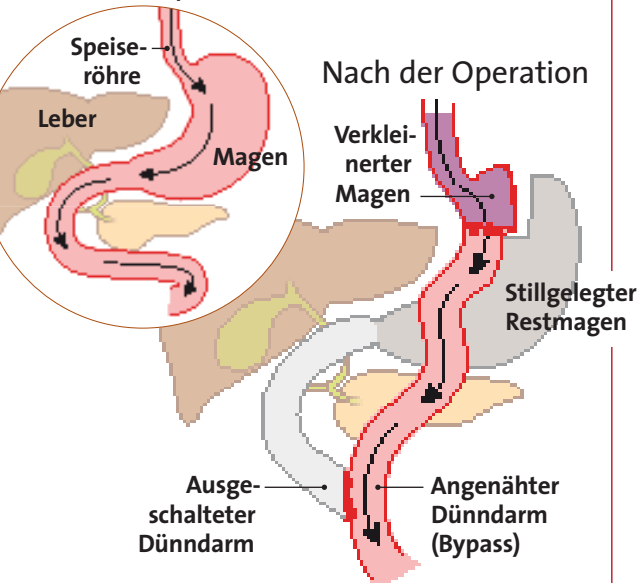


Letzte Rettung bei starkem Übergewicht

Eine **bariatrische Operation** (griechisch baros: Schwere) kommt infrage, wenn alle anderen Abnehmstrategien versagt haben. Die häufigste Operation in Deutschland ist der „Magen-Bypass“. Dabei verkleinert der Chirurg den Magen und legt einen Teil des Dünndarms still. Von „Bypass“ spricht man, weil der Speisebrei am normalen Weg vorbeigeht. Bei einer anderen Operation, dem „Schlauchmagen“, wird ein Großteil des Magens entfernt.

Vor der Operation



Adipositas-Operationen lassen aber nicht einfach nur Fettgewebe verschwinden, sondern greifen in den Stoffwechsel ein. Deshalb sprechen Mediziner auch von „Metabolischer Chirurgie“. Bei Diabetikern bessern sich oft schon kurz nach der Operation die Blutzuckerwerte, und die Stoffwechselerkrankung verschwindet mitunter sogar völlig. Experten bewerten solche Befunde allerdings vorsichtig. Noch fehlen Langzeitergebnisse zu den „Spontanheilungen“.

Abschied vom alten Leben

Wer sich zu einer Operation entschließt, braucht unbedingt eine intensive Aufklärung über alle Risiken und Folgen. Denn er verabschiedet sich von seinem alten Leben. Auf die Patienten kommen radikale Veränderungen bei der Ernährung und eine lebenslange ärztliche Nachbetreuung zu. Nicht zu vergessen die Folgekosten. Oft werden zum Beispiel ästhetische Nachoperationen nötig, die die Krankenkasse nicht bezahlt.

Für Bernd Mühle kam der Wendepunkt vor vier Jahren. Übergewichtig seit Kindertagen, litt er unter Hänseleien und Ausgrenzung. Je dicker er wurde, umso mehr isolierte er sich von seiner Umwelt und suchte Trost in Schnitzel und Schokolade. Immer wieder versuchte er sein Fett loszuwerden, auch mit Sport. Aber „wenn du dich im Fitnessstudio abmüht und nebenan Wetten abgeschlossen werden, wann das Gerät wohl zusammenbricht,

Foto: 123RF; Infografik: W&B/Ulrike Mühle



Durch eine Adipositas-Operation verbessert sich oft auch der Diabetes

nes Diabetes genügten Tabletten schon lange nicht mehr, nur mit Insulin war der Blutzucker in Schach zu halten. „Schließlich saß ich mit einem BMI von 56 und 172 Kilogramm Lebendgewicht vor einem Dresdner Klinikarzt, der erstmals das Thema Operation ansprach.“

Bernd Mühle hat sich ausführlich beraten lassen und schließlich zu einer Magenverkleinerung entschlossen. „Die OP verlief gut, aber die Umstellung danach war enorm“, erinnert er sich. „Früher konnte ich zwei Pizzen wegfuttern. Heute kaue ich eine Viertelstunde an einer halben und bin pappsatt.“ 50 Kilo- ▶

dann gehst du da einmal hin und dann nie wieder.“ Jeder Diätversuch scheiterte früher oder später, auch eine harte Klinik-Kur, die ihn zwar schlanker machte, aber nervlich auszehrte. Zur Behandlung sei-

gramm hat er bis heute verloren – und wieder Freude am Leben gewonnen. „Ich kann Kleidung von der Stange kaufen und die Treppen zu Hause ohne Verschnaufpause hochsteigen.“ Insulin benötigt er nicht mehr, nur noch Tabletten. Viel freie Zeit widmet er seiner Dresdner Adipositas-Selbsthilfegruppe „Die Mollybetiker“. 2008 von sieben dickleibigen Leidensgenossen gegründet, hat sie heute über 100 Mitglieder. „Hier fühlen sich Dicke endlich mal nicht ausgegrenzt, sondern können ihre Probleme und Erfahrungen teilen.“ Die Gruppe fängt Menschen auf, die früher nicht mehr vor die Tür gegangen sind. Viele hätten bei den gemeinsamen Aktivitäten wieder Freunde und Partner gefunden, freut sich Mühle.

Der magische Uhu

Für sich selbst hat er sich noch einiges vorgenommen: „Ich will ein UHU werden.“ Was „unter Hundert“ bedeutet, also die magische Marke von 100 Kilogramm zu knacken. Auch vielen Doc-Weight-Absolventen geistert der „UHU“ durch die Köpfe. Ärztin Schilling-Maßmann verschleicht den beliebten Vogel: „Das Ziel ist nicht eine bestimmte Zahl auf der Waage. Sondern für jeden Einzelnen das ‚beste Gewicht‘.“ Nämlich das, bei dem er seinen neuen, gesünderen Lebensstil nicht ertragen muss – sondern genießen kann.

Infos zum Programm Doc Weight und regionalen Angeboten: www.docweight.de ▶

Foto: W&B/Ulrichen Lösel



Bernd Mühle (53)

„Ich war an meinen Grenzen“

Mein hohes Übergewicht hat mich nicht nur körperlich, sondern vor allem auch psychisch an meine Grenzen gebracht. Nachdem jahrzehntelang alle Abnehmversuche gescheitert waren, sah ich in einer Operation die letzte Chance – schließlich konnte ich dabei nur gewinnen, zu verlieren hatte ich nichts mehr. Heute, vier Jahre später und 50 Kilogramm leichter, geht es mir in jeder Hinsicht besser. Ich wurde von Anfang an ärztlich gut betreut, gehe auch heute noch regelmäßig zur Nachsorge und habe bei Fragen oder Problemen immer Ansprechpartner in der Fachklinik.