

**8 WEKEN NA UW MAAGVERKLEINING**

## **Inleiding**

Het is inmiddels ongeveer 2 of 3 maanden geleden dat u een maagverkleining (sleeve, gastric bypass of minibypass) heeft ondergaan. In deze folder vindt u belangrijke aandachtspunten met betrekking tot uw gezondheid. Ook wordt aangegeven welke vervolgspraken u kunt verwachten behorende bij het bariatrisch traject.

## **Leefregels**

- Gebruik levenslang, elke dag, 'bariatrische' multivitaminen of multivitaminen die zijn gedoseerd op basis van de operatie die u heeft ondergaan. Indien het niet lukt om de bariatrische multivitaminen in te nemen, neem dan contact op met ons team Bariatrie.
- Ons nadrukkelijke advies is om **minimaal 12 maanden na de operatie niet zwanger** te worden. De anticonceptiepil is na bariatrische chirurgie niet meer betrouwbaar. Wij adviseren anticonceptie op andere wijze, bijvoorbeeld een spiraal, de prikpil, een implanon of het gebruik van een condoom. Wordt u desondanks tóch zwanger, neemt u dan direct contact op met ons team Bariatrie.
- Het eerste jaar wordt deelname aan de ramadan strikt afgeraden, wegens grote kans op te weinig kunnen drinken binnen de tijd dat gegeten/gedronken mag worden.
- Bij ziekten als suikerziekte en hoge bloeddruk is het belangrijk om na de operatie contact op te nemen met uw huisarts of specialist. Een deel van de medicatie kan mogelijk verlaagd of gestopt worden.
- Bij gebruik van psychiatrische medicatie dient uw psychiater op de hoogte te zijn van uw maagverkleining. Mogelijk zal een extra bloedcontrole nodig zijn.

## **Neem contact met ons op, als u:**

- klachten heeft als duizeligheid, misselijkheid, diarree en verstopping. Indien deze klachten te lang aanhouden, neem dan contact op met ons team Bariatrie.
- (andere) klachten heeft die te maken kunnen hebben met de maagoperatie.

- Behoeftede heeft aan extra ondersteuning van een medisch specialist of een groepsbijeenkomst over voedingsgewoonten of uw psychisch functioneren en zelfbeeld.

## **Voeding**

Na de operatie is het belangrijk dat u voldoende eiwitten en vocht binnen krijgt voor uw herstel.

Het is belangrijk om te realiseren dat u in de eerste maanden na de operatie vaak nog niet aan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid zal voldoen. Dit is normaal en kan bij iedereen verschillend zijn.

In onze folder 'Voeding na een maagverkleining' vindt u de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor na een maagverkleining.

## **Vervolgafspraken**

U dient de volgende vervolgafspraken te maken.

- 4 tot 6 maanden na de operatie: polikliniekafspraak Interne Geneeskunde
  - Prik hiervoor 3 weken van te voren bloed.
- 1 jaar na de operatie: polikliniekafspraak Interne Geneeskunde
  - Prik hiervoor 3 weken van te voren bloed.
- 1 jaar na de operatie: polikliniekafspraak Chirurgie  
Hiervoor is bloedprikken niet nodig.
- 1,5 jaar, 2 jaar, 3 jaar, 4 jaar en 5 jaar na de operatie: polikliniekafspraak Interne Geneeskunde
  - Prik hiervoor 3 weken van te voren bloed.

Als u niet kunt komen op een polikliniekafspraak, belt u deze dan 24 uur van te voren af. Dan kunnen wij uw plek voor iemand anders benutten. Houd rekening met een boete van uw

zorgverzekeraar als u niet verschijnt op een afspraak die niet is afgezegd.

## **Bij Spoed**

Als u spoedklachten heeft in de avond, nacht of in het weekend, neem dan contact op met de Spoedeisende Hulp, via telefoonnummer 010 - 461 6720.

## **Folders**

Tijdens het behandeltraject rondom uw maagverkleining krijgt u deze folders (alfabetische volgorde):

- Chirurgische behandeling van ernstig overgewicht
- Fysiotherapie na bariatrische chirurgie
- Maagverkleining: rondom de operatie
- Maagverkleining: voorbereiding operatie
- Ontslag uit het ziekenhuis na een maagverkleiningsoperatie
- Voeding na een maagverkleiningsoperatie
- Weegspreekuur
- 1 jaar na maagverkleining
- 5 jaar na maagverkleining
- 8 weken na maagverkleining

Al deze folders krijgt u mee tijdens uw traject en vindt u zelf op de website [www.franciscus.nl/obesitascentrum](http://www.franciscus.nl/obesitascentrum)

## **Vragen?**

Als u vragen of klachten heeft, zoals eerder in deze folder is beschreven, neemt u dan contact op met het Franciscus Obesitas Centrum, via telefoonnummer 010 – 461 6161 en vraag naar toestel 13501.

Ook kunt u vragen stellen of een afspraak aanvragen via het volgend e-mailadres: [obesitas@franciscus.nl](mailto:obesitas@franciscus.nl).