



Informatie over zwangerschap na maagverkleining

Versie 12-5-2022

Achtergrond

U krijgt deze folder omdat u een maagverkleiningsoperatie in uw voorgeschiedenis heeft. In deze folder wordt uitgelegd welke extra zorg u nodig heeft.

Waarom?

U heeft voorafgaand aan de zwangerschap een maagverkleiningsoperatie ondergaan om gewicht te verliezen.

Algemene adviezen

U wordt geadviseerd om:

- te zorgen voor een goede en gezonde voeding. Kijk op voedingscentrum.nl of download de app 'Zwangerhap' of vraag laagdrempelig een diëtiste om advies.

- let op uw gewichtstoename

- 11,5-16,0 kg bij normaal gewicht (BMI 18.5-24.9 kg/m²)
- 7,0-11,5 kg bij overgewicht (BMI 25.0-29.9 kg/m²)
- 5,0-9,0 kg bij obesitas (BMI >30 kg/m²)

- zorg voor voldoende lichamelijke beweging

- u moet één van de onderstaande multivitaminen gebruiken met beperkte vitamine A. Dit zijn:

	Gastric bypass	Gastric sleeve/maagband
Fit for me WLS Forte	1 tablet	-
Fit for me WLS Optimum	-	1 tablet
Davitamon Compleet mama	2 tabletten	1 tablet
Dagravit mama en baby	2 tabletten	1 tablet
Vibofit zwangerschap	2 tabletten	1 tablet

Daarbij is het advies om deze vitaminen niet tegelijk in te nemen met melkproducten of eventuele calciumtabletten.

Wat zijn de cijfers?

Gedurende de eerste 12 maanden na de operatie vindt het meeste gewichtsverlies plaats en in deze periode is zwanger worden niet wenselijk voor het ongeboren kind. Indien u toch binnen een jaar na de maagverkleiningsoperatie zwanger bent geworden is er, doordat u weinig eet, een grotere kans op tekort aan voedingsstoffen. Dit geeft een grotere kans op een te kleine baby en daarom wordt uw zwangerschap gecontroleerd door de gynaecoloog.

Dumpingklachten tijdens zwangerschap

Dumpingklachten zijn het gevolg van een te snelle maagontlediging. We onderscheiden twee vormen van dumping: de vroege dumping (een half uur na de maaltijd) en late dumping (anderhalf tot twee uur na de maaltijd).

- de vroege dumping: wanneer voedsel niet goed fijn gemalen wordt, komen er grote hoeveelheden voeding in de darm terecht. Dit leidt tot een vlotte bloeddrukdaling met daarbij behorende klachten: hartkloppingen, duizeligheid, zwakte gevoel en sufheid.
- de late dumping: doordat het voedsel sneller in de dunne darm aankomt, zijn de productie van insuline en de stijging van de bloedsuikerspiegel niet goed op elkaar afgestemd. Hierdoor kunnen klachten van optreden van een te lage bloedsuikerspiegel. Bijna altijd ontstaat dit door het nuttigen van te veel (snelwerkende) suikers. De hierbij behorende klachten zijn: zweten, onrust, geeuwen en trillen.

U moet proberen dumpingklachten te voorkomen door rustig te eten en goed te kauwen, suikers in de voeding te vermijden, eiwitrijker te eten (door middel van verdraagbare eiwitrijke voedingsmiddelen en/of met behulp van eiwitshakes) en meer complexe koolhydraten te gebruiken. Vraag een diëtiste om advies indien u dumpingklachten heeft.

Welke zorg krijgt u extra?

In het begin van de zwangerschap én rond 30 weken zal er extra bloedonderzoek bij u gedaan worden om een tekort aan voedingsstoffen op te sporen. Als de bloeuitslagen bekend zijn dan krijgt u een afspraak bij de gynaecoloog.

Pijn in de bovenbuik

Indien u pijn in de bovenbuik heeft dan neemt u altijd meteen contact op met uw eigen verloskundige(npraktijk) of met het ziekenhuis als u daar onder controle bent.

Bevalling

Als uw bloeuitslagen goed zijn en de groei van uw baby is goed, dan kunt u met uw eigen verloskundige in het ziekenhuis bevallen. De kosten voor de bevalling worden vergoed door de zorgverzekeraar.

Indien uw BMI na de maagverkleiningsoperatie 35 of hoger is dan krijgt na de geboorte van uw kind extra medicatie om een nabloeding te voorkomen.

Borstvoeding

Na een maagverkleiningsoperatie kunt u gerust borstvoeding geven.

