Spital Thurgau
FRAUENFELD

Adipositaszentrum

Kantonsspital Frauenfeld

Patienteninformation

Innerhalb von 20 Jahren hat sich der Anteil an übergewichtigen Personen in der Schweiz verdoppelt. Laut des Schweizer Bundesamtes für Statistik waren im Jahre 2012, 41 % der Bevölkerung ab 15 Jahren übergewichtig, 10,3 % hatten einen BMI (= Body Mass Index) von über 30.
Übergewichtige Patienten haben ein erhöhtes Risiko an verschiedenen Krankheiten zu leiden, so z. B. Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, Herzinfarkt, Herzüberlastung, Schlaf-Apnoe-Syndrom, Gelenkleiden, Gallensteine und Venenprobleme.
Ihre Lebenserwartung wird durch das Übergewicht und dessen Folgen verkürzt. Diät, körperliche Ertüchtigung, Medikamente und andere Therapiemöglichkeiten stehen bei der Behandlung des Übergewichts im Vordergrund.

Wann redet man von Übergewicht oder Adipositas?

Mit steigendem oder sinkendem BMI (Body Mass Index) nehmen auch die gesundheitlichen Risiken zu. Die Berechnung des BMI erfolgt mit folgender Formel: Körpergewicht in Kilogramm geteilt durch Körpergröße in Metern zum Quadrat. In der folgenden Tabelle ist die Einteilung nach Risikogruppen ersichtlich.

BMI < 18,5	Untergewicht. Bedarf unabhängig von weiteren Risikofaktoren einer medizinischen Kontrolle.
18,5 – 24,9	Normalgewicht, wünschenswerter Bereich. Keine mit Körpergewicht verbundenen Gesundheitsrisiken zu erwarten.
25,0 – 29,9	Leichtes bis mittleres Übergewicht. Bedarf bei einem oder mehreren weiteren Risikofaktoren einer medizinischen Kontrolle.
30,0 – 39,9	Schweres Übergewicht (Adipositas oder Fettleibigkeit). Bedarf unabhängig von weiteren Risikofaktoren einer medizinischen Kontrolle.
BMI > 40,0	Stark gefährdendes Übergewicht (massive Adipositas). Hohes gesundheitliches Risikopotential.

(Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz, 2016)

Der BMI ist lediglich ein grober Richtwert, da er weder Statur und Geschlecht noch die individuelle Zusammensetzung der Körpermasse aus Fett- und Muskelgewebe eines Menschen berücksichtigt.

Ursachen für Adipositas

Adipositas, oder schweres Übergewicht, entsteht, wenn ein Ungleichgewicht in der Energiebilanz besteht. Also mehr Energie über die Nahrung aufgenommen wird als Ihr Körper verbraucht.

Die Ursachen für Übergewicht sind vielfältig. Nebst übermässiger Ernährung und mangelnder Bewegung können auch genetische und psychische Faktoren, sowie Erkrankungen und der Einfluss von gewissen Medikamenten eine Adipositas begünstigen.

Am interdisziplinären Adipositaszentrum des Kantonsspitals Frauenfeld werden krankhaft übergewichtige Patient/innen von verschiedenen Spezialist/innen in Zusammenarbeit mit den Hausärzt/innen behandelt.

Unser Behandlungsspektrum

Konservative Therapie

- Ernährungstherapie
- Bewegungstherapie: Gruppenangebot, «leichter bewegen»
- Verhaltenstherapie
- Stoffwechselabklärung
- medikamentöse Therapie

Operative Therapie/Adipositas-Chirurgie

- Vorabklärungen und Nachsorge in Zusammenarbeit mit den Hausärzt/innen
- restriktive und malabsorptive Verfahren:
  - Magenbypass (Gastric Bypass)
  - Schlauchmagen (Sleeve Gastrektomie)
  - Magenband (Gastric Banding) (nur noch in ausgewählten Situationen)

Eine operative Behandlung (Adipositas-Chirurgie) ist nach erfolglosem Einsatz konservativer Methoden und bei erheblichem Gesundheitsrisiko durch das Übergewicht angezeigt.

Adipositas-Chirurgie

Keine Adipositas-Operation macht Sie automatisch schlank, aber es ist ein effizientes Mittel zur Unterstützung Ihrer eigenen Bemühungen um Ihr Gewicht langfristig zu reduzieren.

Ein solcher chirurgischer Eingriff ist ein Einschnitt in Ihr Leben. Trotz laparoskopischer Technik («Schlüsselloch-Technik»), handelt es sich um eine komplexe Operation, welche mit Risiken verbunden ist. Der Erfolg der Behandlung Ihres Übergewichtes hängt stark davon ab, ob Sie es schaffen Ihr Ernährungs- und Bewegungsverhalten sowie Ihren Lebensstil dauerhaft zu verändern. Ihre Motivation und Mitarbeit, insbesondere auch bei der Nachsorge, entscheiden über die Nachhaltigkeit des Erfolges.

Wirkung der Adipositas-Chirurgie

- Reduzierung der Nahrungsmenge (Magenband / Schlauchmagen)
- Reduzierung der Nahrungsmenge und verringerte Aufnahme der Nährstoffe (Magenbypass)
- Hormonelle Veränderungen welche eine rasche Sättigung bewirken (Schlauchmagen / Magenbypass)

Voraussetzungen für Adipositas-Chirurgie in der Schweiz

- BMI > 35kg/m2 (BMI = Body Mass Index)
- Über zwei Jahre nachgewiesene, fachlich begleitete Diäten (Ernährungsberatung, Weight Watchers, Sportprogramme, Fitnessabo, etc.).
- Bei einem BMI > 50kg/m2 und Begleiterkrankungen nachgewiesene Diäten über einen Zeitraum von mindestens einem Jahr.
- Es liegen keine medizinischen oder psychologischen Einwände im Hinblick auf die Operation vor.
- Schriftliche Einwilligung zur lebenslangen Nachsorge.

Entscheidungsfindung

Nebst mündlichen geben wir Ihnen auch schriftliche Informationen zum Thema ab. Lesen Sie sich diese bitte zuhause sorgfältig durch und diskutieren Sie das Thema mit der Familie, Angehörigen oder Freunden. In der Entscheidungsfindung kann es hilfreich sein mit einer bereits operierten Person zu sprechen. Gerne geben wir Ihnen entsprechende Kontaktangaben ab.

Vorabklärungen
Sofern eine Operation geplant wird, benötigt es verschiedene Untersuchungen und Vorabklärungen:

- Gespräch in der psychosomatischen Adipositas-Sprechstunde
- Ernährungsberatung
- Körperliche Untersuchungen:
  – Gastroskopie (Magenspiegelung)
  – Ultraschall des Bauches
  – Lungenfunktionsprüfung
  – Pulsoxymetrie (nächtliche Messung des Sauerstoffgehaltes im Blut)
  – EKG (Elektrokardiogramm, Herzkurve)
  – Laborkontrolle (Blutentnahme)

Diese Liste ist nicht abschliessend, bei vorbestehenden oder neu aufgetretenen Erkrankungen können weitere Untersuchungen oder Therapien notwendig sein.
Sind alle Abklärungen erfolgt kann die Operation geplant werden.
Bitte beachten Sie, dass die Vorabklärungen für eine Operation Zeit beanspruchen, so dass Sie mit insgesamt 4–6 Monaten (je nach Zusatzabklärungen auch länger) rechnen sollten. Sehen Sie diese Zeit als Vorbereitung und Chance sich mit dem Thema eingehend zu befassen.

Ernährungsberatung
Die Ernährungstherapie ist ein wichtiger Punkt in der Gewichtsreduktion, im konservativen Rahmen, wie auch nach einer Operation. Alle Patient/innen welche sich für eine Übergewichts-Operation entscheiden, werden bereits vorgängig zur Besprechung des Kostaufbaus von unseren Ernährungsberater/innen instruiert und geschult. Auch nach der Operation findet nebst der ärztlichen auch eine regelmässige ernährungstherapeutische Betreuung statt.

Bewegungstherapie / Physiotherapie
Gerne informieren wir Sie über unser Gruppentraining «leichter bewegen». Das Training ist ausgerichtet für übergewichtige Menschen, welche konservativ ihr Gewicht reduzieren möchten, vor einer Operation stehen, oder bereits operiert sind.
Das Training unter Gleichgesinnten kann motivierend sein.

Die am häufigsten durchgeführten operativen Verfahren

Magenbypass

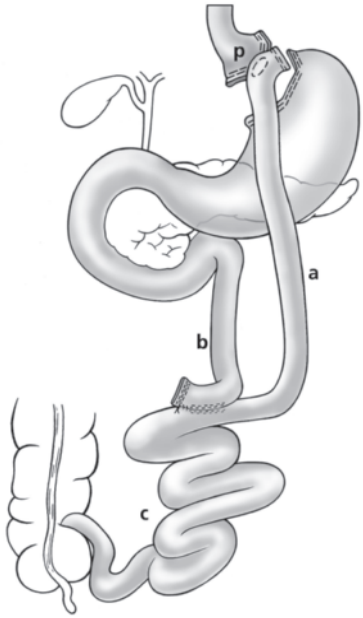

Abbildung: Magenbypass

Wirkungsprinzip Magenbypass

Der Magen wird in seinem oberen Teil durchtrennt und somit verkleinert. Das verbleibende Magenvolumen (Pouch **p**) beträgt ca. 25 ml (3–4 Esslöffel). Dadurch können keine grossen Nahrungsmengen mehr auf einmal zu sich genommen werden. Schliesslich wird durch Hochziehen einer Dünndarmschlinge an diesen Vormagen der Abfluss aus dem Magen in den Darm sichergestellt (alimentärer Schenkel **a**). Der Nahrungsbrei wird jedoch am Zwölffingerdarm vorbeigeführt (Bypass), so dass die für die Verdauung wichtigen Fermente und Enzyme erst zu einem viel späteren Zeitpunkt mit dem Nahrungsbrei in Verbindung kommen (biliärer Schenkel **b**). Die eigentliche Verdauung kann dadurch erst später im Dünndarm im gemeinsamen Verdauungskanal (common channel **c**) stattfinden. Der Eingriff wird in der Regel laparoskopisch, also in Schlüssellochtechnik, durchgeführt.

Schlauchmagen / Sleeve Gastrektomie

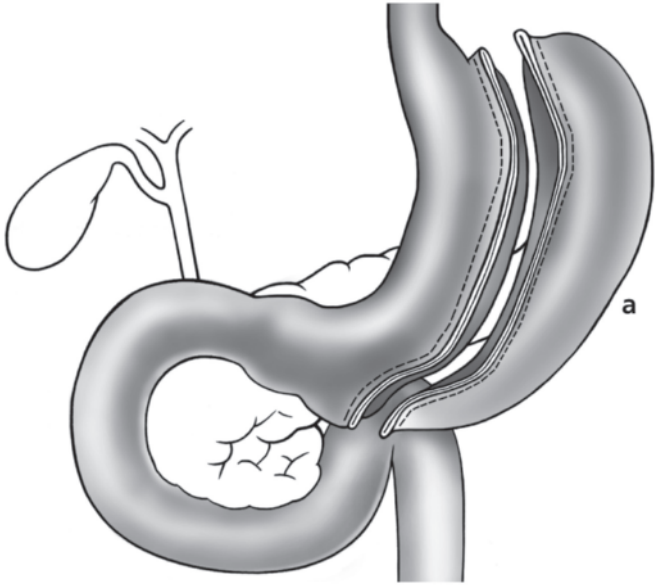

Abbildung: Schlauchmagen / Sleeve Gastrektomie

Wirkungsprinzip Schlauchmagen

Bei der Schlauchmagenoperation wird der grösste Teil des Magens entfernt (**a**), so dass ein schlauchförmiger, kleiner Magen übrig bleibt. Der Eingriff wird in der Regel laparoskopisch, also in Schlüssellochtechnik, durchgeführt. Durch die Verkleinerung des Magens können Sie weniger essen und fühlen sich schneller satt. Es findet wie auch beim Magenbypass, eine hormonelle Veränderung statt. Es wird der Teil des Magens entfernt, in welchem das Hormon gebildet wird, welches für das Hungergefühl verantwortlich ist (Ghrelin). Dadurch haben Sie in der ersten Zeit weniger Hungergefühle und seltener Heisshungerattacken.

Welches Operationsverfahren für Sie geeignet ist wird Ihr/e Adipositas-Chirurg/in zusammen mit Ihnen entscheiden.

084200

Unser Team

Chirurgische Klinik
Prof. Dr. med. Markus K. Müller

Endokrinologie, Diabetologie und klinische Ernährung
Dr. med. K. Hauser
Dr. med. Vojtech Pavlicek

Psychiatrische Dienste Thurgau
Dr. med. Almut Schaefer

Anmeldung / Clinical Nurse
Adipositaszentrum
Kantonsspital Frauenfeld
Postfach
CH-8501 Frauenfeld

Telefon +41 52 723 80 50
Fax +41 52 723 78 04
E-Mail chir.adipositaszentrum-ksf@stgag.ch

Ernährungstherapie
Telefon +41 52 723 79 81

Physiotherapie
Telefon +41 52 723 71 54

www.stgag.ch