



## RKZ Obesitascentrum: Maagverkleinende operaties

### Waarom dit boekje?

Hartelijk dank voor uw interesse in het RKZ Obesitascentrum, onderdeel van het Rode Kruis Ziekenhuis in Beverwijk.

Een Maagverkleinende operatie en een ziekenhuisopname roepen ongetwijfeld veel vragen op. Om uw behandeling bij het RKZ Obesitascentrum zo goed mogelijk te laten verlopen, geven wij u deze informatiefolder over het gehele zorgtraject bij het RKZ Obesitascentrum.

De informatie in deze brochure vervangt in geen enkel geval de opinie en het advies van een bevoegde chirurg.

Uw beste informatiebron is onze ervaren bariatrische chirurg en zijn team. Breng dit boekje dan ook gerust mee naar de consultatie.

Het RKZ Obesitascentrum

## **Obesitas: wat is het?**

Obesitas is een ziekte die duidt op ernstig en langdurig overgewicht. Obesitas wordt gebaseerd op de BMI (*Body Mass Index* van 30 of hoger). BMI is een index voor het gewicht in verhouding tot lichaamsgewicht.

Vaak gaat obesitas gepaard met verschillende klachten die de kwaliteit van leven verlagen en soms zelfs de verwachte levensduur verkorten.

Voorbeelden van veel voorkomende klachten zijn:

- Type 2 Diabetes (suikerziekte)
- Te hoog cholesterolgehalte ('vet'-gehalte)
- Slaap apneu (slecht/ondiep slapen, snurken en overdag moe en slaperig)
- Artrose / gewichtsslijtage (bijvoorbeeld knieklachten)
- Stress incontinentie (urine verlies)
- Depressie

We spreken van obesitas met co morbiditeit indien er sprake is van één of meerdere klachten ten gevolge van langdurige overgewicht.

## **Waarom opereren?**

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat een Maagverkleinende operatie de beste behandeling is van (morbide) obesitas op de lange termijn. Zeer veel klachten en symptomen zullen verbeteren en soms zelfs verdwijnen na een Maagverkleinende ingreep. **Deze resultaten zijn echter alleen te behalen met de motivatie voor een toegewijde leefstijl verandering en doorzettingsvermogen.**

## **Wanneer kom ik in aanmerking?**

Nadat u een uitgebreide multidisciplinaire screening heeft gehad bij de Nederlandse Obesitas Kliniek krijgt u een advies wat gebaseerd is op de internationaal vastgestelde criteria van de IFSO (International Federation for the Surgery of Obesity).

### **U komt wel in aanmerking bij:**

- Leeftijd tussen 18 en de 65 jaar
- BMI hoger dan 40
- BMI hoger dan 35 is met co-morbiditeit zoals suikerziekte, hart-long problematiek, gewrichtsklachten, slaap-apneusyndroom
- Meerdere gedocumenteerde afval pogingen onder begeleiding van een diëtist

### **U komt niet in aanmerking bij:**

- Persoonlijkheidsstoornissen
- Alcohol of drugsmisbruik
- Minder dan 5 jaar obesitas
- Hormonale of metabole oorzaken van obesitas
- Geen bereidheid tot analyse of levenslange nacontrole / begeleiding

Wanneer u voldoet aan de internationale IFSO-eisen kunt u zich **direct aanmelden bij** de Nederlandse Obesitas Kliniek. Zorg er wel voor dat u een verwijzing heeft van uw huisarts of behandelend medisch specialist.

## **Onze behandeling**

Het RKZ Obesitascentrum heeft een jarenlange ervaring opgebouwd bij de operatieve behandeling van obesitas. Centraal hierbij staat een Maagverkleinende operatie in combinatie met veranderingen van uw levensstijl.

Als gevolg van de operatie en een gezond leefpatroon zal het gewicht dalen, medische klachten en risico's verminderen en mogelijk zelfs verdwijnen. De kwaliteit van uw leven zal sterk verbeteren.

Het Rode Kruis Ziekenhuis werkt samen met de Nederlandse Obesitas Kliniek (NOK). De NOK is gespecialiseerd in een begeleidend traject rondom de operatie.

U wordt behandeld door een team van deskundigen uit verschillende vakgebieden. Zo zult u te maken krijgen met een gespecialiseerde chirurg, obesitasverpleegkundige en psycholoog. De deskundigen hebben regelmatig overleg over uw situatie en passen hier de behandeling op aan. Zo bent u altijd verzekerd van de best mogelijke zorg.

### **Het behandelprogramma bestaat uit**

- Informatiebijeenkomst
- Screening
- Voortraject
- Operatie
- Na traject

Nieuwsgierig naar mensen die u voorgingen? Kijk dan even naar onze [patiëntenervaringen](#)

### **De verschillende ingrepen**

De chirurgen voeren de volgende ingrepen uit:

- de **Gastric Bypass**
- de **Gastric Sleeve**
- de **Redo operatie**

Alle operaties worden in principe uitgevoerd volgens een **kijkoperatie** (laparoscopisch). Op deze manier heeft u als patiënt minder pijn, kleinere littekens en een sneller herstel.

Welke operatie wordt gedaan en op welke manier wordt uitgebreid met u besproken door de chirurg tijdens het poliklinische bezoek in het Rode Kruis Ziekenhuis.

Zoals bij elke operatie zitten er ook aan een Maagverkleinende ingreep risico's. De kans op serieuze complicaties is klein. Bij een serieuze complicatie kan een heroperatie nodig zijn.

Voorbeelden van meer serieuze complicaties zijn:

- Naadlekkage (Lekkage van een aanhechting)
- Bloeding
- Miltletsel
- Longproblemen
- Hartproblemen
- Trombose (Stolsel in de bloedvaten of de longen)

## De Gastric Bypass

De Gastric Bypass houdt in dat de maag tot ongeveer een kiwi grootte wordt verkleind. Vervolgens wordt de dunne darm vastgemaakt aan de nieuwe maag (route voedsel). Tot slot wordt de route van de verteringssappen aangesloten op de dunne darm zodat de voedingsstoffen nog wel worden opgenomen, maar pas in een later stadium.

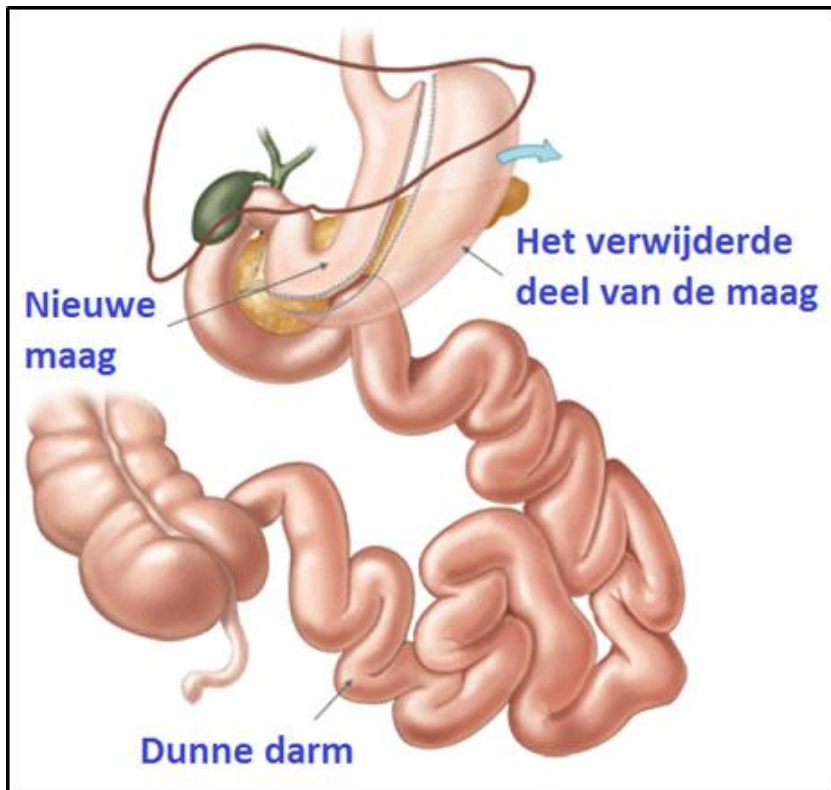
Door de nieuwe, kleine maag, heeft u eerder een 'vol' gevoel. De zin naar eten neemt sneller af en u zal minder kunnen en gaan eten. Daarnaast komen de verteringssappen pas later bij het voedsel waardoor er minder voedingsstoffen worden opgenomen.



## De Gastric Sleeve

Bij de Gastric Sleeve wordt de maag ook verkleind, maar niet zo klein als bij de Gastric Bypass. De maag wordt een soort van 'koker' in plaats van de normale vorm van een 'opvangzak'. De dunne darm blijft gewoon verbonden met de maag. De verteringssappen volgen geen andere route en komen direct bij het voedsel nadat het de verkleinde maag heeft verlaten.

De voedingsstoffen worden echter nog steeds gewoon opgenomen omdat de verteringssappenroute ongewijzigd is.



De meest voorkomende *redo* operatie is het verwijderen van een maagband (vaak door klachten) en daarna direct verrichten van een Gastric Bypass.



## **De operatie**

Op de dag van de operatie wordt u eerst kort opgenomen op de afdeling A5 Chirurgie. Op deze dag dient u nuchter te zijn voor de operatie.

Op de operatiekamer (OK) wordt u in volledige (algehele) narcose gebracht door de anesthesioloog.

## **Tijdsduur van de operatie**

De anesthesie tijd (in slaap brengen voor de operatie én weer wakker na de operatie) bedraagt gemiddeld een half uur. Daarnaast duurt een gemiddelde Maagverkleinende ingreep tussen de 40 en 50 minuten.

## **Opname na de operatie**

Na de operatie komt u tijdelijk in de uitslaap-ruimte om langzaam te ontwaken uit uw narcose. Vervolgens wordt u weer naar de afdeling A5 Chirurgie gebracht.

Soms moet het lichaam wennen aan de maagverkleining. Dit kan gepaard gaan met klachten zoals (buik)pijn, misselijkheid, en braken. Vaak trekken deze klachten na verloop van tijd vanzelf weg en als het nodig is, krijgt u extra (pijn)medicijnen.

Gedurende uw verblijf zult u vrijwel direct na de operatie in beweging moeten komen en in het begin alleen dik vloeibaar voedsel tot u nemen. Wanneer dit goed gaat, kunt u volgens een vaststaand schema uitbreiden.

## **Verblijfsduur & ontslag**

Om uw herstel te bespoedigen kunt u zelf ook veel doen. Het is verstandig om zo kort mogelijk in bed te blijven liggen. Het bewegen kan al gebeuren door te zitten en kort te lopen. In beweging komen zorgt namelijk voor een sneller herstel.

Gemiddeld liggen obesitaspatiënten slechts één dag in het RKZ. Dat wil zeggen: op dag één wordt u opgenomen en geopereerd. Op dag twee kunt u in de ochtend opgehaald worden en naar huis gaan.

Op de dag van ontslag krijgt u nog wel enkele leef- en eetregels die u nauwkeurig dient te volgen. Uw maag en darmen zijn door de operatie nog erg gevoelig en kunnen gemakkelijk van slag raken. Daarnaast is het belangrijk dat u de anti-trombose injecties de eerste tien dagen na de operatie trouw toedient, ook als u al thuis bent. Op de afdeling wordt u voorgedaan hoe dat moet.

U wordt tussen dag 3/ 5 ná de operatie gebeld door de obesitas verpleegkundige om te bespreken hoe het met u gaat.

Verder krijgt u nog een poliklinische afspraak met de Obesitasverpleegkundige van het RKZ na ongeveer twee weken na uw ontslag naar huis. Dit is een reguliere controle-afspraak. Ook kunt u verdere klachten, opmerkingen en vragen te stellen.

## **Verder leven: en nu?**

- Regelmaat en ritme in de eetmomenten
- Voldoende basisvoeding
- Zo min mogelijk suikerrijke tussendoortjes en/of vloeibare calorieën (bewuste keuzes)
- 6-8x per dag een kleine portie eten
- Kleine happen en slokken nemen
- Goed kauwen
- Goed de tijd nemen om te eten, dus ook goed inplannen tijdens werkdagen
- Een half uur tussen eten en drinken aanhouden

Regelmatig bewegen (min. 30 minuten per dag)

Regelmatig sporten: afhankelijk van uw gezondheid kunt u de intensiteit verlagen of verhogen.

Wees alert op indicaties die op 'terugval' kunnen duiden. Bespreek deze met bijvoorbeeld de NOK psychologen en maak bijvoorbeeld een plan voor 'terugvalpreventie'.

## **Lichamelijke klachten kort na de operatie**

Na de operatie kunnen sommige patiënten last hebben van pijn in de linkerzij of ontkleuring van de ontlasting. Deze klachten trekken over het algemeen vanzelf weer weg en is een teken van gewenning van uw lichaam. Soms kan er ook verstopping optreden en loopt uw stoelgang niet goed door. Aanpassingen in de voeding en eventuele medicatie kunnen de klachten verhelpen.

Verder kunnen patiënten die een Gastric Sleeve hebben gehad, in het begin soms moeilijke passage van voedsel door de aangepaste maag hebben. Hierdoor kan het lastig worden om het voedingsschema te blijven volgen.

## **Verwachtingspatroon**

Het is per patiënt verschillend hoeveel (over)gewicht iemand zal kwijtraken binnen één à twee jaar na de operatie. Algemeen kan men uitgaan van een patiënt met een lengte van 175 cm en een gewicht tussen de 110-140 kilogram voor de operatie. Na 1 à 2 jaar zal deze patiënt, mits gemotiveerd, uit kunnen komen op een gewicht tussen de 85 en 95 kilogram.

Het is belangrijk om te weten dat deze cijfers algemeen van aard zijn en dat uw eigen situatie waarschijnlijk hier van afwijkt.



## Veel gestelde vragen

### Mag ik na de operatie gelijk zwanger worden?

We raden u aan om NIET in de eerste anderhalf jaar na uw Maagverkleinende ingreep zwanger te worden. Afvallen vraagt zeer veel energie van het lichaam en uw lichaam heeft ruim een jaar nodig om zich aan te passen aan de nieuwe situatie. Na anderhalf jaar is zwanger worden goed mogelijk en soms zelfs gemakkelijker, omdat u gewicht kwijt bent geraakt en mogelijk een regelmatigere menstruatiecyclus heeft gekregen.

### Plastische chirurgie: een optie of niet?

Als u na een langere periode veel gewicht kwijt bent, kan het voorkomen dat er nog overtollige huid overblijft. Pas bij een langdurig stabiel en gezond gewicht komt u in aanmerking voor plastische chirurgie. Op dit moment wordt plastische chirurgie echter nog niet vergoed door verzekeraars. De chirurgen van het RKZ zijn met de Vereniging van Heelkunde en de Plastische Chirurgie bezig om vaste richtlijnen voor de behandeling én vergoeding van verzekeraars op te stellen.

### Ik heb géén verwijzing van mijn huisarts of medisch specialist, kan ik mezelf alsnog aanmelden?

- Nee. Alleen met een verwijzing van uw huisarts of een andere medisch specialist kunt u zich aanmelden bij de NOK voor een screening.
- Wél kunt u een informatieavond bezoeken, deze brochure doornemen of zelf informatie opzoeken op de website van het RKZ Obesitascentrum.

### Moet ik echt stoppen met roken voor de operatie?

Ja. Als dit 6 weken voor de operatie niet gebeurd is, kan de operatie de dag zelf nog worden geannuleerd door de chirurg. Dit omdat roken de wondgenezing vertraagd. Hoe trager de wondgenezing, hoe groter de kans op wondinfectie en andere complicaties.

### Kan ik na de operatie gelijk veel sporten?

Nee en ja. U moet blijven bewegen, maar nog niet plotseling of te fanatiek. Ga voor minimaal 30 minuten per dag aan lichaamsbeweging. Het opbouwen van de activiteiten en intensiteit varieert per persoon. Zorg in ieder geval dat u weinig kans heeft op blessures en zoek iets uit wat u leuk vindt of makkelijk alleen/samen kunt inplannen (bijvoorbeeld wandelen of fietsen).

### Ik heb gehoord over de maagband. Kan ik ook voor mijn maagband bij jullie terecht?

- Ja. Onze obesitas-verpleegkundigen kunnen uw bestaande maagband opnieuw afstellen.
- Ja. Onze chirurgen kunnen uw maagband eruit halen (bijvoorbeeld bij een infectie). Soms wordt er dan gelijk een Gastric Bypass gedaan, maar dan wordt er wel eerst een screening gedaan.
- Nee. Het RKZ Obesitascentrum zet geen nieuwe maagbanden meer. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat deze ingreep op de lange termijn een slechter resultaat geeft dan de Gastric Bypass en de Gastric Sleeve.

### Waar kan ik in geval van nood terecht?

U kunt in geval van nood in de avond en nacht altijd terecht bij het Rode Kruis Ziekenhuis (RKZ) in Beverwijk op de Spoedeisende Hulp

### Medische vragen:

- Niet dringend? Neem contact op met uw huisarts of stuur een e-mail naar [obesitascentrum@rkz.nl](mailto:obesitascentrum@rkz.nl)
- Of bel maandag tussen 11.00-12.00 uur of donderdag tussen 15.00-16.00 uur: **0251 – 26 55 98**. Dit is het telefonisch spreekuur voor de Obesitas verpleegkundigen van het RKZ (voor patiënten tot 1 maand na de operatie).
- U kunt ook via de BeterDichtbij app contact met ons opnemen.
- **Overdag spoed?** U kunt altijd naar de Spoedeisende Hulp van het RKZ in Beverwijk.

### Psychologische, dieet- of bewegingsvragen:

Zoek contact op met de desbetreffende specialist van de NOK .

NOK in Beverwijk.

Tijdens kantooruren: bel naar 0251 – 74 52 50 of stuur een e-mail:

[info-beverwijk@obesitaskliniek.nl](mailto:info-beverwijk@obesitaskliniek.nl)

**Medische vragen over obesitas vanaf 1 maand ná de operatie** kunt u stellen bij de NOK Beverwijk.

### **Contactgegevens**

Heeft u meer vragen, opmerkingen, klachten of complimenten?

Neem gerust contact via onderstaande gegevens.

- Rode Kruis Ziekenhuis:  
Website (ook in het Engels & Turks):  
<https://www.rkz.nl/obesitas>  
E-mail: [obesitascentrum@rkz.nl](mailto:obesitascentrum@rkz.nl)  
Telefoon: 0251 – 26 56 85
- Nederlandse Obesitas Kliniek – Beverwijk:  
Website:  
<http://www.obesitaskliniek.nl/vestigingen/beverwijk/>  
E-mail: [info-beverwijk@obesitaskliniek.nl](mailto:info-beverwijk@obesitaskliniek.nl)  
Telefoon: 0251 – 74 52 50
- Coöperatie Medisch Specialisten IJmond:  
<http://www.chirurgennoordwest.nl/>

### **Disclaimer**

Dit boekje is algemeen van aard. Na het lezen hiervan heeft u wellicht nog vragen vanuit uw persoonlijke situatie. Wij nodigen u uit om al uw vragen te stellen.

HD.90.529/02/2021