



Jürgen Ordemann

Ratgeber Adipositas- Operationen

Warum – wann – wie?

RATGEBER

 Springer

Ratgeber Adipositas-Operationen

Jürgen Ordemann

Ratgeber Adipositas- Operationen

Warum – wann – wie?

 Springer

Prof. Dr. med. Jürgen Ordemann
Zentrum für Adipositas und metabolische
Chirurgie
Vivantes Klinikum Spandau
Berlin, Deutschland

ISBN 978-3-662-66261-8 ISBN 978-3-662-66262-5 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-66262-5>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

© Fotonachweis Umschlag: Adobe Stock/inspiration-or-travel-background-fly-above-the-clouds-colorful-hot-air-balloon-in-blue-sky

Planung/Lektorat: Fritz Kraemer

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Vorwort

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

wer mehr Kalorien aufnimmt und weniger Energie verbraucht, hat eine positive und somit „dick“ machende Energiebilanz.

Diese simple Erkenntnis ist leider ein typisches Vorurteil, mit dem sich stark übergewichtige Patienten häufig konfrontiert sehen. Wenn diese Formel tatsächlich so einfach wäre, dann könnte krankhafte Fettleibigkeit (Adipositas) mithilfe einer Diät bzw. durch Sport einfach behandelt werden.

Doch leider ist die schwere Adipositaserkrankung durch gut gemeinte Ratschläge langfristig kaum zu behandeln. In den meisten Fällen kommt es bei schwerer Adipositas nach einem Therapieversuch immer wieder zu einem Gewichtsanstieg, und nicht selten ist dieser Gewichtsanstieg stärker als vor einer Diät.

Adipositaschirurgische Operationen erweisen sich dagegen als eine effektive Möglichkeit, das Körpergewicht langfristig zu senken und darüber hinaus die Gesundheit der betroffenen Patienten zu verbessern. Dabei ist zu beachten, dass die adipositaschirurgische Operation nicht nur die Anatomie des Verdauungstraktes verändert (Magenbypass oder Schlauchmagen), sondern über neurophysiologische Prozesse zu einer Veränderung der zentralen Gewichtsregulation führt.

Dadurch wird eine Diät nicht mehr als Kampf, sondern als Normalzustand empfunden!

Dieser Ratgeber möchte Sie über die operative Therapie der Adipositaserkrankung informieren und Sie dabei begleiten. Das Buch möchte Ihnen das notwendige Wissen über die chronische Erkrankung Adipositas und die

Möglichkeit der chirurgischen Therapie vermitteln. Fragen nach den unterschiedlichen Operationsmethoden und Wirkmechanismen der bariatrischen Operationen sollen ebenfalls beantwortet werden. Der Ratgeber möchte Ihnen aber auch Informationen über den dafür notwendigen Krankenhausaufenthalt, den Kostaufbau und die erforderlichen Nachbetreuung nach einer bariatrischen Therapie geben.

Neben diesen Informationen möchte Ihnen das Buch vor allem Mut machen. Mut für eine Therapie, die nicht selbstverständlich ist, die aber sehr viel in Ihrem Leben positiv verändern kann.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Erkenntnis beim Lesen und viel Erfolg auf Ihrem Weg zu einem gesünderen Leben, mit oder ohne bariatrische Operation.

Prof. Dr. med. Jürgen Ordemann

Danksagung

Für die wertvolle Durchsicht dieses Ratgebers möchte ich mich bei Frau Antje Hellwig-Schenkel, der Fachkoordinatorin des „Zentrums für Adipositas und metabolische Chirurgie“ der Vivantes Kliniken Berlin bedanken.

Vor allem aber möchte ich mich bei meinen zahlreichen Patientinnen und Patienten bedanken, die mir in jedem Gespräch deutlich gemacht haben, auf was es eigentlich ankommt:

Respekt, Vertrauen und Mut!

Inhaltsverzeichnis

1	Übergewicht und Adipositas	1
1.1	Wann sprechen wir von Übergewicht und wann von Adipositas?	1
1.2	Warum werden so viele Menschen übergewichtig und adipös?	5
1.3	Welche Folgen hat das schwere Übergewicht?	9
1.4	Was sind eigentlich Hunger, Sättigung und Appetit, und was haben sie mit der Gewichtsregulation zu tun?	13
1.5	Vorurteile und Stigmatisierung	15
1.6	Warum ist es so schwer, Gewicht langfristig zu senken?	15
2	Konservative, also nichtoperative Therapiemöglichkeiten der Adipositas	17
2.1	Konservative Therapie	17
2.2	Ernährungstherapie	18
2.3	Bewegungstherapie	18
2.4	Verhaltenstherapie	19
2.5	Medikamentöse Therapie	19
2.6	Zusammenfassung	21
3	Adipositas und metabolische Chirurgie (bariatrische Therapie)	23
3.1	Ein historischer Rückblick	23
3.2	Was ist „Adipositaschirurgie“ und was ist „metabolische Chirurgie“?	24

X Inhaltsverzeichnis

3.3	Minimalinvasive Chirurgie (Laparoskopie)	24
3.4	Wann ist eine Operation sinnvoll?	25
3.5	Operationsverfahren	27
3.5.1	Roux-Y-Magenbypass (RYGB)	27
3.5.2	Schlauchmagen	31
3.5.3	Ein-Anastomosen-Magenbypass (OAGB)	33
3.5.4	Single Anastomosis Duodeno-Ileal Bypass (SADI)	34
3.5.5	Magenband	36
3.6	Wie funktionieren die unterschiedlichen Operationsverfahren (Wirkmechanismen)?	37
4	Wenn ich mich für einen operativen Eingriff interessiere	41
4.1	Wissen ist mehr!	41
4.2	Das Adipositaszentrum	42
4.3	Ihre Erwartungshaltung und welches operative Verfahren kommt für Sie infrage?	43
4.4	Der Patientenpfad	45
4.4.1	Chirurgische Begutachtung	45
4.4.2	Internistische Begutachtung	45
4.4.3	Psychologische Begutachtung	45
4.4.4	Multimodales Therapiekonzept (MMK)	46
4.5	Der Antrag auf Kostenübernahme	47
4.6	Selbsthilfegruppe (SHG)	48
4.7	Magenspiegelung (Gastroskopie)	48
4.8	Risikoabklärung	48
4.9	„Proteindiät“ vor einer bariatrischen Therapie	49
5	Krankenhausaufenthalt und Operation	51
5.1	Der Krankenhausaufenthalt	52
5.2	Die Aufklärung	52
5.3	Die Narkose	53
5.4	Die Operation	54
5.5	Die ersten Tage nach der Operation	55
5.6	Der Kostaufbau im Krankenhaus	55
5.7	Die Entlassung	56
6	Kostaufbau nach einer Operation	59
6.1	Phasen des Kostaufbaus	59
6.1.1	Phase 1 – „flüssig-weiche Phase“	60

6.1.2	Phase 2 – „Übergangsphase“	61
6.1.3	Phase 3 – „Umstellungsphase“	62
6.2	Vitamine und Spurenelemente „ein Leben lang“	64
7	Wie geht es nach der OP weiter?	67
7.1	Lebenslange Nachbetreuung	67
7.2	Empfohlene Nachsorgeintervalle	68
7.3	Empfohlene Labordiagnostik	69
7.4	Versagen gibt es nicht – aber das Gewicht kann wieder ansteigen!	69
7.5	Konservative Therapieunterstützung bei erneutem Gewichtsanstieg	71
7.6	Wenn eine weitere bariatrische Operation erforderlich wird	72
8	Spezielle Patientengruppen in der bariatrischen Chirurgie	73
8.1	Adipositaschirurgie im höheren Alter	73
8.2	Adipositaschirurgie in der Jugend	74
8.3	Hochrisikopatienten	75
8.4	Schwangerschaft vor und nach bariatrischen Operationen	76
9	Wir müssen auch über Komplikationen reden	79
10	Alternative Techniken und Methoden	87
10.1	Magenballon	88
10.2	Endobarrier®	88
10.3	Endo-Sleeve-Verfahren	89
10.4	Laparoskopische Magenpliktatur	89
10.5	Magenstimulator	89
11	Plastische Operationen – ein Überblick	91
12	Was ist noch interessant?	95
12.1	Achtsamkeit	96
12.2	Yoga	96
12.3	Meditation	97
12.4	Kochbuch	98
12.5	Neue Aktivitäten	99

XII	Inhaltsverzeichnis	
13	Zusammenfassung	101
	Literatur	105
	Stichwortverzeichnis	107