



Abb. 1  
Standard-Roux-Y-Magenbypass  
Mittels einer Naht wird am Mageneingang eine Tasche (Pouch) geschaffen, die sich in die angenähte Dünndarmschlinge entleert. Nach 100 bis 150 cm wird der Zwölffingerdarm mit dieser Dünndarmschlinge wie ein Y zusammengenäht. Ab hier erfolgt die Verdauung wieder normal.

## ÜBERGEWICHT – DIE TÄGLICHE QUAL

**Frau M., Mutter von zwei Kindern in der Lehre, arbeitet 40 % im Büro und steht morgens mit Widerwillen auf die Waage. Seit der Geburt ihrer Kinder kämpft sie damit, ihre 40 kg Übergewicht zu reduzieren. Inzwischen hat sie keine Idee mehr, was sie noch tun könnte. Sie war zwar nie sehr schlank, aber jetzt schmerzen ihre Knie beim Gehen und sie atmet schwer bei geringen Belastungen. Verzweifelt wendet sie sich an ihren Hausarzt, welcher sie zur Abklärung an das Stoffwechselzentrum der Klinik St. Anna überweist.**

### Bei der Übergewichtsspezialistin

Frau M. erhält zuerst einen Fragebogen zu bisherigen Gewichtsreduktionen, Essgewohnheiten, zum Gesundheitszustand sowie zu persönlichen Ressourcen und Wünschen. In einem ausführlichen Gespräch erfährt sie einiges zum Thema Übergewicht. Es werden ihr Chancen und Grenzen verschiedener Massnahmen zur Gewichtsreduktion erklärt. Es folgt eine medizinische Gesundheits- und Blutuntersuchung. Der Blutzucker, das Cholesterin sowie die Leberwerte sind bereits erhöht. Der Hausarzt wird gebeten, den Vitamin D- und Vitamin B12-Mangel zu behandeln. Die Knie hatte er bereits früher geröntgt und Arthrosen diagnostiziert.

Aufgrund der bisher durchgeführten Diäten und Bewegungstherapien zur Gewichtsreduktion über mehr als zwei Jahre sowie der bereits bestehenden Erkrankungen und Risikofaktoren, wurde die Anlage eines Magenbypass besprochen. Parallel zu den Sitzungen bei der Übergewichtsspezialistin finden Untersuchungen und Behandlungen bei verschiedenen zusätzlichen Therapeuten statt.

Frau M. hat inzwischen alle Aspekte des Lebens nach dieser Operation erfahren. Trotzdem wird ihr nahegelegt, sich mit Magenbypass-Patienten auszutauschen, z. B. in Selbsthilfegruppen oder der Schweizerischen Adipositasstiftung. In einem Familiengespräch können noch die letzten Fragen und Sorgen geklärt werden.

### Ernährungsberatung

Die Ernährungsberaterin stellt erst einmal die Bedürfnisse der Patientin fest und es werden aufgrund des Essprotokolls Optimierungen der Essgewohnheiten besprochen. Auch die Essregeln, die sie nach dem Magenbypass lebenslanglich einhalten muss, werden bereits in den Alltag integriert: Trinken bis 30 Minuten vor dem Essen, Eiweiss sowie Gemüse und Salat zuerst essen, Kohlenhydrate erst zum Schluss und nach 30 Minuten erst wieder trinken.

### Psychologie

Nein, eine psychiatrische Erkrankung liegt nicht vor. Aber die Psychologin stellt fest, dass das Essen oft als Problemlöser genutzt wird. In einem konstruktiven Gespräch finden sie heraus, was für alternative Strategien anstelle des Essens entwickelt werden können. Es wird Frau M. bewusst, dass sie durch den Eingriff die Verantwortung für ihr Verhalten nicht abgeben kann, sondern an sich arbeiten muss. Sie vereinbart mit der Psychologin weitere Termine, um sich noch besser auf den Eingriff vorzubereiten. Sie wird sich auch nachher wieder bei ihr melden, um damit fortzufahren.

### Physiotherapie

Die Untersuchung durch die Therapeutin ergab eine schwache Bauch- und Rückenmuskulatur. Es werden Übungen zu deren Kräftigung, aber auch zur Stabilisierung der Kniegelenke erlernt. Frau M. soll diese zu Hause regelmässig durchführen. Nach dem Eingriff wird an der Muskelerhaltung weitergearbeitet werden.

### Chirurgie

Nachdem von der Psychologin grünes Licht gegeben wurde, die Problem-Bewältigungsstrategien zu greifen beginnen und die Ernährungsberatung meldet, dass die Essregeln gut eintrainiert sind, folgt die Überweisung an den Chirurgen. Dieser informiert ausführlich über den gewählten Eingriff, zeigt die anatomischen Verhältnisse auf und erklärt auch mögliche Komplikationen. Aufmerksam geht er auf ihre Fragen ein, so dass Frau M. am

gewählten Schritt nicht mehr zweifelt. Natürlich bleibt ein gesunder Respekt vor dem Eingriff.

### Präoperative Untersuchung beim Hausarzt

Der Hausarzt kennt Frau M. schon lange. Er untersucht sie sorgfältig und führt die empfohlenen Untersuchungen wie Elektrokardiogramm, Lungenfunktion und Röntgenbild der Lunge sowie Bauch-Ultraschall durch. Er meldet sie weiter zum Magendarmspezialisten zur Magenspiegelung an. Dies ist wichtig, um eine allfällige Entzündung in der Speiseröhre oder im Magen sowie eine Helicobacter Pylori-Infektion vorgängig zu behandeln.

### Nach der Operation

Die Wunden sind bereits nach 10 Tagen verheilt. Wenn sie sich bewegt, tut es noch etwas weh. Das Essen nach Plan und unter Einhaltung der Regeln geht problemlos, doch sie muss sich dafür viel Zeit nehmen. Auch die Trinkmenge kann sie bereits gut auf den ganzen Tag verteilen, Schluck um Schluck. Die Muskelaufbauübungen führt sie jeden Morgen durch, bewegt sich viel und nimmt das Multivitamin sowie die Calcium-Vitamin D Kautablette jeden Tag ein und ... die ersten 8 kg sind bereits weg.

Heute, 8 Jahre später und 32 kg leichter, kommt Frau M. regelmässig zu den Jahreskontrollen. Die Vitamine und Mineralstoffe nimmt sie konsequent täglich ein und geht alle drei Monate zum Hausarzt für Vitamin B12-Spritzen. Mit Freude hat sie wieder mit Walken begonnen und spielt mit ihren Enkeln. Frau M. genießt ihr neues Leben.

### VORAUSSETZUNGEN FÜR EINE OPERATION ZUR GEWICHTSREDUKTION SOWIE ZUR ANERKENNUNG DURCH DIE KRANKENKASSE

- Der Patient hat einen Body-Mass-Index (BMI) von mehr als 35
- Eine zweijährige adäquate Therapie zur Gewichtsreduktion war erfolglos
- Indikationsstellung, Durchführung, Qualitätssicherung und Nachkontrollen gemäss den Richtlinien der «Swiss Society for the Study of Morbid Obesity and Metabolic Disorders» (SMOB) zur operativen Behandlung von Übergewicht – wird vom Stoffwechselzentrum der Klinik St. Anna erfüllt

«UNSERE MASSNAHMEN  
KÖNNEN NUR LANGFRISTIG  
ERFOLGREICH SEIN, WENN  
WIR DEN MENSCHEN  
GANZHEITLICH ERFASSEN.»

### STOFFWECHSELZENTRUM KLINIK ST. ANNA



**Dr. med. Natascha Potoczna**  
Fachärztin FMH Praktische Ärztin, Europäisch  
zertifizierte Adipositas-Spezialistin (SCOPE)  
T +41 41 210 22 22  
natascha.potoczna@hin.ch



**Lucia Winzap**  
dipl. Ernährungsberaterin FH BSc  
T +41 41 556 61 61  
ernaehrungsberatung.stanna@hirslanden.ch



**Dr. med. Walter A. Gantert**  
Facharzt FMH für Chirurgie, spez. Viszeralchirurgie  
T +41 41 208 38 80  
walter.gantert@hin.ch



**Eva Siegenthaler**  
dipl. Physiotherapeutin BSc  
T +41 41 556 61 16  
physioart-bhf.stanna@hirslanden.ch



**PD Dr. med. Stephan M. Wildi**  
Facharzt FMH für Gastroenterologie, Innere Medizin  
T +41 41 208 31 41  
stephan.wildi@hirslanden.ch



**Dr. phil. Brigitte van Wegberg**  
Fachpsychologin für Psychotherapie  
FSP/pca  
T +41 41 208 34 75  
brigitte.vanwegberg@hirslanden.ch

**Stoffwechselzentrum Klinik St. Anna**  
Zentralstrasse 1  
CH-6003 Luzern  
T +41 41 210 22 22  
stoffwechselpraxis@hin.ch  
www.stoffwechselzentrum-stanna.ch