

Ein neues Leben nach der Magen-OP

Von 140 auf 68 Kilogramm: Undine Jäger aus Borken lebt gesünder und glücklicher

Borken – Undine Jäger aus Borken hat ein zweites Leben geschenkt bekommen. „Das genieße ich in vollen Zügen“, sagt sie. Auslöser für ihr Wohlbefinden und die Lebensqualität war eine Schlauchmagen-Operation am 14. Februar 2013. „Mein zweiter Geburtstag.“

Sie wurde im Fritzlärer Hospital Zum Heiligen Geist von Dr. Carsten Bismarck operiert. Die OP verlief so gut, „dass ich direkt danach nach Hause hätte fahren können“. Seit der Operation hält sie ihr Gewicht von etwa 68 Kilogramm – vor 2013 hat sie 140 Kilogramm gewogen. „Diese Zahl habe ich ganz weit weg verbannt“, sagt Jäger.

Wenn sie heute Fotos von damals sieht, wird ihr ganz anders. „Ich kann da nicht hinschauen.“ Wenn sie heute an einem Schaufenster vorbeigeht, traut sie kaum ihren eigenen Augen. Sie habe vor 13 Jahren keine Lebensqualität mehr verspürt, keinen Spaß am Leben und am Alltag gehabt. Auch nicht an ihrem Job in der Pflege. „Eines Tages wurde alles sehr schwer und anstrengend für mich“, sagt die 66-Jährige.

„Wenn man dieses Geschenk erhält, dann achtet man auf sein Leben.“

Undine Jäger

Mit einem Gewicht von 140 Kilogramm fingen die Wehwechen bei Undine Jäger an. Diabetes, zu hoher Blutdruck, die Gelenke taten weh. „Jeder Schritt war schwer für mich“, sagt sie heute. Sie habe es dann nicht mehr ausgehalten und sei 2012 zur Adipositas-Gruppe ins Fritzlärer Hospital gefahren. Eine Gruppe von Menschen, die dasselbe wie sie erfahren haben, einige die vor einer OP standen. Andere haben von ihren Erfolgen berichtet. „Das hat mich motiviert“, sagt Jäger.

Bis dato habe sie alles getestet: Low-Carb-Diäten, weniger essen, mal so zehn bis fünfzehn Kilo habe sie sogar mal verloren. „Aber dann hat mir eine Autoimmunerkrankung auch noch



Einer ihrer Lieblingsorte: Undine Jäger aus Borken verbringt gerne Zeit in ihrem Garten. Seit ihrer OP fühlt sie sich nun sehr wohl in ihrem Körper.

einen Strich durch die Rechnung gemacht. Durch die Cortison-Therapie habe ich noch mehr zugenommen“, sagt Undine Jäger.

Seit der Operation achtet die 66-Jährige ganz genau auf ihre Ernährung. „Wir essen nur gesundes Fleisch zu Hause. Und ganz viel Gemüse aus dem eigenen Garten.“ Außerdem trinkt sie nur noch stilles Wasser, weil Sprudelwasser den Magen wieder viel zu sehr weiten würde. „Wenn man dieses Geschenk erhält, dann achtet man auf sein Leben“, sagt die Frau, die täglich mit ihren zwei Hunden auch viel in der Natur unterwegs ist.

Neben all den Veränderungen bei Ernährung und Bewegung habe sie sich einen festen Wunsch vorgenommen: „Nach

der Operation wollte ich mir eine rote Hose kaufen“, sagt sie. Gesagt, getan. Mit dem Gewicht vor der OP hätte sie niemals eine rote Hose angezogen, sagt sie. „Ich habe eher immer nach dunkler Kleidung gegriffen, um zu kaschieren.“

Zwar nicht mit der roten Hose, aber mit Sportklamotten hat sie acht Wochen nach der OP den Großen Arber erklommen, den König des Bayerischen Waldes. „Dass ich das geschafft habe, war wunderschön“, sagt Jäger.

Was die zweifache Mutter nicht gemacht hat, ist eine OP nach der Schlauchmagen-OP. „Ich wollte keine Schönheitsoperation“, sagt sie deutlich. Daher habe sie sich keiner Hautstraffung unterzogen. „Das



Undine Jäger aus Borken hat ihr Gewicht seit einer Schlauchmagen-Operation 2013 halbiert und lebt seitdem glücklicher und gesünder.

FOTO/REPRO: CORA ZINN

stört mich nicht. Und wen es stört, der soll wegschauen“, so Jäger.

Nicht nur ein Ritual hat sie seit der erfolgreichen Operation im Hospital: Zum einen feiert sie am 14. Februar jedes Jahres ihren zweiten Geburtstag, zum anderen stellt sie sich jeden Samstag auf die Waage. „Ich notiere mir mein Gewicht, um al-

les im Überblick zu behalten. Am Ende macht es mich einfach nur stolz, dass da nur 68 Kilogramm stehen.“ Die starke Frau empfiehlt jedem Menschen solch eine Operation: „Weil es einfach schön ist. Ich würde es immer wieder tun. Es geht doch um die eigene Gesundheit“, betont die Borkenerin. **CORA ZINN**

» ARTIKEL UNTEN

Schlauchmagen-OP

Ein Schlauchmagen ist ein chirurgisches Verfahren der Adipositaschirurgie, bei dem etwa 80 bis 90 Prozent des Magens laparoskopisch („Schlüsselloch-Technik“) entfernt werden. Zurück bleibt ein schlauchförmiger Restmagen, der etwa 60 bis 120 Milliliter Volumen umfasst. Durch stark verringerte Nahrungsaufnahme und die Reduzierung des Hungerhormons Ghrelin kommt es am Ende zu einer effektiven Gewichtsabnahme. **CZN**

Chancen, Ablauf und Risiken der Schlauchmagen-OP

KURZ GEFRAGT Dr. Carsten Bismarck erklärt, was Patienten im Fritzlärer Hospital erwartet

Dr. Carsten Bismarck vom Fritzlärer Hospital zum Heiligen Geist kennt sich mit Schlauchmagen-Operationen aus. Er hat als Chefarzt für Allgemein-, Viszeral- und Adipositaschirurgie auch Undine Jäger aus Borken operiert und begleitet.

Herr Dr. Bismarck, wenn Patienten mit dem Wunsch nach einer Schlauchmagen-Operation ins Hospital kommen: Welche Ausgangssituation erleben Sie am häufigsten?

Grundsätzlich ist es vollkommen egal, ob es sich hier um Patienten mit dem Wunsch nach einer Schlauchmagen-Operation oder um andere operative Eingriffe bei krankhaftem Übergewicht handelt. Patienten, die mit sehr starkem Übergewicht mit der Bitte um operative Unterstützung ins Fritz-

lärer Hospital kommen, haben meist einen jahrzehntelangen Leidensweg hinter sich, auf dem sie unterschiedlichste Versuche unternommen haben, ihr Gewicht zu kontrollieren.

Wie erklären Sie einem Patienten, was bei einer Schlauchmagen-Operation passiert?

Speziell wird bei einer Schlauchmagen-Operation in minimalinvasiver Operationstechnik (fünf kleine, etwa 0,5 Zentimeter große Schnitte in horizontaler Anordnung oberhalb des Nabels) der Magen sack zu einem schmalen Schlauch reduziert, wobei der Teil des entfernten Magens die hormonbildenden Zellen enthält, die das Hungerhormon Ghrelin produzieren. Fehlt dieses Hormon, ist faktisch der Appetit auf Essen drastisch reduziert. Hinzu kommt die



Dr. Carsten Bismarck
Chefarzt

deutlich reduzierte Füllmenge des verbliebenen Magenschlauchs. So können die Patienten nur noch kleine Portionen essen, haben allerdings auch kein Hungergefühl mehr. Ebenso kommt es durch eine Umstellung der hormonellen Ausschüttung im Magen-Darm-Trakt zu einer veränderten Verdauung, sodass die Patienten rasch und deutlich an Gewicht verlieren. Wir sprechen in den Anfangsmonaten von sieben bis fünfzehn Kilogramm Gewichtsverlust pro

Monat. Wichtig zu erwähnen ist, dass infolge der geringeren Nahrungsaufnahme, die für den Körper wichtigen Vitamine aktiv im postoperativen Verlauf zugeführt werden müssen, um einen Vitaminmangel im Körper zu vermeiden.

Welche gesundheitlichen Vorteile können Patientinnen und Patienten realistisch erwarten?

Übergewicht macht krank. Erkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes, Gelenkverschleiß, Bandscheibenvorfälle, aber auch Depressionen werden häufig durch das krankhafte Übergewicht verursacht. Wird das Übergewicht nun deutlich reduziert, lebt der Patient gesünder. Gelenkschädigungen und Wirbelsäulenerkrankungen kann man zwar mit einer Gewichtsreduktion nicht mehr heilen, allerdings

ertragen die Patienten dieser irreversiblen Veränderungen dann deutlich schmerzfreier.

Viele Menschen haben Angst vor Komplikationen: Welche Risiken sprechen Sie in Ihrem Aufklärungsgespräch offen an?

Die operative Therapie birgt – ebenso wie medikamentöse Therapien – immer das Risiko einer Komplikation. Insgesamt liegt die Komplikationsrate bei der Schlauchmagenoperation unter einem Prozent. Dennoch gehen die Ärzte aus dem Fritzlärer Hospital mit möglichen Komplikationen sehr offen um und beschreiben diese detailliert den Patienten. Klassische Komplikationsmöglichkeiten sind Blutungen oder Verletzungen von benachbarten Organen.

FOTO: HOSPITAL ZUM HEILIGEN GEIST

Diebe stahlen Bronzefigur von Grab

Ungedanken – Beim Vorfall in und rund um die Kapelle am Büraberg in Ungedanken, bei dem am vergangenen Wochenende unter anderem 20 Gräber beschädigt wurden, haben die Unbekannten auch eine Vase und eine Bronzefigur gestohlen, die auf einem Grab angebracht waren. Eine Zeugin meldete das jetzt der Polizei.

Nach derzeitigem Stand der Ermittlungen stahlen die Unbekannten eine Vase und eine Bronzefigur, die im Grabstein des Verstorbenen eingelassen war. Außerdem wurde die Grabstätte beschädigt. Der entstandene Schaden wird von der Polizei auf einen Betrag im unteren vierstelligen Bereich geschätzt.

Die Kriminalpolizei in Homberg hat die Ermittlungen aufgenommen und bittet mögliche weitere Geschädigte, sich zu melden. Außerdem werden Zeugen aufgerufen, die Beamten zu kontaktieren: Tel. 0 56 81/7740. **chm**



Beschädigt: Vom Grab wurden eine Vase und eine Bronzefigur gestohlen.

FOTO: POLIZEI

Tipps für die große Tour mit Pferd und Kutsche

Schwalm-Eder – Die Vereinigung der Freizeitreiter und -fahrer Deutschland (VFD), Bezirksverband Schwalm-Eder, lädt für Freitag, 20. März, ab 20 Uhr zu einem Onlinestammtisch mit dem Thema „Wanderriten und -fahren - das war schon immer mein Traum“ ein.

Die Moderation übernimmt Sabine Schwalm, ETCD-Trekkingführerin und VFD-Wanderritführerin. Sabine Schwalm ist seit 1993 mit ihren Haflingern und ihrem Hund sowohl geritten als auch mit der Kutsche auf teilweise bis zu zwei Wochen dauernden Wandertouren in Deutschland unterwegs, heißt es in der Ankündigung.

Es wird unter anderem darum gehen, wie man einen Wanderritt oder eine Wanderrfahrt mit Pferd am besten angeht. Bei dem Onlinetreffen können die Teilnehmenden alle Fragen dazu stellen. Sabine Schwalm wird diese mit ihrer jahrzehntelangen Erfahrung im Wanderriten und -fahren beantworten.

Nach Zahlung des Unkostenbetrags von 5 Euro auf das Konto der Veranstaltenden wird der Onlinelink für den Abend zugeschickt. **Infos** bei Sabine Schwalm, Tel. 06691/22395, Whatsapp 0173/5448847 oder sabine.schwalm@vfdnet.de **cek**