

## Eine Erfolgsstory

von Silke Berktold (Gruppe Singen)

Seit 2017 bin ich Chronische Schmerzpatientin und in Behandlung in der Schmerzlinik Konstanz.

Ich bin sehr froh, dass ich dort Hilfe finde, und sich das ganze Team sprichwörtlich „ein Bein für uns Patienten ausreißt.“

Neben einigen anderen Befunden, habe ich ein Lip(Fett) und Lymph-(Wasswe) ödem, d.h. Ich lagere in meinem Körper zuviel Fett und Wasser ein. Dadurch hatte/habe ich Übergewicht.

Im Oktober 2018 hatte uch das Glück stationär in der Schmerzlinik Konstanz zu sein, wo sich alle super freundlich und kompetent um mich gekümmert haben.

Unter anderem sprach mich meine Schmerzärztin aufgrund meines hohen Körpergewichts auf die Möglichkeit der Gewichtsreduzierung durch eine Magenoperation an, die in der Allgemein- und Vizeralchirurgieabteilung ebenfalls am Klinikum KN angeboten wird.

Das ist natürlich bzgl. der Kommunikation aller beteiligten Ärzte sehr wichtig und gut und gab auch mir ein Gefühl der Sicherheit.

Nach meiner Entlassung aus der Schmerzlinik, befasste ich mich dann intensiv mit dem Thema Magenverkleinerung durch OP.

Den ersten Besprechungstermin hatte ich dann im Januar 2019, dem noch 2 weitere Informationsgespräche folgten.

Einer der operierenden Ärzte hat hier insbesondere und sehr gründlich die verschiedenen OP-Methoden und deren Risiken besprochen.

Nach reiflicher Überlegung und Absprache mit meinem Mann, entschied ich mich für eine Magenverkleinerung, d.h. 2/3 des Magens werden dauerhaft entfernt.

Dann investierte ich viel Zeit, da man als Patient ein Terminbüchlein bekommt, in dem alle vorgeschriebenen, notwendigen Arzttermine eingetragen sind.

Zum Beispiel sind termine bei der Antipositaspsychologin und dem Endokrinologen erforderlich bevor, nach ca.

6 Monaten, der Kostenübernahmeantrag bei der Krankenkasse gestellt wird.

Unter anderem stand auch der Besuch der Adipositas-Selbsthilfegruppe in Konstanz im Plan. Es hat mir wieder einmal gezeigt, wie **wichtig Selbsthilfegruppen** sind. Selbstbetroffene berichten von ihren eigenen Erfahrungen, was mir sehr geholfen hat.

Nachdem ich alle vorgeschriebenen termine absolviert hatte, wurde der Kostenübernahmeantrag bei meiner Krankenkasse gestellt.....

**und wurde bewilligt!**

Die OP wurde auf Ende Juli 2019 festgesetzt.

Zwei Wochen vor dem Eingriff musste ich eine spezielle, Leber verkleinernde Diät halten.

Das Team der Vizeralchirurgie stand mir in all den Monaten sehr geduldig und hilfreich zur Seite (bei Fragen, Terminvereinbarungen usw.).

Auch standen „meine Schmerzärztin“ und „mein Magen OP Arzt“ ständig in Kontakt, persönlich oder telefonisch. Das hat sehr gut geklappt und hat mir zusätzlich Sicherheit und ein gutes, beruhigendes Gefühl gegeben.

So war der Operateur adäquat über meine Schmerzerkrankung informiert und ich erhielt während meines siebentägigen

Stationsaufenthalt eine „auf mich zugeschnittene“ Schmerzmitteldosierung.

Die OP wurde in Vollnarkose und über 5 kleine Schnitte durch die Bauchdecke gemacht.

Auf Station bin ich sehr gut, freundlich gehegt und gepflegt worden.

Zuhause fing dann mein „neues Leben“ an.

Ich lernte wieder zu essen, anhand von Vorgaben in Broschüren und Heften, die jeder Magenpatient erhält.

Diese beinhalten den Nahrungsaufbau nach OP und gehen über mehrere Wochen:

- anfänglich nur flüssige Nahrung, danach Brei und langsam gesteigert feste Nahrung,
- mindestens 2 Liter stilles Mineralwasser,
- unbedingt Zusatzpräparate wie Vitamine, Eiweiß nehmen.

Diese Nahrungsergänzungsmittel muss man selbst kaufen und bezahlen und sie sind leider sehr teuer.

Mittlerweile fällt mir alles viel leichter und ich komme gut damit zu Recht 4 Mahlzeiten a´130g zu mir zu nehmen.

Zehn Monate ist die OP jtz her und ich habe **30 kg !!!** abgenommen.

In dieser Zeit war ich regelmäßig bei den Nachsorgeterminen in der Vizeralchirurgie, Blutwerte ect. Zu kontrollieren. Dort fühle ich mich sehr gut aufgehoben und behandelt.

Durch den Gewichtsverlust bin ich

- viel aktiver,
- beweglicher,
- nicht mehr so schnell aus der Puste.

Ich bin den Ärztin der Schmerzklinik und dem Operateur **sehr dankbar**. Eine richtige **Erfolgsstory** in diesen turbulenten Zeiten.

Silke