

# Nachsorgeempfehlung Roux-Y-Magenbypass/ Mini-Gastric-Bypass

**Klinik für Allgemein-, Viszeral-  
und Thoraxchirurgie**



Chefarzt Dr. med. H. Helfritzsch  
Leitender Chefarzt

Sekretariat: 03671 541300  
Telefax: 03671 541299  
Leitung Adipositaschirurgie:  
Ltd. OA Dr. med. A. Fischer

Sehr geehrter Patient, sehr geehrte Patientin,

nach bariatrischer operativer Therapie kann es innerhalb kurzer Zeit zu einem raschen Gewichtsverlust kommen. Die Hauptverantwortung für eine erfolgreiche Therapie tragen Sie als Patient selbst, wir unterstützen Sie dabei im Rahmen unserer regelmäßig durchgeführten Sprechstunden.

Durch die deutlich geringeren Nahrungsmittelmengen kann der Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Protein nicht immer ausreichend gedeckt werden, sodass eine regelmäßige und lebenslange Einnahme von Vitaminen und Mineralstoffen erfolgen muss. Während des stationären Aufenthaltes werden bereits entsprechende Ernährungsempfehlungen.

## • Supplementierung

(nach S3-Leitlinie: Chirurgie der Adipositas und metabolischer Erkrankungen - Februar 2018)

- Multivitaminpräparat A-Z: 2 x täglich (RDA 200%)
  - Vitamin B1, A, E, K - keine Dosisempfehlung
  - Eisen (*als Sulfat, Fumarat, Glukonat*): 50 mg/ Tag
  - Zink (*als Glukonat, Sulfat, Azetat*), Kupfer (*als Glukonat, Oxid, Sulfat*)
  - Folsäure: 600 µg/Tag
- Calcium (*als Ziträt*): 1.200 - 1.500 mg / Tag
- Vitamin D: mind. 3000 IE/ Tag, Serumkonzentration > 30 ng/ml
- Magnesium (*als Ziträt*): 200 mg/ Tag
- Vitamin B12: 1.000 - 3.000 µg alle 3 - 6 Monate s.c. oder i.m. oder 1000 µg/ Tag oral
- Eiweißzufuhr: > 60 g/ Tag

zusätzlich:

- Ursodeoxycholsäure (UDC®) 250 mg 2 x 1 Tablette (für 6 Monate)
- Pantoprazol 40 mg 1 x 1 Tablette (für 3 Monate)

Wir raten Ihnen zu regelmäßigen Laborkontrollen entsprechend nachfolgend aufgelisteten Empfehlungen. Überprüft werden sollten alle Parameter, die auf eine Mangelernährung hindeuten könnten.

Des Weiteren bitten wir um die Vorlage der aktuellen Blutwerte zum jährlichen Follow-up.

## • Kontrollen

	1. Jahr				2. Jahr		3. Jahr	4. Jahr	5. Jahr
Monate	3	6	9	12	18	24			
Gewicht/BMI	x	x	x	x	x	x	x	x	x
EWL	x	x	x	x	x	x	x	x	x
<b>Anamnese:</b>									
- allgemein	x	x	x	x	x	x	x	x	x
- Ernährung	x	x	x	x	x	x	x	x	x
- Bewegung	x	x	x	x	x	x	x	x	x
- Verhalten	x	x	x	x	x	x	x	x	x
<b>Labor:</b>									
- kl. Blutbild		x		x		x	x	x	x
- GPT, GGT, Bili gesamt		x		x		x	x	x	x
- Kreatinin, Harnsäure		x		x		x	x	x	x
- Elektrolyte (+ Ca <sup>2+</sup> )		x		x		x	x	x	x
- Cholesterin, LDL, HDL, Triglyceride				x		x	x	x	x
- Ferritin		x		x		x	x	x	x
- 25 (OH) Vitamin D3				x		x	x	x	x
- Parathormon				x		x	x	x	x
- Folsäure				x		x	x	x	x
- Vitamin A, B1, B12		x		x		x	x	x	x
- Albumin		x		x		x	x	x	x
- HbA1c, nüchtern BZ		x		x		x	x	x	x

## • Gastroskopie

Ambulante Magenspiegelungen sind in 2-jährigem Abstand empfohlen.

## • Adipositas-Selbsthilfegruppe

trifft sich jeden 3. Dienstag im Monat um 18.00 Uhr im Ärztekasino der Thüringen-Klinik Saalfeld