

Het natraject bij een maagverkleining

Deze informatie is belangrijk; lees het goed door

Je hebt het voortraject achter de rug en bent nu geopereerd. Dit is de start van een nieuw leven waarbij de maagverkleining je gaat helpen om je leven te veranderen. Je bent door het OCA (Obesitas Centrum Amsterdam) overgedragen aan ons, Ksyos. Wij zullen je 5 jaar lang begeleiden in het natraject. Hieronder vertellen we stap voor stap hoe je begeleid gaat worden.

Contact

Voor vragen over bijvoorbeeld voeding, vitaminen of afspraken kan je bellen naar de polikliniek van Ksyos via het telefoonnummer **020 600 00 60**. (Bereikbaar op werkdagen van 08.30 tot 17.00 uur)

Neem bij de volgende klachten direct contact op met het OCA/OLVG:

- Bloedbraken, bloed bij de ontlasting of zwarte ontlasting
- Flauwvallen (wegraking of suf zijn)
- Pijn op de borst
- Kortademigheid
- Acute toename van buikpijn of ondraaglijke buikpijn
- Koorts boven 38.4 in combinatie met één van deze bovenstaande klachten

Telefoonnummer:

- Het Obesitas Centrum Amsterdam: **020-5108040**
- Bij geen gehoor of buiten kantoor tijden:
Het Obesitas Centrum Amsterdam, de dienstdoende arts: **020-5108911**

Waarom een natraject?

We begeleiden je vijf jaar om jouw leefstijl voorgoed te helpen veranderen. Een maagverkleinende operatie kan een positieve stap in de goede richting zijn naar een leven zoals jij het wil. Er zijn ook flinke uitdagingen. Zo zal je na de operatie voor de rest van je leven vitaminen moeten slikken, een ander eetritme moeten volgen en moeten letten op je eettechnieken en (gezonde) voedingskeuzes.

Loop je ergens tegenaan, op het gebied van eetgewoontes of je mentale gezondheid, dan begeleiden we je om de goede weg weer te vinden. Is er iets medisch aan de hand, dan zorgen we ervoor dat je door de artsen van het OCA/OLVG gezien kunt worden.

Belangrijk om te weten

Als je de Nederlandse taal niet spreekt, vraag dan iemand om te helpen vertalen. Het is van belang dat je iemand uit je omgeving vindt die jou kan helpen bij het gehele traject. In sommige gevallen is de tolkentelefoon mogelijk. Bel ons vooraf voor de mogelijkheden.

Hoe ziet het natraject er uit?

1. Het eerste consult is een consult met een diëtist. Je gaat dan zelf aan de slag om jouw nieuwe manier van eten en drinken te vinden.
2. We vragen je om elke 3 maanden een vragenlijst in te vullen en je gewicht te meten. Dat gaat via de Ksyos app op je telefoon. Zien we dat er iets niet helemaal goed gaat, dan nemen we contact met je op.
3. Heb je zelf behoefte aan meer begeleiding? Dan kan je altijd bellen naar de polikliniek van Ksyos (zie het telefoonnummer eerder in deze brief). Zij brengen je in contact met een lifestyle coach.
4. Kan de Lifestyle coach je niet verder helpen, dan roept zij de hulp in van een diëtiste of psycholoog. Is er iets medisch aan de hand, dan schakelen we de hulp van de Verpleegkundig specialist in.
5. Na 6 maanden, 12 maanden, en daarna elk jaar, heb je bij het OCA afspraken voor vaste controles. Zij controleren je op medisch gebied.

Consult met de diëtist

De Polikliniek van Ksyos neemt contact met je op om het consult met de diëtist in te plannen. Dit is een consult bij de diëtist op locatie. Mocht dit een probleem zijn, laat dit dan weten, dan kan dit gesprek ook digitaal plaats vinden. De diëtist bespreekt met je hoe het gaat met de aanpassingen in je eetgewoontes. Ook vraagt de diëtist of je klachten hebt, bekijkt of die samenhangen met eten en geeft je advies.

Vragenlijst en gewicht

Na ongeveer 3 maanden vragen we je om een vragenlijst in te vullen. Dat doen we elke 3 maanden opnieuw. Je lifestyle coach ontvangt de antwoorden en bekijkt of je extra begeleiding nodig hebt. In dat geval zal de lifestyle coach contact met je opnemen.

Ook vragen we je om jezelf elke 3 maanden te wegen. Doe dat steeds op dezelfde weegschaal, op dezelfde manier. Als de lifestyle coach ziet dat je te veel bent afgevallen in korte tijd, dan neemt hij of zij contact met je op. Ook als je niet of nauwelijks afvalt is dat een reden voor een gesprek. Tot slot kan de lifestyle coach contact met je zoeken als we geen gewicht of antwoorden van je ontvangen, om te controleren hoe het gaat.

Controle in het ziekenhuis

Na 6 maanden, 12 maanden en daarna elk jaar, word je gecontroleerd bij het OCA, in het OLVG locatie West. Je haalt van tevoren een labformulier op bij het OCA. Twee weken voor de controle afspraak moet je bloed ingeleverd hebben bij het lab. Bij de controle wordt de uitslag besproken. Verder word je gewogen en wordt er gekeken hoe het over het algemeen met je gaat. Als je ziektes had die direct het gevolg zijn van Obesitas, wordt er bekeken hoe het daarmee gaat.