

Dieetbehandeling bij dumpingklachten na een gastric bypass (maagverkleining)

Dieetbehandeling voor:

Naam:

Geboortedatum:

Datum van afgifte:

Naam diëtist:

In deze folder wordt uitleg gegeven over het dumpingsyndroom na een gastric bypass (maagverkleining). Soms komen deze klachten ook voor na een gastric sleeve. Er wordt beschreven welke klachten hierbij ontstaan en er worden adviezen gegeven om deze klachten te verminderen. Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, neem dan contact op met uw diëtist.

De maag

De maag is een onderdeel van het spijsverteringskanaal.

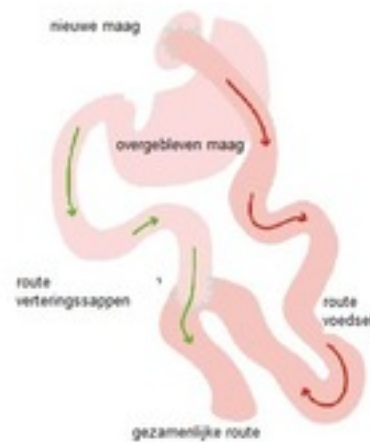
In de maag wordt het voedsel tijdelijk opgeslagen en begint de vertering.

Normaal gesproken blijft het voedsel ongeveer twee tot drie uur in

de maag. Het voedsel wordt fijn gemalen, gekneet en met maagsap vermengd. Bij de uitgang van de maag zit de sluitspier (pylorus).

Deze sluitspier zorgt ervoor dat voedsel in kleine,

fijne hoeveelheden wordt afgegeven aan de dunne darm.



Gastric bypass

Bij een maagverkleining wordt de maag kleiner gemaakt en het spijsverteringskanaal gedeeltelijk omgeleid. Van het bovenste gedeelte van de maag wordt een klein maagje gemaakt. Dit nieuwe maagje wordt verbonden met het tweede gedeelte van de dunne darm. Het voedsel gaat via een smalle doorgang direct door naar de dunne darm. Tussen het nieuwe maagje en de dunne darm zit geen pylorus. Het overgebleven, afgesloten gedeelte van de maag en het eerste stuk van de dunne darm blijven in het lichaam zitten.

Het dumping syndroom na een gastric bypass

Met het dumpingsyndroom worden de klachten bedoeld die ontstaan als de maag zich te snel leegt. Dit ontstaat doordat de pylorus afwezig is en er minder of geen opslag van voedsel in de maag mogelijk is. Hierdoor kan het eten te snel of in een te grote hoeveelheid in de dunne darm terechtkomen. Het dumpingsyndroom wordt onderscheiden in 'vroeg' en 'late dumping'.

Vroege dumping

Vroege dumpingklachten treden binnen 30 tot 60 minuten op na de maaltijd. De klachten ontstaan doordat het eten niet goed fijn gemalen wordt en in een te grote hoeveelheid in de dunne darm terechtkomt. Het kan ook ontstaan wanneer er te snel na de maaltijd wordt gedronken. Als reactie hierop trekt de dunne darm veel vocht aan. Dit heeft als gevolg dat er te weinig vocht in de bloedvaten aanwezig is en de bloeddruk daalt. Doordat er in de darm een grote hoeveelheid vocht ontstaat kan er een vol gevoel of diarree ontstaan.

Klachten bij vroege dumping:

- vol gevoel;
- hartkloppingen;
- duizeligheid;
- zwaktegevoel of sufheid;
- buikpijn en krampen;
- diarree;
- bloeddrukdaling.

Late dumping

Late dumpingklachten ontstaan 1 tot 3 uur na de maaltijd. Vaak ontstaat dit door het eten of drinken van suikerrijke producten. Door het missen van de pylorus komt het voedsel te snel in de dunne darm. Door deze versnelling zijn de productie van insuline en de stijging van de bloedsuikerspiegel niet meer op elkaar afgestemd. Suikers uit het voedsel worden versneld opgenomen en komen terecht in het bloed. De alvleesklier geeft een grote hoeveelheid insuline af om de bloedsuikers op te nemen in de cellen. Maar dit komt te traag op gang, waardoor er nog steeds insuline wordt afgegeven terwijl de bloedsuikers al uit het bloed verdwenen zijn. Hierdoor wordt het bloedsuikergehalte te laag en ontstaan er klachten. Dit wordt ook wel een hypo genoemd.

Klachten bij late dumping:

- trillen;
- zweten;
- duizeligheid;
- neiging tot flauwvallen;
- onrust;
- hartkloppingen;
- hongergevoel.

Behandeling bij dumpingklachten

De behandeling bestaat uit het aanpassen van eetgewoontes

Tips om dumpingklachten te voorkomen:

- Eet regelmatig: 6 tot 8 kleine maaltijden verdeeld over de dag.
- Eet langzaam (30 minuten per maaltijd) en kauw goed.
- Niet eten en drinken tegelijk (tot 30 minuten na een maaltijd wachten met drinken). Drink voldoende tussen de maaltijden.

- Vermijd suiker en suiker bevattende producten zoals suiker, honing, zoet brood beleg, frisdrank, ranja, vruchtensappen, koek of snoep.
- Verdeel koolhydraten (suikers) over de dag (6-8 kleine maaltijden).
- Gebruik maximaal 500 ml melkproducten per dag. In melkproducten zit lactose (melksuiker). Verklein de portiegrootte per eet- of drinkmoment. Zure producten zoals karnemelk, yoghurt en kwark worden vaak beter verdragen omdat ze minder lactose bevatten.
- Soms kan het nodig zijn om het eten van fruit te minderen.
- Bij onvoldoende effect kan een koolhydraatarm dieet worden geadviseerd.

Bij klachten van late dumping is het niet verstandig suikerrijke producten in te nemen. Op deze manier wordt opnieuw de afstemming tussen de productie van insuline en de stijging van het bloedsuikergehalte uit balans gebracht.

Wanneer de klachten blijven bestaan, neem dan contact op met uw behandelend arts.

Tot slot

Neem voor meer informatie contact op met het obesitas centrum via obesitascentrum@etz.nl of telefoonnummer: (013) 221 0310

Persoonlijke dieetbehandeling

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noteer hieronder uw vragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis)	(013) 221 00 00
ETZ Obesitas Centrum	(013) 221 03 10
Secretariaat Paramedische Zorg	(013) 221 00 50