

„Essen und Trinken neu lernen“

INTERVIEW Dr. Carsten Bismarck über Wege aus der Fettleibigkeit

VON MAJA YÜCE

Fritzlar – Über die Wege in ein leichteres Leben informierte am Samstag die Adipositas-Selbsthilfegruppe Schwalm-Eder im Hardehäuser Hof in Fritzlar. Bei krankhaftem Übergewicht ist einer dieser Wege die Adipositas-Chirurgie.

Im Interview spricht Dr. Carsten Bismarck, Chefarzt und Geschäftsführer des Hospitals zum Heiligen Geist, darüber für wen solche Operationen in Frage kommen und wie das Leben der Patienten sich danach verändert.

Herr Dr. Bismarck, welche gesundheitlichen Risiken entstehen durch Fettleibigkeit?

Grundsätzlich führt das krankhafte Übergewicht ab einem BMI von 35 kg/m² Körpergröße zu schweren körperlichen Folgeschäden, wie zum Beispiel Diabetes mellitus, arterielle Hypertonie, obstruktives Schlafapnoesyndrom, Karzinomkrankungen, Arthrose in allen großen Gelenken und anderen körperlichen Sekundärschäden. Festzuhalten ist, dass das krankhafte Übergewicht einen wesentlichen Einfluss auf diese Krankheitsbilder hat. Das bedeutet auch gleichzeitig, dass die Reduktion des Körpergewichtes zu einer deutlichen Reduzierung der genannten Erkrankungen führen kann.

Spielt die Psyche auch eine gewichtige Rolle?

Durchaus, denn oft führt das krankhafte Übergewicht zu einer für den Patienten dramatischen Abwärtsspirale, die auch zu einer sozialen Isolation führen kann. Zudem sind oft psychische Erkrankungen Folge des abnormen Übergewichtes.

Für wen kommt eine Magenoperation denn überhaupt in Frage?

Grundsätzlich ist die operative Adipositasbehandlung im Sinne der bariatrischen Chirurgie bei den Patienten sinnvoll, die trotz mehrfacher ernster Versuche, das Körpergewicht auf nicht operativen Wegen zu reduzieren, keinen Erfolg gehabt haben. Dabei ist es wichtig, dass die nicht operative Therapie aus einer Kombination von einem modifizierten Essverhalten und Sport besteht.

Es gibt auch neuere, medikamentöse Therapieoptionen. Machen diese die Operation überflüssig?

Diese Optionen haben einen nicht unerheblichen Einfluss auf den Verdauungstrakt des



Übergewichtige Männer und Frauen: Fettleibigkeit nimmt immer weiter zu und hat das Ausmaß einer Volkskrankheit angenommen.

FOTO: DPA

Patienten und sein Wohlbefinden. Und oft kommt es nach dem Absetzen dieser medikamentösen Therapie zu einem sogenannten Jojo-Effekt – wie bei der Abnahme durch Diäten.

Also bleibt dann für krankhaft übergewichtige Menschen oft nur der Weg der Operation?

Relativ häufig ist das der einzige Weg. Die Patienten werden sehr unfähig über Art und Umfang, Risiken und Chancen der Eingriffe aufgeklärt. Gleichzeitig wird im Vorfeld durch eine laborchemische Analyse der Blutparameter eine Erkrankung der inneren Drüsen (Schilddrüse, Nebenniere) ausgeschlossen.

Was sind die größten Veränderungen für die Patienten nach einer Magenverkleinerung?

Nach der Operation sind vom Patienten bestimmte Verhaltensweisen in Bezug auf die Technik des Essens und Trinkens neu zu erlernen und zu trainieren. Grundsätzlich sollte nach einer solchen Operation darauf verzichtet werden, hochkalorische dünnflüssige Kost, also Alkohol in größeren Mengen, Cola, Fanta, Spritze, gesüßter Kaffee oder Süßigkeiten in größerem Umfang, zu konsumieren.

Was gilt es denn sonst noch nach einer Magenoperation bei der Ernährung zu beachten?

Es ist wichtig, dass der Patient nach der Operation eine

grundsätzlich gesunde Ernährungsweise mit hochwertigen Nahrungsbestandteilen (Fisch, Gemüse, Obst) praktiziert und im Besonderen darauf achtet, durch eine tägliche Substitution von Vitamin- und Mineralpräparaten für einen ausgeglichenen Vitamin- und Mineralstoffwechsel in seinem Körper sorgt.

Und wie verändert sich das Leben der Patienten nach einer Operation?

Sehr häufig merken wir bei den Patienten, die in den ersten Monaten nach der Operation sieben bis 15 Kilo Körpergewicht pro Monat verlieren, dass die Lust an der körperlichen Bewegung, der aktiven Teilhabe am Leben und die Freude an sozialen Kontakten wiederkehrt. Übrigens: Die Angst vor einem übermäßigen Gewichtsverlust ist unbegründet. In der Regel nehmen Patienten maximal bis zu ihrem oberen Normalgewicht ab.

Wie stellen Sie sicher, dass die Patienten gesund abnehmen?

Es gibt regelmäßige Nachsorgeuntersuchungen nach einem solchen Eingriff. So erfolgt im ersten Jahr nach der Operation insgesamt vier Nachsorgeuntersuchungen, bei denen durch Labor- und klinische Untersuchungen der Status des Körpers hinterfragt wird und gleichzeitig bei Bedarf entsprechende Therapieempfehlungen gegeben werden. Dieser Nachsorgehythmus verändert sich in

den Folgejahren dann auf einmal jährlich.

Gibt es auch Probleme, die durch die Abnahme entstehen können?

Eine Belastung für die Patienten kann die durch die Gewichtsreduktion verursachte lockere überschüssige Haut werden. Doch auch dabei kann durch eine plastisch-rekonstruktive Chirurgie Abhilfe geschaffen werden. Allerdings muss dann die Gewichtsreduktion abgeschlossen sein und über mehrere Monate stabilisiert haben.

Die medizinische Betreuung ist das eine, doch wie sieht es in Sachen Erfahrungsaustausch aus – welche Möglichkeiten gibt es?

Der Weg durch die Gewichtsreduktion ist für den betroffenen Patienten in der Regel sehr aufregend. Häufig wünschen sie sich nach der erfolgreichen Abnahme, dass sie diesen Weg früher beschritten hätten. Nach unserer Erfahrung ist es daher sehr sinnvoll, dass sich interessierte Patienten bei der Selbsthilfegruppe Adipositas vorstellen. Dort erhalten sie dann eine realistische Einschätzung von ehemals Betroffenen und können sich so ein Bild der zu erwartenden Therapie und des Verlaufes nach einer Adipositasoperation machen.

Geht es bei der Selbsthilfegruppe ausschließlich um die operative Therapie?

Nicht nur, die Adipositas Selbsthilfegruppe Schwalm-Eder betreut Interessierte

ZUR PERSON



Dr. Carsten Bismarck hat sein Studium der Humanmedizin in Leipzig und Jena absolviert. Seinen Facharzt für Allgemeiner- und Viszeralchirurgie absolvierte der Mediziner am Klinikum in Fulda. Dort arbeitete er im Anschluss daran für mehrere Jahre als Oberarzt. Seit Anfang 2009 ist Dr. Bismarck Chefarzt am Hospital zum Heiligen Geist; seit diesem Jahr hat er zudem die Position des Geschäftsführers inne. Der Chirurg ist verheiratet, Vater zweier Söhne und lebt in Fritzlar. may

und Betroffene in Fragen einer effektiven nicht operativen Therapie, aber auch in Fragen der operativen Therapie. Das engagierte Team trifft sich dabei regelmäßig einmal im Monat, um Gedanken und Erfahrungen auszutauschen und anderen Hilfe und Unterstützung zu geben. Die Teilnehmer der Gruppe stehen sich also mit Rat und Tat zur Seite. Und sowohl vor als auch nach der Operation steht das SHG-Team den interessierten und hilfsbedürftigen zur Seite.

Kontakt zur Selbsthilfegruppe: adipositas-shg-schwalm-eder.de

Auto beschädigt: Polizei bittet um Hinweise

Homburg – Ein Unbekannter hat ein geparktes Auto in Homburg im Heideweg beschädigt und ist dann geflüchtet. Wie die Polizei mitteilte, kam es zwischen Freitag, 23 Uhr und Samstag 7.15 Uhr dazu.

Ein 68-Jähriger aus Homburg bemerkte den Schaden links an seinem Auto. Der Unbekannte soll einen Toyota fahren, da eine Radkappe neben dem Auto des 68-Jährigen lag. Der Schaden liegt bei 1700 Euro. bec

Hinweise an die Polizei, Tel. 0 56 81/77 40

Unbekannter beschädigt geparktes Auto

Homburg – Die Polizei sucht Zeugen. Ein Unbekannter hat in der Rudolf-Harbig-Straße in Homburg ein geparktes Auto beschädigt. Danach soll er geflüchtet sein. Ein 58-Jähriger aus Frielendorf parkte sein Auto dort am Freitag in der Zeit von 7.15 Uhr bis 16.50 Uhr. Der Schaden liegt bei 500 Euro, teilte die Polizei mit. bec

Hinweise an die Polizei in Homburg Tel.: 0 56 81/77 40

Gemeinde kauft Grundstück für Dorfplatz

Knüllwald – Für die Neugestaltung eines Dorfplatzes in Appenfeld kauft die Gemeinde ein Grundstück in der Schmiedeburgstraße. Der Kaufpreis von 21 500 Euro ist nicht durch die Dorfentwicklung förderfähig und geht zu Lasten der Gemeinde, erläuterte Bürgermeister Jürgen Roth in der jüngsten Sitzung.

Ein weiteres Thema in der Sitzung war die zu besetzende Stelle des Jugendpflegers. Die soll in naher Zukunft besetzt werden. Es wird voraussichtlich eine Kooperation mit dem Beiserhaus geben, wenn die Zuschüsse vom Landkreis bewilligt werden, hieß es in der jüngsten Sitzung. zty

Parlament tagt auch zur Fusion der Sparkassen

Borken – Die Borkener Stadtverordneten kommen am Donnerstag, 17. November, ab 19.30 Uhr im Hotel am Stadtpark zu ihrer Herbstsitzung zusammen.

Auf der Tagesordnung stehen die geplante Fusion der Stadtparksparkassen von Borken und Schwalmstadt zur neuen Sparkasse Borken-Schwalmstadt, die die Parlamentarier beschließen müssen, bevor sie umgesetzt werden kann.

Außerdem geht es um die Bauleitplanung für die Innenstadtentwicklung im Bereich Weststrandstraße/Schwalmweg, einen gemeinsamen Antrag von FWG und CDU auf den Bau einer Pumptrack Sport- und Freizeitanlage als multifunktionaler „Bikepark“ und den Bau eines Bushaltestellenhauses vor der GHS und Schule am Tor.

Zudem will die SPD wissen, wie der Stand der Bauarbeiten am Spielplatz Dorfbrunnweg ist. Zuschauer sind willkommen. bra

Die Begriffe und was dahinter steckt

■ Bariatrische Chirurgie

Magenoperationen im Sinne der bariatrischen Chirurgie sind laut Dr. Carsten Bismarck, Klinikleiter des Hospitals zum Heiligen Geists in Fritzlar, indiziert bei Patienten mit krankhaftem Übergewicht ab einem BMI von 40 kg/m² Körpergröße. Bei einem BMI von 35 kg/m² Körpergröße aufsteigend kann diese Art von Therapie zusätzlich bei Patienten mit schwerwiegenden Erkran-

kungen (Diabetes mellitus, schwere andere Co-Erkrankungen) angewandt werden.

■ Adipositas

Adipositas bzw. Fettleibigkeit ist ein starkes Übergewicht, das durch eine über das normale Maß hinausgehende Vermehrung des Körperfettes mit krankhaften Auswirkungen gekennzeichnet ist. Eine Adipositas liegt nach Definition der Weltgesundheitsorganisation ab einem Kör-

per-Masse-Index (BMI) von 30 kg/m² vor.

■ BMI

Der Bodymassindex, auch BMI genannt, ist eine Maßzahl für die Bewertung der Körpermasse eines Menschen in Relation zu seiner Körpergröße. Der BMI ist umstritten, da er die Statur eines Menschen und die individuell verschiedene Zusammensetzung der Körpermasse aus Fett- und Muskelgewebe

nicht berücksichtigt. Normal ist ein BMI zwischen 18,5 und 25. Der BMI wird berechnet: Körpermasse (kg) geteilt durch Körpergröße zum Quadrat (m²). BMI=kg/m².

■ Bariatrischer Eingriff

Fachbegriff aus der Übergewichtschirurgie. Bezeichnet den chirurgischen Eingriff.

■ Indikation

Faktor, der für eine medizinische Maßnahme bei einem

bestimmten Krankheitsbild spricht.

■ Kontraindikation

Faktor, der gegen eine bestimmte diagnostische oder therapeutische Maßnahme (z. B. Eingriff oder Medikamente) spricht.

■ Konservative Therapie

Bekämpfung der Adipositas durch Ernährungsumstellung, Diäten und Lebensumstellung, ohne Operation. may