass kenmerkt zich door een andere maag-darm verbinding, die wordt aangesloten op een lange, nauwe sleeve-pouch.

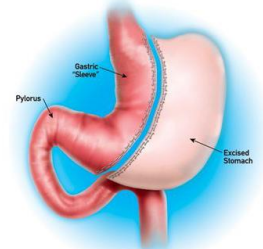
Bij het eten ontstaat snel een verzadigd gevoel, dat lang aanhoudt. Dat heeft te maken met hormonale effecten van de operatie: het gevolg is verminderde eetlust, soms een opgeblazen gevoel en minder zin in calorierijke voeding.

De omleiding zorgt ervoor dat het voedsel een deel van de dunne darm overslaat. Hierdoor heeft het lichaam minder mogelijkheid om voedingsstoffen op te nemen. Het effect is onder andere een verminderde opnamecapaciteit van vetten en andere voedingsstoffen.

Voordeel van de ingreep ten opzichte van de klassieke gastric bypass: de ingreep is korter en gemakkelijk te reviseren. Relatief nadeel is dat zeer lange termijn resultaten (>10 jaar) nog niet bekend zijn.

Gastric sleeve operatie

Bij een gastric sleeve operatie wordt een deel van de maag verwijderd, zo'n 70-80%. Er blijft een smalle maag over met de vorm en omvang van een banaan. Hierdoor kunt u minder eten en heeft u sneller een vol gevoel. Het weghalen van een groot deel van de maag zorgt er ook voor dat eetlust regulerende hormonen anders worden aangemaakt; de zin in eten neemt daardoor meestal af. Deze operatie is blijvend. Het verkleinen van de maag is niet meer terug te draaien.



Alle drie operaties vinden plaats via een kijkoperatie en onder algehele narcose. De chirurg brengt via een aantal kleine sneetjes in uw huid een kijkbuis (laparoscoop) en instrumenten in uw buik. Voor de maagband operatie, de gastric sleeve operatie en de gastric bypass operatie verblijft u één nacht in het ziekenhuis.

Keuze voor een operatie

Het effect van de genoemde operaties is verschillend. Samen met de chirurg beslist u welke behandeling voor u het meest geschikt is. Deze keuze is onder andere afhankelijk van de hoogte van uw BMI, de medische klachten die u heeft, uw leeftijd en uw eigen

wensen. Zowel u als uw arts moeten de risico's van de operatie zorgvuldig afwegen tegen de risico's van uw overgewicht.

Een operatie en dan?

Kiest u voor een operatie? Dan staan de zorgprofessionals van ZGT voor u klaar om u te begeleiden.

Voor de operatie

Voor de operatie neemt u deel aan een informatiebijeenkomst en 1 groepsbijeenkomst. Tijdens deze bijeenkomsten wordt u door een multidisciplinair team begeleid en voorbereid op de operatie en op uw leven na de operatie. Dit team bestaat uit een psycholoog, diëtist, obesitasverpleegkundige en fysiotherapeut.

Na de operatie

Een operatie is het startpunt om uw overgewicht te verminderen, u eet minder en valt daardoor af. Maar het is een hulpmiddel. Een gezonder eet- en beweegpatroon is de basis van een optimaal en een blijvend resultaat. Na de operatie neemt u ongeveer driekwart jaar deel aan het multidisciplinaire begeleidingstraject. Dit traject bestaat met name uit groepsbijeenkomsten. Tijdens deze bijeenkomsten begeleiden we u in het aanleren van een ander eetpatroon. Daarbij krijgt u inzicht in uw eetgedrag en welke veranderingen daarin nodig zijn voor een blijvende gewichtsvermindering. Ook krijgt u handvatten aangeboden hoe om te gaan met stress en moeilijke situaties. Daarnaast biedt het ZGT Obesitascentrum een traject aan met vervolgbijeenkomsten. Deze bijeenkomst zijn ter ondersteuning t.a.v. gewichtsverlies en gezonder leefstijl.

Kortom: uw hele leefstijl staat centraal. Het is aan u om een gezonde leefstijl in de praktijk te brengen!

Obesitasverpleegkundige

Tijdens het gehele proces begeleidt de obesitasverpleegkundige u. Zij coördineert uw

intake, behandeling en follow-up en is uw aanspreekpersoon in geval van vragen.

Hoeveel kunt u afvallen?

Hoeveel gewicht u zult verliezen is verschillend per persoon en ook moeilijk te voorspellen. Verschillende factoren zijn hierop van invloed, zoals:

- uw begingewicht;
- uw eetpatroon en hoeveel u eet;
- uw energieverbruik en hoeveel u beweegt.

In het algemeen is het redelijk om ervan uit te gaan dat de helft tot driekwart van uw overgewicht zal verdwijnen. De snelheid waarmee dat gebeurt is per persoon heel verschillend.

Resultaten

Na de behandeling heeft u inzicht in uw eetgedrag, kennis over gezonde voeding. U weet hoe u haalbare doelen stelt voor uzelf én hoe u eten de baas blijft in moeilijke momenten.

Meer weten of een afspraak maken?

Indien u meer wilt weten of een afspraak wilt maken: neem contact op met het secretariaat via het telefoonnummer 088 708 49 25. Het ZGT Obesitascentrum bevindt zich aan de achterzijde van onze ziekenhuislocatie in Hengelo. Of ga voor meer informatie naar onze website: zgt.nl.

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.