

SiDE 2

CATWALK * LIVSSTIL * HELSE * UNDERHOLDNING * SAMLIV * BLOGG * DRØMMEFABRIKKEN

24.NO HOROSKOP MITTOPPDRAK SPILLELISTEN DATING TRAV ODDSEN TIPPING LOTTO VIKING LOTTO



HELSE:

FEDMEOPERASJON: En siste mulighet for dem som er svært overvektige kan være slankeoperasjon. For mange er det likevel vanskelig å holde på vekten. Foto: Jupiterimages (Getty Images/Priska Dnt RF)

- Fedmeopererte klarer ikke holde vekten

- Mange tror at fedmeoperasjon er en «quick fix» for å gå raskt ned i vekt. Det er det ikke, sier Jørgen Foss.



Av: **GURO HOLMENE**
PUBLISERT 09.11.12 17:58

Annonse fra Google

Fedmeoperasjon

Det eneste private sykehuset for fedmeoperasjon på Vestlandet.
Bariatriccenter.no/Ulriksdal

(SIDE2:) - Operasjonen er et verktøy, men jobben må man klare selv. For å klare å gå ned i vekt kreves det mye jobb og styrke, og at man er innstilt på en livsstilsendring, sier lederen for Landsforeningen for overvektige, Jørgen Foss.

Han opplyser at de fleste går noe opp i vekt et par år etter en fedmeoperasjon.

- Alle går opp noe etter at kroppen har stabilisert seg, det er helt vanlig. Man må jobbe for å opprettholde vekten. Mange tror at fedmeoperasjon er en «quick fix» for å gå raskt ned i vekt. Det er det ikke, det er en kjempejobb, understreker han.



TJENESTER

Sjekk cyber monday-salgene

Netthandelens andre store dag er her. Sjekk tilbudene.

KOMMERSIELL PARTNER



Politiker og leder av Landsforeningen for overvektige, Jørgen Foss.
Foto: Guro Holmene

- Vært gjennom alle slankekurer

Klinikken Teres Medical Group og ernæringseksperter fra Grete Roede inngår nå et samarbeid, nettopp for å følge opp personer som har utført vektreduserende operasjon. En rapport fra Belgia viser at gjennomsnittlig vekttap for 126 slankeopererte pasienter etter to år, var redusert fra 88 prosent på det meste, til 56 prosent. Det betyr at mange av dem som lar seg operere, faller tilbake. Tallene gjenspeiler situasjonen her hjemme, mener sjef i Teres Medical Norge, Erik Grefberg.

De skal tilby fem års oppfølging etter gjennomført fedmeoperasjon. På den måten håper de slankeopererte skal klare å holde vekten.

- Personene som får en slik operasjon utført har vært gjennom alle slankekurer du kan tenke deg. Uten å

lykkes. Alle har en kraftig følelse av og ikke mestre sin egen kropp og liv. Disse personene får en fantastisk opplevelse etter en operasjon, de blir lettere i kroppen, og kan gjøre mer, sier Grefberg og fortsetter:

- Men det er ikke sikkert de har klart å legge om livsstilen, og da holder det ikke. Vi vet at etter ett til to år får mange utfordringen ved at de legger på seg igjen.

- De føler seg mislykket, de tenker at de ikke engang har klart å bli slankere via en slankeoperasjon. Derfor tilbyr vi fem års oppfølging.

Sammen med Grete Roede følger de opp slankeopererte, slik at de skal klare å opprettholde en endret livsstil.



- Vi mener at de som er blitt operert må legge om livsstilen allerede første dag etter operasjonen. Mange vil også få en utfordring mentalt, og da mener vi det er viktig med en seriøs aktør som fra første dag står klar med et helhetlig opplegg som går på ernæringsrådgivning, mosjon, og eventuelt psykologhjelp. Når personen da kommer til motbakken, så er han eller hun forberedt.



- Jeg har ikke tall på hvor lenge, men det kan være snakk om mellom fem til 10 år, sier Erik Grefberg om ventetiden i det offentlige for å få dekket fedmeoperasjon. Foto: Fotograf Olav Erik Storm

Hvem får operasjon?

Grefberg opplyser at tidligere i det offentlige var BMI-grensen på 35 for å få dekket en fedmeoperasjon.

- Men nå er grensen flyttet til 40, når du er oppe i 40 er du stor. Da er du sykkelig overvektig. Faktisk defineres 35 som sykkelig overvektig. I det offentlige er det også en utrolig lang venteliste. Jeg har ikke tall på hvor lenge, men det kan være snakk om mellom fem til 10 år, avhengig av alder og sykdomshistorie, sier han og legger til:

- Hos oss har vi en BMI-grense på 35, men likevel bedømmer kirurgene hvem som skal få operasjon. Det legges individuelle vurderinger til grunn.

Grefberg forklarer at de utfører to ulike slankeoperasjoner ved sine klinikker. Den ene er gastric bypass, som vil si at magesekken kobles ut av fordøyelsessystemet. Deler av tynntarmen kobles også ut for å redusere næringsopptaket. Kombinasjonen av redusert næringsinntak fra magesekken og tynntarmen, fører til vektreduksjon. Det andre inngrepet, gastric sleeve, betyr at magesekken gjøres smalere enn den er i utgangspunktet.

- Dette inngrepet gir samme effekt, ved at man blir fort mett fordi det lille reservoaret som er igjen, fylles svært raskt opp når man spiser, sier Grefberg.

Derfor klarer ikke vekten å holdes

- Vektopererte trenger også hjelp og veiledning til å endre livsstil. En operasjon er et virkemiddel, en hjelp til å lykkes med å endre livsstil, men uten en livsstilsendring, viser den belgiske undersøkelsen at kun et fåtall oppnår et varig resultat, sier ernæringsfysiolog Kari H. Bugge hos Grete Roede.

Hun mener at det er en kompleks sammenheng at flere ikke klarer å holde på vekten etter en operasjon. Det kan være alt fra dårlige vaner og medisinske årsaker til at de har brukt mat på andre måter enn bare å tilfredsstille sult. Disse utfordringen blir ikke borte selv om en operasjon er gjennomført. Det er viktig å ta tak i spisevaner og måltidsmønsteret, og ikke minst jobbe med bevisstgjøring rundt levevanene, mener Bugge.

- Hvis man ikke tar tak i denne jobben, men heller prøver å lure i seg den usunne maten, så viser forskning at det er mulig å sabotere behandlingen. Gjennom vår helhetlige tilnærming til livsstilsendring, kan vi bidra til at de slankeopererte kommer inn på et godt spor.

Bugge understreker at det er mange årsaker til overvekt, og det finnes ikke en enkel løsning som passer til alle. De jobber med fysisk aktivitet, motivasjon, mestring og det mentale.

- Etter en operasjon må matmengden reduseres mye. Da er det ekstra viktig at det du spiser er næringsrikt og sunt. Da anbefales et Roede-kosthold, fordi vi er gode på å optimalisere næringsinnholdet i kosten, og det har denne gruppen nytte av.



Ernæringsfysiolog Kari H. Bugge.

Ernæringsfysiologen opplyser at det generelt i Norge kun opereres en gang.

- Det er en stor beslutning å la seg operere. Mislykkes man med det, da er det ikke mer å gå på. Derfor er det svært viktig å gi et oppfølgingstilbud som gjør at de lykkes.

Etterlyser psykologhjelp

Foss har vært åpen om at han har utført fedmeoperasjon, noe han valgte å gjøre privat grunnet den lange ventetiden i det offentlige. Han synes det er bra at klinikker begynner med flere års oppfølging etter operasjon.

- Oppfølgingen i Norge er nok varierende fra sykehus til sykehus. Jeg mener det er

vesentlig at man får en god oppfølging, både i det offentlige og i det private. Og man bør få oppfølging i flere år. I dag er tilbudet variert, noen steder er det bra, men der det generelt skorter mest er når det gjelder tilbudet til psykologhjelp, sier Foss og fortsetter:

- En ting er kosthold og mosjon, en annen ting er å få med seg hodet. Noe av det viktigste etter en operasjon er psykolog, og noen å snakke med.