

Diabetes en een bariatrische ingreep (maagverkleining)



Is voorbereiding op uw maagverkleinende operatie is het nodig dat u een dieet gaat volgen. Dit is een eiwitrijk, vetarm en suikerarm dieet. Het doel van het dieet is dat uw lever kleiner wordt. Bij patiënten met obesitas komt het vaak voor dat de lever vergroot is door leververvetting. Een kleinere lever zorgt ervoor dat de chirurg beter kan opereren. U moet het dieet twee of drie weken volgen. Dit hangt af van uw BMI. Een medewerker van de operatieplanning bespreekt dit met u. Onderaan de folder staat een variatielijst (bijlage 1) en een voorbeelddagmenu (bijlage 2).

Diabetes: medicijnen voorafgaand aan het dieet

Heeft u diabetes? Dan moet u tijdens het dieet bloedsuiker en medicijnen goed op elkaar afstemmen. Het dieet is namelijk ook suikerarm. We willen niet dat u tijdens het dieet te lage bloedsuikers ontwikkelt. Tijdens de telefonische uitslag van de screening is met u besproken welke medicijnen aangepast moeten worden. Gebruikt u tabletten en spuit u meer dan 1 keer per dag insuline? Dan wordt u doorverwezen naar de internist. Van uw internist krijgt u advies hoe u uw diabetesmedicijnen moet aanpassen voorafgaand aan het dieet. Het dieet heeft invloed op uw bloedsuikers. Maak daarom voordat u begint met het dieet een afspraak met uw diabetesbehandelaar (huisarts, praktijkondersteuner, diabetesverpleegkundige of internist). U kunt hem/haar deze folder laten lezen. Het is namelijk heel belangrijk dat hij/zij ook goed op de hoogte is van dit dieet. Als het nodig is kunnen uw medicijnen aangepast worden. Meestal kunnen tijdens het dieet de tabletten die u slikt en/of de insuline die u spuit in dosis worden verlaagd. In sommige gevallen zijn medicijnen helemaal niet meer nodig.



Dag van de operatie

De dag van de operatie wordt u opgenomen op de verpleegafdeling. Vooraf is al met u besproken welke diabetesmedicijnen u op de avond voor en op de dag van de operatie moet innemen. U mag namelijk voor de operatie vanaf een bepaald moment niet meer eten en drinken. U moet “nuchter” zijn. Dit heeft gevolgen voor uw bloedsuikers. Uw tabletten worden (tijdelijk) gestopt en op de ochtend van de operatie kan het zijn dat u een andere soort insuline of andere dosis insuline krijgt dan u normaal gesproken thuis gebruikt.

Controleert u thuis altijd zelf uw bloedsuikers? Neem dan uw laatste glucose dag curve of diabetesboekje mee naar het ziekenhuis.

Na de operatie

Na de operatie verandert er veel aan uw diabetes. Dit begint al meteen na de operatie. Dit komt door snelle veranderingen in hormoonspiegels door de maagverkleining. Wanneer u naar huis gaat, krijgt u van ons een advies mee welke diabetesmedicijnen u moet gebruiken. De veranderingen kunnen nog lang doorgaan, afhankelijk van hoe lang u blijft afvallen. Daarom is het belangrijk dat de diabetesbehandelaar na de operatie uw bloedsuikers en medicatie regelmatig en langdurig controleert. Neem daarom direct na de opname, liefst binnen 1 week, contact op met uw diabetes behandelaar.

Vragen?

Als u nog vragen heeft, dan kunt u contact met ons opnemen op telefoonnummer 058-286 6969.



BIJLAGE



Bijlage 1: Variatielijst van producten bij een eiwitrijk, vetarm en suikerarm dieet:

Hieronder staat wat u tijdens het dieet wel en niet mag eten.

Eiwitrijk:	Vetarm:	Suikerarm:
Bij voorkeur: magere melk, yoghurt ongezoet, karnemelk, magere kwark, magere kaas 20+, magere smeerkaas, max. 2 eieren per week	Bij voorkeur: dieethalvarine, vloeibare bak- braadproducten, olijfolie. Niet: roomboter, margarine, geen toevoeging van boter bij de groenten, geen sauzen, geen gefrituurde gerechten	Bij voorkeur: volkorenbrood, volkoren crackers, Brinta met magere melk. Niet: gebak, krentenbrood, suikerbrood, croissants, koeken, (dieet)koekjes.
Vlees en vleeswaren, wild en gevogelte: Mager kalfsvlees, kalfsgebraad, kalfslapje, mager paarden- en rundvlees, rosbief, biefstuk, mager varkensvlees, varkensfiletlapje, kip, fazant, haas, kalkoen, konijn, ree Vetarme vleeswaren: beenham, gerookt paardenvlees, gerookt rundvlees, kalkoenfilet, kipfilet, rosbief, fricandeau.	Maak gebruik van aangepaste kooktechnieken: stomen, koken, magnetron, grillen, roosteren of in een antiaanbakpan.	Niet: Suiker, zoet brood beleg en snoep (alle soorten), voedingsmiddelen of zoetmiddelen waarin sorbitol of fructose in verwerkt is, jam, honing, siroop, chocolade, alle gesuikerde frisdrank en vruchtensappen.
Vis, schaal en schelpdieren: Alle witvissoorten (tilapia, kabeljauw, koolvis, pangasius) Niet: schaal en schelpdieren, vette vissoorten (haring, makreel, paling).		

Bijlage 1: Voorbeeld van een dagmenu

Ontbijt	<i>Koolhydraten (gram)</i>
1 knäckebröd of 1 snee brood of 1 volkoren beschuit	10
Besmeerd met (dieet)halvarine	0
Belegd met magere vleeswaren of 30+ kaas	0
In de loop van de morgen	
Thee of koffie zonder suiker	0
Lunch	
1 snee bruin- of volkorenbrood	15
Besmeerd met (dieet)halvarine	0
Belegd met magere vleeswaren of 30+ kaas	0
In de loop van de middag	
Thee of koffie zonder suiker	0
Warme maaltijd	
50 gram mager vlees, vis, kip of een ei	0
1 opscheplepel groente	2
1 kleine aardappel	8
In de loop van de avond	
Thee of koffie zonder suiker	0
Neem verder per dag	
0,5 liter magere melk, karnemelk of magere yoghurt	8
2 porties fruit	30
	73

Telefoon

058 286 6969

Bezoekadres

Henri Dunantweg 2
8934 AD Leeuwarden

Postadres

Postbus 888
8901 BR Leeuwarden

Als u na het doornemen van de folder nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met het Centrum Obesitas Noord-Nederland.

