

Informationen für Patienten

# OPERATIONS- VORBEREITUNGSPROGRAMM ÜBERGEWICHTSCHIRURGIE



## Liebe Patientin, lieber Patient!

Schön sind Sie bei uns.

Wir wissen, Ihre Entscheidung ist vielleicht noch nicht ganz gefestigt und seit Jahren in Ihren Gedanken. Übergewicht und die damit verbundenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen sind belastend. Eine Operation zur Behandlung von Adipositas ist lebensverändernd und muss daher gut überlegt sein.

Wir sind da, um dieses Vorhaben mit Ihnen zu planen, über jede Etappe zu informieren und erforderliche Schritte gemeinsam zu gestalten. Unser Operationsvorbereitungsprogramm hilft uns, Sie individuell kennen zu lernen, um eine bestmögliche Behandlung gewährleisten zu können.

Diese Broschüre dient Ihnen als Übersicht und Wegweiser während der Operationsvorbereitungszeit.

Für Fragen sind wir gern persönlich für Sie da.

Ihr eSwiss Leitungsteam



**Dr. M. Thurnheer**  
FMH Chirurgie  
spez. Viszeralchirurgie



**Dr. Ph. Bisang**  
FMH Chirurgie



**Dr. C. Strey**  
Facharzt für Endokrinologie  
& Diabetologie



## Inhaltsverzeichnis


Ziele des Operationsvorbereitungsprogramms.....	4
Wer übernimmt die Kosten?.....	6
Inhalt des Operationsvorbereitungsprogramms.....	8
Diagnostik.....	15
Termine im Überblick.....	21
Nachsorgeprogramm.....	22
Kontakt.....	24

## Ziele unseres Operationsvorbereitungsprogramms

- 1** Überprüfen der erforderlichen Kriterien, welche eine Kostenübernahme Ihrer Krankenkasse gewährleistet.
- 2** Vollständige Aufklärung Ihrer Fragen in Bezug auf den gesundheitlichen Nutzen sowie mögliche Risiken und langfristige Konsequenzen einer Operation.
- 3** Umfassende Abklärungen Ihrer körperlichen und psychischen Gesundheit zur Minimierung möglicher gesundheitlichen Risiken im Hinblick auf eine Operation.



# STIGE ERNÄHRUNG OPERATION

eSwiss 



verhalten  
gewohnheiten

Leberrnährungsweise



Ausreichende Zufuhr  
von Nährstoffen

www.e-swiss.ch

## Wer übernimmt die Kosten für meine Operation?

Im Vergleich zu anderen Ländern sind in der Schweiz die Kriterien für eine Kostenübernahme für Übergewichtsoperationen seitens der Krankenkassen gut geregelt. Bei gegebener Indikation stellen diese Operationen eine Pflichtleistung der Krankenkassen dar, so dass die Einreichung eines Kostengutsprachegeuchs an einem zertifizierten Zentrum nicht notwendig ist.

Die ausführlichen Richtlinien hierfür finden Sie unter [www.smob.ch](http://www.smob.ch)

Die Voraussetzungen für die Durchführung einer bariatrischen Operation wurden von der Fachgesellschaft Swiss Society for the Study of Morbid Obesity and Metabolic Disorders (SMOB) definiert und mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) vereinbart.

### **Die wichtigsten Kriterien sind:**

- Ihr Bodymassindex (BMI) beträgt  $> 35 \text{ kg/m}^2$
- Sie haben zusammengerechnet über mindestens 2\* Jahre versucht, auf andere Art und Weise unter ärztlicher Begleitung abzunehmen.

\*Liegt Ihr BMI über  $50 \text{ kg/m}^2$ , so verkürzt sich diese Zeit auf 1 Jahr.

Es bestehen eine Reihe weiterer Kriterien, welche überprüft werden müssen. Diese Prüfung erfolgt während der einzelnen Etappen unseres Operationsvorbereitungsprogramms.



**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION****Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...

## Inhalt des Operations- vorbereitungsprogramms

### **Gespräch bei einer Internistin / einem Internisten**

Während Ihrem ersten Gespräch bei einem unserer internistischen Ärztinnen/Ärzte geht es in erster Linie um ein Kennenlernen und eine Analyse Ihres allgemeinen, körperlichen Zustands im Hinblick auf eine Operation.

*Wie ist Ihr aktueller gesundheitlicher Zustand?  
Wie ist Ihre persönliche gesundheitliche Vorgeschichte?*

Wir geben Ihnen erste Informationen über mögliche Operationsverfahren, deren Wirkungsweisen und Nebenwirkungen und beschäftigen uns mit Ihren Fragen.

Ihre Ärztin/Ihr Arzt wird Sie wenn möglich persönlich über die gesamte Zeit vom ersten Gespräch bis hin zur jährlichen Nachsorge betreuen.

### **Ernährungsberatung**

Vielleicht beschäftigen Sie sich, so wie die Mehrheit unserer Patientinnen und Patienten, bereits seit Jahren mit dem Thema Ernährung. Das Ziel unseres Teams ist, die beste Betreuung vor, während und nach einer bariatrischen Operation zu gewährleisten. Es ist seit Jahren Ihr Thema, ab jetzt begleiten wir Sie.



### *Worum geht es in den Gesprächen mit dem Team der Ernährungsberatung?*

Während all Ihren Etappen in unserem Center ist es uns wichtig, Sie kennen lernen zu dürfen. Wie sehen Sie Ihr bisheriges Ernährungsverhalten? Was ist unsere Sicht? Was sagen aktuelle Erkenntnisse aus Medizin und Wissenschaft?

Gemeinsam werden wir mit Ihnen diese Fragen klären. Bewährte Hilfsmittel wie ein Gewichtsverlaufsprotokoll oder ein Ernährungsprotokoll werden uns dabei helfen, die zu erfüllenden Richtlinien umzusetzen, und eine optimale Ernährungsumstellung im Hinblick auf die Zeit nach einer Operation zu kreieren.

Die Zeit nach der Operation ist ein grosses Thema, auf welches wir Sie im Besonderen sensibilisieren möchten. Wir werden Ihnen konkrete Vorschläge anbieten, notwendige Mikronährstoffsupplementationen (Bsp. Einnahme von Vitamin B12, D3 u.a.) besprechen und Möglichkeiten für eine bewusste Ernährung für Ihren Alltag anschauen.

### **BIA-Messung (bioelektrische Impedanzanalyse)**

Im Rahmen Ihrer Ernährungsberatungen wird regelmässig eine bioelektrische Impedanzanalyse durchgeführt. Diese sogenannte BIA-Messung gibt Aufschluss über die Veränderung Ihrer Körperzusammensetzung in Bezug auf Muskel- und Fettmasse, Fitness- und Ernährungszustand, Kalorienbedarf, Wasseranteil u.a.

Vor allem für die Zeit nach einer Operation ist die BIA-Messung ein motivierendes Tool, um Ihren Erfolg sichtbar werden zu lassen.

**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

**Chirurg**

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION**

**Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...



## Kennenlernen Ihres Operateurs

Ein wichtiger Ansprechpartner während der Vorbereitung ist Dr. Martin Thurnheer, Initiator des eSwiss Centers und mit 4000 Übergewichtsoperationen sowie über 20jähriger Erfahrung ein Experte auf diesem Gebiet. Zusammen mit seinem Team wird er Sie informieren, aufklären und für Ihre Fragen da sein. Das Operationsvorbereitungsprogramm sieht in der Regel zwei chirurgische Aufklärungsgespräche vor.



Schlauchmagen



Magenbypass

**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

● **Psychiater/  
Psychologe**

● **Gruppenkurs**

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

● **OPERATION**

**Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

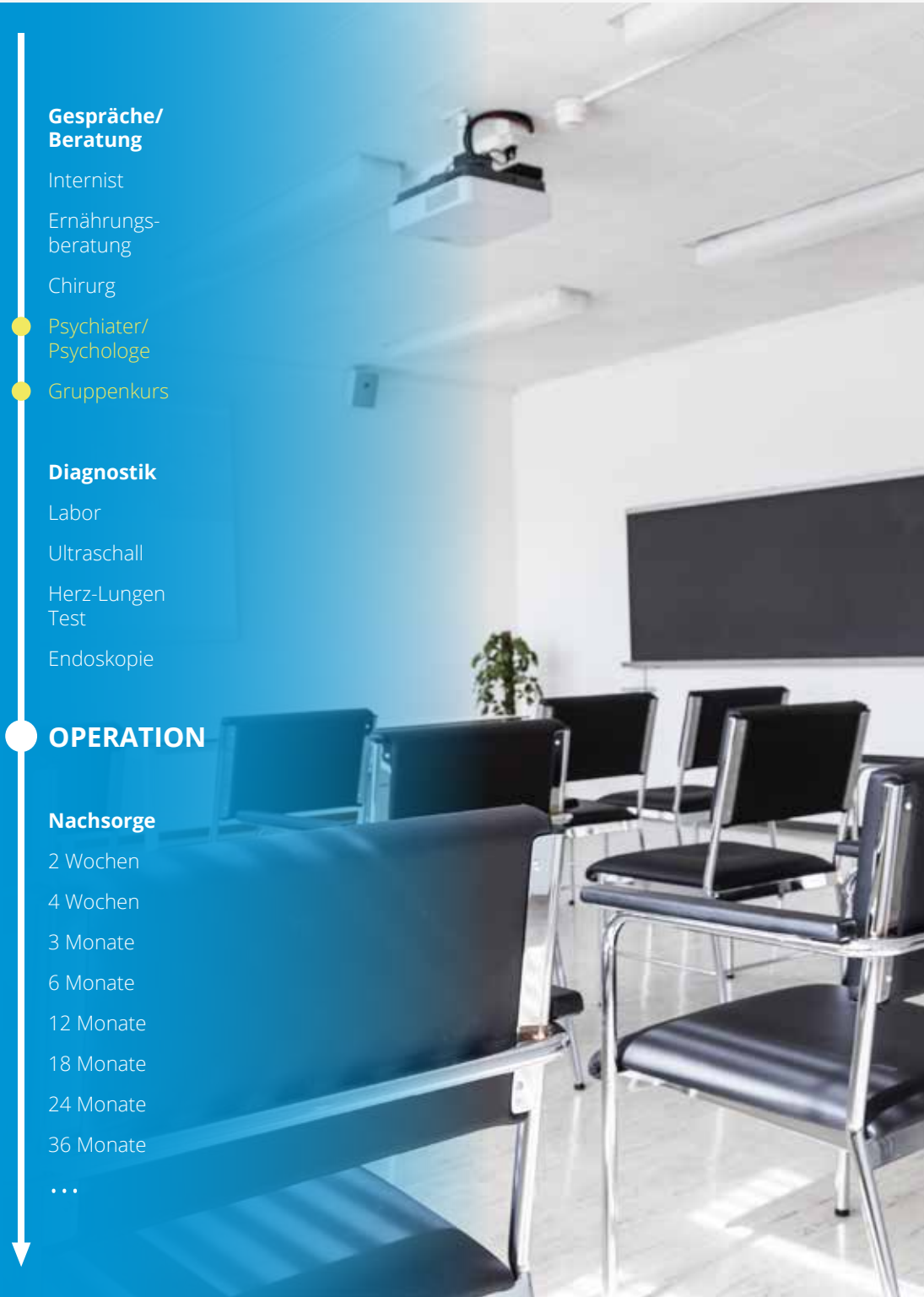
12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...



## **Abklärung Ihrer psychischen Gesundheit**

Ausgeprägtes Übergewicht (Adipositas) führt häufig zu einem erheblichen seelischen Leiden. Voraussetzung für die Durchführung einer Operation ist, dass Sie sich in einem stabilen psychischen Zustand befinden. Dies verlangt eine psychiatrische/psychologische Abklärung Ihres Gesundheitszustands. In einem entsprechenden Gespräch werden Sie beurteilt, ob Sie sich der Tragweite des Eingriffes bewusst sind.

### *Beeinflusst eine bariatrische Operation meine Psyche?*

Diese und weitere Fragen werden wir sorgfältig mit Ihnen besprechen und wenn nötig, Möglichkeiten zur Unterstützung anbieten.

Sollten Sie sich bereits in psychiatrischer oder psychotherapeutischer Behandlung befinden, so werden wir dies berücksichtigen.

## **Gruppenkurse**

Im Rahmen Ihrer Operationsvorbereitung organisieren wir für Sie zwei Kurse, welche in Gruppen an jeweils zwei Abenden (ca. 1.5 Stunden) bei uns im eSwiss Center stattfinden. Diese Kurse dienen der Vermittlung von strukturierten Informationen und werden Ihnen zeigen, dass Sie nicht allein sind mit Ihrem Leiden und der aktuellen Entscheidung.

Die Schulungsinhalte werden durch unsere Ärztinnen/Ärzte sowie Therapeutinnen/Therapeuten und Ernährungsberaterinnen vermittelt.

Für ein späteres Nachlesen erhalten Sie von uns alle Informationen in einer schriftlichen Dokumentation.

**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION**

**Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...



# DIAGNOSTIK

Zu den bisherigen Gesprächen, Kursen und Konsultationen möchten wir nachfolgend auf die diagnostischen Massnahmen unseres Vorbereitungsprogramms eingehen. Um Ihren Gesundheitszustand umfassend beurteilen zu können, werden wir nachfolgend beschriebene Untersuchungen organisieren.

## **Labordiagnostik**

Im Rahmen einer ersten Blut- und Urinuntersuchung werden Ihr Gesundheitszustand sowie mögliche Stoffwechseleränderungen kontrolliert. Je nach Ergebnis können wir gezielt therapeutische Massnahmen treffen, um Sie optimal auf eine Operation vorzubereiten.

Eine zweite, kleinere Blutuntersuchung erfolgt kurz vor einer Operation. Wir möchten sichergehen, dass aktuell keine gesundheitlichen Störungen vorliegen, welche das Operationsrisiko unnötig erhöhen könnten.

## **Ultraschall des Bauches (Abdomen-Sonographie)**

Mittels einer Ultraschalluntersuchung werden die Verhältnisse der Organe in Ihrem Bauchraum überprüft. Wichtig ist es, zu sehen, ob Sie an Gallensteinen oder einer Fettleber leiden. Bei Gallenblasensteinen ist es nötig, die Gallenblase im Rahmen der bariatrischen Operation zu entfernen. Sollte dies für Sie zutreffen, werden wir Sie selbstverständlich detailliert informieren.

**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION**

**Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

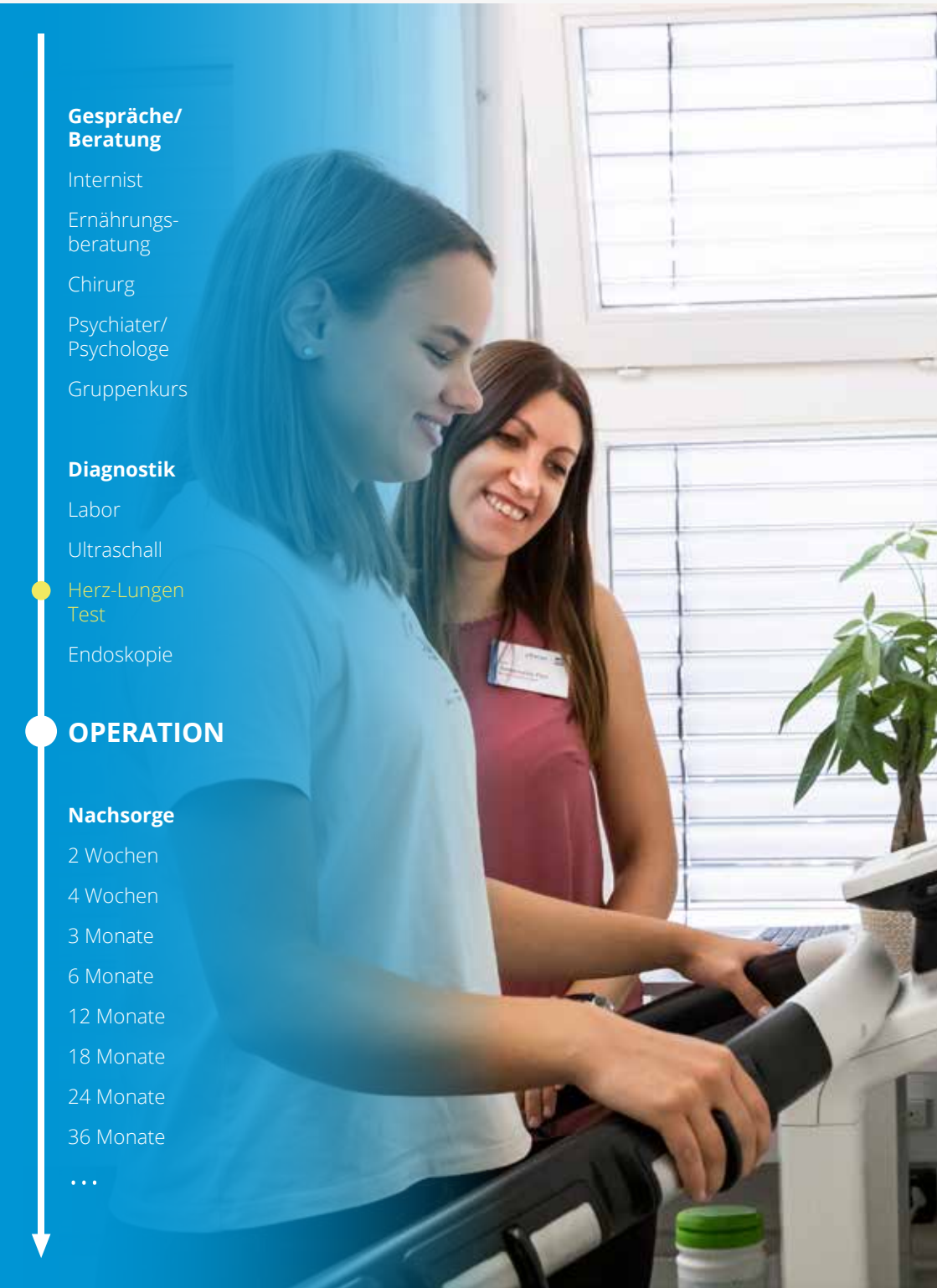
12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...





## Herz – Lungen Test

### *Wie geht es Ihrer körperlichen Fitness?*

Wir unternehmen alles, damit unsere Patientinnen und Patienten so fit wie möglich in eine Operation gehen. Wir werden daher Ihre Lungenfunktion sowie Ihr Herz-Kreislaufsystem analysieren.

Ein Belastungstest (auf einem Fahrrad) wird uns einen Einblick Ihrer körperlichen Fitness geben. Zudem prüfen wir, ob Sie an einer Schlafatemstörung (Schlafapnoe) leiden. Sie erhalten hierzu ein kleines Monitoring-Gerät, welches Sie mit nach Hause nehmen dürfen. In den meisten Fällen lassen wir zusätzlich ein Röntgenbild Ihrer Lunge anfertigen.

Zur Verhinderung des Auftretens von Beinvenenthrombosen erhalten Sie ein Rezept für individuell angepasste Kompressionsstrümpfe, welche Sie in der ersten Zeit nach der Operation tragen.



**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION****Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...

**Endoskopien  
(Magen- und Darmspiegelung)***Wie sieht es in Ihrem Magen aus?*

Die Magenspiegelung (Gastroskopie) ist ein wichtiger Schritt im Rahmen der Vorabklärungen. Sie gibt Hinweise auf Veränderungen im Bereich Ihrer Magenschleimhaut. Teilweise findet sich ein Bakterium (*Helicobacter pylori*), welches sehr oft im Magen vorkommt. Falls Sie betroffen sind, hilft eine antibiotische Therapie. Weiterhin wird untersucht, ob Sie an einem Zwerchfellbruch (Hiatushernie) leiden. Wir werden gemeinsam besprechen ob solch ein Bruch ggf. während der Operation mitbehandelt werden kann.

Keine Angst! Eine Magenspiegelung dauert in der Regel lediglich 15 - 30 Minuten. Sie kann auf Wunsch in kurzer Anästhesie durchgeführt werden und ist schmerzfrei.

*Sind Sie über 50 Jahre alt?*

Falls Sie reifer sind als 50 und bisher noch keine Dickdarmspiegelung (Koloskopie) hatten, so empfehlen wir gleichzeitig mit der Magenspiegelung, eine entsprechende Untersuchung durchführen zu lassen. Eine Koloskopie zeigt eventuell vorhandene Polypen (gutartige Tumore). Mit einer Entfernung solcher Polypen während der Spiegelung, senken Sie Ihr Risiko, an Darmkrebs zu erkranken.

Dieses Risiko ist bei adipösen Patientinnen und Patienten deutlich erhöht.

### *Sie sind eine Frau?*

Leider ist auch das Risiko für Unterleibskrebs bei adipösen Patientinnen erhöht. Wir empfehlen Ihnen, sich regelmässig für Vorsorgeuntersuchungen bei Ihrem Frauenarzt anzumelden. Eine gynäkologische Abklärung ist sicher nötig, wenn Ihr letzter Frauenarztbesuch länger als 2 Jahre zurückliegt.



## Alle Untersuchungen abgeschlossen und jetzt?

Wir sind uns sicher, dies waren bereits sehr viele Informationen für Sie. Vermutlich darf man sich fast ein wenig überfordert fühlen. Sie fragen sich vielleicht wozu diese vielen vorbereitenden Massnahmen nötig sind. Unsere Antwort ist sehr einfach, weil uns Ihre persönliche Gesundheit am Herzen liegt.

Alle bisher genannten Etappen des Operationsvorbereitungsprogramms absolvieren Sie mit entsprechend ausreichender Bedenkzeit von in der Regel 3 Monaten. Diese Zeit ist wichtig für Sie und entspricht gleichzeitig der offiziellen Richtlinie, eine nachhaltige Entscheidung treffen zu können.

Ab dem Startpunkt des Vorbereitungsprogramms erhalten Sie von unserem Team der Operationsplanung eine schriftliche Terminübersicht. Wir sind bemüht, Ihre Termine entsprechend Ihrer Möglichkeiten (Familie & Beruf) und unseren Kapazitäten zu koordinieren. Während aller Etappen benötigen wir aber auch Ihre Flexibilität, Mithilfe und Sorgfalt. Informieren Sie uns zum Beispiel rechtzeitig über eventuelle Terminabsagen. So helfen Sie mit, anderen Patienten Möglichkeiten zu eröffnen und profitieren selbst auch davon.

### *Was wenn Sie es sich anders überlegen?*

Selbstverständlich ist es zu jedem Zeitpunkt Ihr Recht, Ihre Meinung zu ändern und das Programm abzubrechen. Sollten Sie zu einem späteren Zeitpunkt erneut die Aufnahme wünschen, so sind wir gern für Sie da.

Nach Abschluss des Operationsvorbereitungsprogramms gehen Sie bestens informiert und vorbereitet zur Operation in die Klinik Stephanshorn. Die Anreise erfolgt meist direkt am Tag der Operation am Morgen und bei einem komplikationsfreien Verlauf können Sie bereits am 3. - 5. Tag nach der Operation wieder nach Hause reisen.

## Termine im Überblick

	Terminart	Dauer*	
eSwiss	Internist Erstgespräch	60 Min.	vor Operation
	Chirurg Erstgespräch	45 Min.	
	Ultraschall Bauchraum	15 Min.	
	Labor	10 Min.	
	Ernährungsberatung Erstgespräch	45 Min.	
	Gruppenkurs 1	90 Min.	
	Gruppenkurs 2	90 Min.	
	Schlafmonitoring		
	Herz-Lungen-Test	45 Min.	
	Ernährungsberatung Zweitgespräch	30 Min.	
	Psychiatrisches Gutachten	90 Min.	
	Ernährungsberatung Drittgespräch	30 Min.	
	Labor	10 Min.	
Internistischer Check vor OP	20 Min.		
Chirurgisches Abschlussgespräch	30 Min.		
Extern	Magenspiegelung		vor Operation
	Röntgen Lunge		
eSwiss	Labor	10 Min.	nach Operation
	Ernährungsberatung 2 Wochen nach OP	30 Min.	
	Internistische Nachkontrolle	20 Min.	
	Ernährungsberatung 4 Wochen nach OP	30 Min.	
	Chirurgische Nachkontrolle	15 Min.	

\*Die Zeitangaben dienen lediglich der Orientierung und können je nach Informationsbedarf und Gesundheitszustand variieren.

**Gespräche/  
Beratung**

Internist

Ernährungs-  
beratung

Chirurg

Psychiater/  
Psychologe

Gruppenkurs

**Diagnostik**

Labor

Ultraschall

Herz-Lungen  
Test

Endoskopie

**OPERATION****Nachsorge**

2 Wochen

4 Wochen

3 Monate

6 Monate

12 Monate

18 Monate

24 Monate

36 Monate

...

## Nachsorgeprogramm

Die Nachsorge ist für Sie, liebe Patientinnen und Patienten, wichtiger Bestandteil eines nachhaltigen Betreuungskonzepts. Während Ihrer Genesung werden Sie Zeit für sich und die Umstellung Ihres Körpers benötigen. Vielleicht auch Rat oder Informationen. Dafür stehen wir zur Verfügung.

Sie erhalten bereits vor Austritt aus der Klinik Termine für die ersten Kontrolluntersuchungen. Die weiteren Termine werden wir gemeinsam entsprechend Ihres Wohlbefindens vereinbaren.

## Wir alle freuen uns auf ein Wiedersehen.

Herr Dr. Martin Thurnheer sowie Ihr betreuendes eSwiss Team möchte sich von Ihrem Zustand nach der Operation ein Bild machen.

### *Wie geht es Ihnen? Wie funktioniert Ihr Alltag?*

Wir klären Ihre Fragen und geben Rat für eine gesunde Zukunft. Die Zeitleiste links zeigt Ihnen den Abstand, in welchem wir Sie bei uns begrüßen möchten. Ab dem 3. Jahr nach der Operation sehen wir uns in der Regel einmal pro Jahr für eine Verlaufskontrolle.

Wir freuen uns darauf, Sie begleiten zu dürfen, und danken Ihnen für Ihr Vertrauen.

Operationsdatum:

Lebenslange Einnahme einiger Mikronährstoffe  
in ausreichender Dosierung notwendig

eSwiss Medical & Surgical Center  
Brauerstrasse 97 – 9016

Tel +41 71 282 20 55

Mail [eswiss@e-swiss.ch](mailto:eswiss@e-swiss.ch)

[www.eswiss.ch](http://www.eswiss.ch)

**eSwiss**

MEDICAL & SURGICAL CENTER



**PATIENTENAUSWEIS**

**Magenbypass (Gastric Bypass)**

Name:

Vorname:

Geb.:

## Kontakt

Für Fragen & weitere Informationen  
sind wir gern für Sie da.

eSwiss Medical & Surgical Center  
Brauerstr. 97, 9016 St. Gallen  
Center +41 71 282 20 50  
Chirurgie +41 71 282 20 30  
Fax +41 71 282 20 59

[eswiss@eswiss.center](mailto:eswiss@eswiss.center)  
[www.eswiss.center](http://www.eswiss.center)

