Adipositaschirurgie: Wann ist eine Magen-OP sinnvoll ist und was bedeutet das für den Patienten?

Das Wichtigste in Kürze aus der Podcastfolge „Adipositaschirurgie: Wann eine Magen-OP sinnvoll ist, und was bedeutet das für den Patienten?“ PD Dr. Ulrike Schatz im Gespräch mit Dr. Therese Reinstaller.

Was ist Adipositas-Chirurgie

Die Adipositas-Chirurgie ist ein **medizinischer Eingriff** zur Behandlung von **starkem Übergewicht** und den damit verbundenen Krankheiten. Sie wird in Betracht gezogen, wenn andere Therapien wie Ernährungsumstellung und Bewegung erfolglos geblieben sind. Die Operation soll die Lebensqualität verbessern und das Risiko für schwere Gesundheitsprobleme senken.

Indikationen für eine Operation

- **BMI ab 40:** Eine Operation kann bei einem Body-Mass-Index (BMI) von 40 oder höher ohne bestehende Begleiterkrankungen in Betracht gezogen werden.
- **BMI ab 35 mit Begleiterkrankungen:** Bei einem BMI ab 35 kann eine Operation durchgeführt werden, wenn schwere, durch Adipositas bedingte Krankheiten vorliegen. Dazu gehören u.a. Diabetes, Bluthochdruck, Herzerkrankungen, Schlafapnoe, Fettleber oder das polyzystische Ovarialsyndrom (PCO).
- **Derzeit ist die Operation die „schärfste Waffe“** gegen die Erkrankung Adipositas und ist ab einem BMI von 35 i.d.R. den anderen Therapieformen (alleinige Lebensstiländerung oder Medikamenten) überlegen.

Wichtige Informationen zum Eingriff

- **Minimalinvasiv:** Die Operationen werden in der Regel minimalinvasiv in sogenannter Schlüssellochtechnik durchgeführt. Dies erfordert nur kleine Schnitte und führt zu einer schnelleren Genesung.
- **Kein kosmetischer Eingriff:** Adipositas-Chirurgie ist eine medizinische Maßnahme und kein kosmetischer Eingriff. Sie zielt darauf ab, die Gesundheit zu verbessern und das Leben zu verlängern.
- **Langfristige Verpflichtung:** Die Operation ist kein „einfacher Weg“. Sie erfordert eine intensive Vorbereitung und lebenslange Umstellung der Ernährungs- und Lebensgewohnheiten. Dazu gehören regelmäßige Nachsorgeuntersuchungen und die tägliche Einnahme von Vitamin- und Nährstoffpräparaten, um möglichen Mangelerscheinungen vorzubeugen.

Zwei häufige Operationsverfahren

1. **Schlauchmagen-Operation:** Der Magen wird auf 70 bis 80 % seiner ursprünglichen Größe reduziert und zu einem schlauchförmigen Organ umgeformt. Dies führt dazu, dass die Patienten schneller satt werden und weniger Hunger verspüren. Zudem wird die Bildung des „Hungerhormons“ Ghrelin stark reduziert und die Wirkung der Darmhormone auf das Hunger- und Sättigungsempfinden, sowie den Verdauungs-, Zucker- und Fettstoffwechsel.
2. **Magen-Bypass:** Ein kleiner Vormagen wird vom restlichen Magen abgetrennt, und ein Teil des Dünndarms wird umgeleitet. Das führt zu einer geringeren Nahrungsaufnahme und reduzierter Kalorienabsorption. Zudem besteht eine starke Wirkung auf die Darmhormone, die das Hunger- und Sättigungsempfinden, sowie den Verdauungs-, Zucker- und Fettstoffwechsel positiv beeinflussen.

Gesundheitsvorteile

- **Bessere Stoffwechselkontrolle:** Die Operation kann den Blutzucker bei Diabetespatienten normalisieren. Oft müssen Patienten nach dem Eingriff keine Medikamente für Diabetes oder Bluthochdruck mehr einnehmen.
- **Reduziertes Krankheitsrisiko:** Das Risiko für Schlaganfälle, Herzinfarkte und bestimmte Krebsarten wie Magen-, Darm- oder gynäkologische Tumoren sinkt deutlich.
- **Steigerung der Lebensqualität:** Die allgemeine Leistungsfähigkeit steigt, und Beschwerden wie Kurzatmigkeit, übermäßiges Schwitzen oder Gelenkschmerzen werden reduziert. Patientinnen mit PCO-Syndrom, die vor der Operation oft keine Kinder bekommen konnten, haben danach eine höhere Chance, schwanger zu werden.

Vorbereitung und Nachsorge

- **Vorbereitung:** Das Programm vor der Operation dauert in der Regel sechs Monate. Es umfasst Ernährungsberatung, Bewegungstherapie und eine psychologische Untersuchung.
- **Nach der Operation:** In den ersten Wochen nach dem Eingriff müssen sich die Patienten an Breikost gewöhnen, da der Magen nur noch sehr kleine Mengen aufnehmen kann. Langfristig muss die Ernährung angepasst werden. Essen und Trinken sollten getrennt voneinander erfolgen, um ein Völlegefühl zu vermeiden.
- Lebenslang ist eine Nachsorge durch einen mit der Erkrankung vertrauten Arzt/Ärztin oder Ernährungstherapeut*in, sowie die Einnahme von Vitamin- und Mikronährstoffpräparaten empfohlen.

Aus dem Podcast
„Schatzkiste Prävention – Der Schlüssel zum Schutz vor Herzinfarkt und Schlaganfall“.
Diese Folge →
Alle Folgen:
www.schatzkiste-praevention.eu