

Gewichtsverlust als Glücksbringer

Nach Magenverkleinerung startet Anne Jaschinski richtig durch: neuer Job und neuer Lebensmut

Nanette Franke

Für Anne Jaschinski hat 2015 ein neues Leben begonnen: Wöchentlich verliert sie an Gewicht und gewinnt täglich an Beweglichkeit und Lebensfreude hinzu. Die 32-jährige ärztliche Assistentin aus Oerzen im Landkreis Lüneburg hat sich im Dezember vergangenen Jahres im Krankenhaus Winsen den größten Teil ihres Magens entfernen lassen. Und sie hat diese Entscheidung bis heute keine Sekunde bereut.

Urlaubsbilder machten Anne Jaschinski im Frühjahr 2014 klar: Da war etwas völlig aus dem Lot geraten. Die einstmals schlanke Frau, die Volleyball und Fußball gespielt, vier Pferde versorgt und als passionierte Reiterin im Gelände furchtlos über Stock und Stein geprescht war, hatte gewaltig zugelegt: 122,7 Kilo bei 1,69 Metern Größe. Eine Last, die sie durch den Alltag schleppte. „Schon ein paar Treppen zu steigen brachte mich ins Keuchen. Das Spielen mit meinem kleinen Nefen machte keinen Spaß mehr, weil ich viel zu ungeschickig war. Und im Sattel fühlte ich mich nicht mehr wohl“.

Lange hatte Anne Jaschinski ihre stetige Gewichtszunahme ignoriert. Ihr Arbeitsplatz in einer Zahnarztpraxis mit überwiegend sitzender Beschäftigung, Mittagspausen mit Fast Food und jeder Menge Süßigkeiten und Kuchen, die dankbare Patienten ihr mitbrachten – Anne Jaschinski griff zu, ohne nachzudenken, und verlor nach und nach den Kontakt zu ihren wahren Bedürfnissen. „Ich hatte mich selbst aufgegeben und war im Selbstmitleid gefangen“, beschreibt sie ihre damalige emotionale Lage.

Der Tod des Vaters, die Trennung vom Freund – auch das waren Belastungen, die sie mit Essen zu bewältigen versuchte. „Schließlich bin ich sogar nachts aufgestanden, um



Toben mit dem Nachbarhund: Anne Jaschinski genießt ihre neue Beweglichkeit

Foto: Krankenhaus

an den Kühlschrank zu gehen. Zwölf Schoko-Kinderriegel auf einmal waren für mich normal“, sagt sie.

Diät-Pillen aus dem Internet, Weight Watchers, die „Schlank im Schlaf-Methode“ – all das half Anne Jaschinski nicht. „Hinterher hatte ich die verlorenen Kilos doppelt zurück“.

Doch ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen – das wollte die temperamentvolle junge Frau lange nicht. „Andere sollten nicht dafür büßen, dass ich mich nicht beherrschen kann“, so ihr Credo. Ihre beste Freundin, eine Anästhesie-Ärztin aus dem Krankenhaus Winsen, leitete bei ihr einen Sinneswandel ein. „Sie erzählte mir von der Arbeit im Adipositas-Zentrum Winsen und davon, wie vielen Patienten schon mit einer Magenverkleinerung geholfen werden konnte, aus der Ess-Falle herauszukommen“, berichtet Anne Jaschinski.

Sie meldete sich zur Sprechstunde bei Ernährungsmediziner Dr. Jost Hübner an. „Er

half mir, zu erkennen, dass Adipositas eine Krankheit ist. Und dass es für diese Erkrankung wirksame Therapien gibt.“

Glücklicherweise hatte Anne Jaschinski noch keine der Adipositas-typischen Folgeerkrankungen ausgebildet. An einer Operation führte dennoch kein Weg vorbei. Um diesen Eingriff von der Krankenkasse genehmigt zu bekommen, musste Anne Jaschinski einen langen Weg gehen: Ernährungstherapien, psychologische Beratung, Gutachten – das alles verlangte Zeit, Geduld und Energie. Doch die junge Frau ließ sich davon nicht abschrecken: „Wer das nicht will, meint es nicht wirklich ernst“.

Im Dezember 2014 war es dann so weit: Bei einer minimalinvasiven Operation in der Abteilung für Viszeralchirurgie im Krankenhaus Winsen wurde ihr ein Schlauchmagen angelegt. Schon in den ersten drei Monaten danach verlor Anne Jaschinski 26 Kilo Gewicht. Sie an die neuen

Miniportionen zu gewöhnen, macht ihr keine Probleme, „denn ich weiß, wenn ich beim Essen über die Stränge schlage, bekomme ich Magenschmerzen.“

Ihr großer Freundeskreis gibt ihr emotionalen Rückhalt und jede Menge Unterstützung, auch bei ihrem Sportprogramm, zu dem zweimal Schwimmen in der Woche gehört.

Anne Jaschinski fühlt sich jetzt „viel ruhiger und ausgeglichener“. Ihre Energie ist zurückgekehrt. Und sie hat einen Jobwechsel gewagt. „Während der Vorbereitung auf die Operation habe ich in mich hineingehorcht, um mir klarzumachen, was ich wirklich will.“ Seit kurzem arbeitet die Besitzerin von zwei Katzen und „anderthalb Pferden“ als tierärztliche Assistentin in einer Pferdepraxis in Salzhausen. „Mein Traumberuf“, sagt sie.

Hat sich der schwierige Weg für sie gelohnt? Anne Jaschinski antwortet mit einem „uneingeschränkten Ja“.

Ihre Gesundheit
– unsere Aufgabe

Krankenhaus Winsen

Krankenhaus Buchholz und Winsen
gemeinnützige GmbH



Eine Last für Körper und Seele

Wie zu viele Pfunde der Gesundheit schaden

Eine immer höhere Zahl von übergewichtigen Patienten wird stationär im Krankenhaus versorgt. Das berichtet die DAK-Gesundheit unter Verweis auf Daten des Statistischen Bundesamts.

Demnach waren 2013 rund 18.300 Patienten wegen Adipositas und Überernährung in einer Klinik. Das sind 154 Prozent mehr als noch vor acht Jahren. Zwei Drittel der Patienten unterzogen sich einer Magen-Operation. Die übrigen wurden wegen Folgen des Übergewichts wie nächtliche Atemaussetzer („Schlaf-Apnoe“) und Stoffwechselerkrankungen behandelt.

Die meisten im Krankenhaus therapierten Adipositas-Patienten waren zwischen 45

und 64 Jahre alt und Frauen dabei doppelt so häufig vertreten wie Männer: In 2013 wurden bundesweit 12.273 weibliche Patienten gezählt und 6.031 männliche.

Bleibt sie unbehandelt, kann Fettsucht vielfältige Folgen haben. Dazu gehören Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, chronische Entzündungen, Niereninsuffizienz, Diabetes Typ 2, hormonelle Störungen wie das polyzystische Ovarialsyndrom, Muskel- und Skeletterkrankungen wie O- oder X-Beine, Gicht und Knieprobleme, Magen- und Darmleiden wie Gallensteine und Fettleber, Asthma und nicht zuletzt auch Belastungen der Psyche wie Depressionen.



Übergewicht kann sich zu einem Gesundheitsrisiko entwickeln

Foto: fotolia

Beratung steht im Vordergrund

Multimodaler Therapieansatz im Adipositas-Zentrum Winsen

Im und am Krankenhaus Winsen hat sich mit dem Adipositas-Zentrum ein interdisziplinärer Versorgungsschwerpunkt für Patienten entwickelt, die von der Fettsucht (Adipositas) betroffen sind. Die Abteilung für Viszeralchirurgie mit Chefarzt Dr. Holger Meisel und Oberarzt und Ernährungsmediziner Dr. Jost Hübner arbeitet Hand in Hand mit der Adipositas-Praxis von Matthias Sass und Frank Everding.

Adipositas liegt dann vor, wenn der Body Mass Index, BMI (steht für Kilogramm pro Quadratmeter Körperfläche), die 30 übersteigt. Als Normalgewicht gelten Werte zwischen 20 und 25. Liegt der BMI über 40, übernehmen Krankenkas-

sen die Kosten für eine bariatrische Operation zur Gewichtsreduktion.

Im Krankenhaus Winsen werden zwei Arten von bariatrischen Operationen angeboten: die Magenverkleinerung mit Anlage eines Schlauchmagens, wobei der größte Teil des Magens entfernt wird. Und der Magenbypass, bei dem kurz hinter dem Mageneingang eine Umleitung in den Dünndarm gelegt wird.

Patienten, die sich im Adipositas-Zentrum Winsen anmelden, erhalten zunächst eine multimodale Behandlung, zu der Ernährungsberatung, ein Bewegungsprogramm und Verhaltenstherapie gehören. Erst, wenn diese Maßnahmen versagt haben, werden die Patienten

für eine Operation vorge-merkt. Im Adipositas-Zentrum Winsen hilft man ihnen, den Antrag auf Kostenübernahme bei der Krankenkasse zu stellen. Für die Betreuung vor und nach der Operation wird der Kontakt zur Selbsthilfegruppe vermittelt, die regelmäßig im Krankenhaus Winsen zusammenkommt.

Die Entscheidung für eine bariatrische Operation will gut überlegt sein, betont Ernährungsmediziner Dr. Jost Hübner. Denn deren Ergebnisse sind nicht mehr rückgängig zu machen. Die Patienten müssen danach genau auf Menge und Zusammensetzung ihrer Ernährung achten und sollten bereits sein, ihren gewohnten Lebensstil umzustellen.

Weitere
Informationen
erhalten Sie bei:

Abteilung für Allgemein- und
Viszeralchirurgie
Chefarzt Dr. Holger Meisel

Tel.: 04171 – 13 42 01
Fax: 04171 – 13 42 05

im Krankenhaus Winsen
Friedrich-Lichtenauer-Allee 1
21423 Winsen/Luhe

oder im Internet auf
www.krankenhaus-winsen.de
und
www.adipositaszentrum-winsen.de



Chefarzt für Viszeralchirurgie Dr. Holger Meisel Fotos: Krankenhaus



Oberarzt und Ernährungsmediziner Dr. Jost Hübner