



# Informatie over zwangerschap na maagverkleining

Versie 21-12-2022

## 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](http://voedingscentrum.nl) of download de app 'ZwangerHap' of vraag laagdrempelig een diëtiste om advies.
- te letten op uw gewichtstoename:
  - 11,5-16,0 kg bij normaal gewicht (BMI 18,5-24,9 kg/m<sup>2</sup>)
  - 7,0-11,5 kg bij overgewicht (BMI 25,0-29,9 kg/m<sup>2</sup>)
  - 5,0-9,0 kg bij obesitas (BMI >30 kg/m<sup>2</sup>)

- te zorgen voor voldoende lichamelijke beweging, dat wil zeggen 30 minuten (of 2x 15) per dag.
- één van de onderstaande multivitaminen te 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.

## Het eerste jaar na de operatie

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.

### **Dumpingklachten tijdens zwangerschap**

Dumpingklachten zijn het gevolg van een te snelle maagontleding. 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).

- Vroege dumping: wanneer voedsel niet goed fijn gemalen wordt, komen er grote hoeveelheden voeding in de darm terecht. Dit leidt tot een vlotte bloeddruk daling met daarbij behorende klachten: hartkloppingen, duizeligheid, zwakte gevoel en sufheid.

- 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 27 weken zal er extra bloedonderzoek bij u gedaan worden om een tekort aan voedingsstoffen op te sporen en zo nodig aan te vullen. Is uw body mass index (BMI) bij aanvang van de zwangerschap 30 of hoger, krijgt u vanaf 24 weken onderzoek naar zwangerschapsdiabetes, door een glucosedagcurve bij te houden. U krijgt twee echo's om de groei van de baby te meten.

### **Waar ben ik onder controle?**

De eerste zwangerschap na de operatie – ongeacht hoe lang dit geleden is – wordt gecontroleerd in het ziekenhuis. Wanneer u reeds één of meerdere keren bevallen bent na uw operatie en uw BMI is bij aanvang van de zwangerschap lager dan 35, mag u onder controle zijn bij de verloskundige. In dat geval krijgt u sowieso drie controle-afspraken in het ziekenhuis.

### **Pijn in de bovenbuik**

Indien u pijn in de bovenbuik heeft dan neemt u altijd meteen contact op met uw eigen verloskundige of – wanneer u onder controle bent in het ziekenhuis – met de triage afdeling.

### **Bevalling**

Als u in het ziekenhuis onder controle bent, bevalt u met een medische indicatie in het ziekenhuis. Wanneer u onder controle was bij de verloskundige, bent u vrij om te beslissen of u thuis of poliklinisch bevalt.

Indien uw BMI na de maagverkleiningsoperatie 35 of hoger is, krijgt u na de geboorte van uw kind extra medicatie om teveel bloedverlies na de bevalling te voorkomen. Dit medicijn heet oxytocine en zorgt voor samentrekking van de baarmoeder. Dit wordt gegeven via het infuus, waardoor u altijd met uw verloskundige in het ziekenhuis bevalt.

### **Borstvoeding**

Ook bij vrouwen met een maagverkleiningsoperatie in de voorgeschiedenis wordt het geven van borstvoeding geadviseerd.

