

## Zwangerschap na bariatrische chirurgie

### Gastric bypass / gastric sleeve / Sadi-S / maagband

Na een bariatrische operatie is er een risico op een tekort aan vitamines waarvoor extra bloedcontrole wenselijk is. Daarnaast is er extra aandacht nodig voor het juiste gebruik van vitamines. In deze folder vindt u informatie rondom de zwangerschap(swens).

#### Zwangerschapswens

Aangeraden wordt om te wachten met een zwangerschap tot **minimaal 12 maanden** na uw bariatrische operatie waarbij u een min of meer stabiel gewicht en geen vitaminedeficiëntie heeft. In periodes van snel gewichtsverlies levert zwangerschap een gevaar op voor zowel moeder als kind. Er is dan een grotere kans op een miskraam en groeivertraging van het ongeboren kind.

De orale anticonceptiepil is hoogst waarschijnlijk door een verminderde opname in het maagdarmkanaal niet volledig betrouwbaar na bariatrische chirurgie. Een goed alternatief is het plaatsen van een spiraaltje of van een implanonstaafje.

#### Begeleiding

Bij een zwangerschap(swens) na bariatrische chirurgie kunt u zich aanmelden bij de polikliniek Chirurgie. De polikliniek assistente zorgt dat uw eventuele vraag terecht komt bij de verpleegkundig specialist Bariatrie. In overleg met u wordt gekeken waar de begeleiding het beste plaats kan vinden. Tot 5 jaar na de bariatrische operatie in het ETZ staat u onder controle bij het Obesitas Centrum. Na 5 jaar of als u ergens anders uw bariatrische operatie heeft ondergaan, wordt u voor begeleiding verwezen naar uw huisarts of uw eigen centrum.

#### Bloedbepaling

Om te bepalen of u een vitaminedeficiëntie heeft, is het advies om bloed te laten prikken via de chirurg, de huisarts of de verpleegkundig specialist Bariatrie. Als een zwangerschap een half jaar uitblijft, wordt geadviseerd deze bloedbepaling te herhalen.

#### Multivitaminen

Wanneer u een zwangerschapswens heeft moet u over stappen op één van onderstaande multivitaminen in verband met een lagere dosering vitamine A.

Voorkeurslijst gespecialiseerde multivitaminen

	Gastric bypass	Gastric sleeve / maagband	Sadi-S
Elan compass*	1 tablet of 1 capsule of 1 kauw + ijzer		
Elan believe*		1 tablet of 1 capsule of 1 kauw + ijzer	
Fit for me WLS Forte*	1 capsule of 1 kauw + ijzer		
Fit for me WLS Optimum*		1 capsule of 1 kauw + ijzer	
Fit for me Maximum*			1 capsule (afhankelijk van lab + vit A)
Vitamine op Recept - WLS Subliem GBP	1 capsule of 1 kauw + ijzer		

In vrije verkoop verkrijgbare multivitaminen. Deze gelden als alternatief (niet onze voorkeur) én zijn alleen een optie als er geen afwijkingen in de bloeuitslagen zijn.

Davitamon compleet mama	2 tabletten	1 tablet + los foliumzuur 0.4mg	
----------------------------	-------------	------------------------------------	--

\* Alleen verkrijgbaar via internet

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

## Zwangerschap

### Begeleiding

Na gewichtsverlies hebben vrouwen een verhoogde kans op een succesvolle zwangerschap in vergelijking met obese vrouwen. De risico's tijdens zwangerschap blijven echter altijd nog wel hoger dan die van vrouwen met normaal of licht overgewicht. Daarom is controle door de verpleegkundig specialist bariatric of huisarts wenselijk.

Als u zwanger bent na een bariatrische operatie meldt u zich bij de polikliniek Chirurgie. De polikliniekassistent zorgt dat uw melding terecht komt bij de verpleegkundig specialist Bariatric. De verpleegkundig specialist maakt verdere afspraken met u, onder andere over het bloedprikken. In overleg met u wordt gekeken waar de begeleiding het beste plaats kan vinden. Tot 5 jaar na de bariatrische operatie in het ETZ staat u onder controle bij het Obesitas Centrum. Na 5 jaar of als u ergens anders uw bariatrische operatie heeft ondergaan, wordt u voor begeleiding verwezen naar uw huisarts of uw eigen centrum.

### Bloedbepaling

Om te bepalen of u een vitaminetekort heeft tijdens de zwangerschap, wordt geadviseerd elk trimester bloed te laten prikken.

### Voeding

Voor standaard adviezen ten aanzien van de voeding bij zwangerschap wordt verwezen naar de site van het voedingscentrum ([www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)).

Als u last heeft van braken en misselijkheid kan het helpen om frequente kleine maaltijden te nemen. Op deze manier is de kans op een tekort aan voedingsstoffen minder groot. Verwijzing diëtist Als voeding niet toereikend lijkt te zijn, bij dumpingklachten of als u te veel gewicht verliest kunt u verwezen worden naar een diëtist.

## Gewichtstoename of gewichtsafname

Het is normaal dat u aankomt tijdens de zwangerschap. De aanbevolen gewichtstoename tijdens de zwangerschap is afhankelijk van de BMI voor de zwangerschap. De aanbevolen gewichtstoename per BMI is als volgt:

BMI (kg/m <sup>2</sup> )	Toename in kg
< 18,5	12,5 - 18
18,5 - 24,9	11,5 - 16
25 - 29,9	7 - 11,5
≥ 30	5 - 9

Het is niet gewenst om tijdens de zwangerschap te veel af te vallen. Bij twijfel kunt u dit altijd bespreken met uw verloskundige, gynaecoloog, verpleegkundig specialist, diëtist of huisarts.

## Na de bevalling

### Bloedbepaling

Als u tijdens de zwangerschap bij bloedonderzoek tekorten had of u borstvoeding geeft, is het belangrijk 3 maanden na de bevalling bloed te laten prikken om te kijken of u vitamines tekort komt.

### Multivitamine

Als u borstvoeding geeft, blijft u de vitamines voor 'zwangeren' innemen. Anders mag u terug overstappen op de multivitaminen zoals u deze voor de zwangerschap innam. De voorkeur ligt bij een WLS specifieke multivitaminen.

### Anticonceptie

Na de bevalling moet u wederom rekening houden met kans op een zwangerschap en moet u anticonceptie gebruiken. De orale anticonceptiepil is hoogst waarschijnlijk door een verminderde opname in het maagdarmkanaal niet volledig betrouwbaar na bariatrische chirurgie. Een goed alternatief is het plaatsen van een spiraaltje of van een implanonstaafje. Maak de opties hiervoor bespreekbaar met uw huisarts.

## Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis)**

**Polikliniek Chirurgie**

**Obesitas Centrum**

**E-mail**

**(013) 221 00 00**

**(013) 221 01 20**

**(013) 221 03 10**

**[obesitascentrum@etz.nl](mailto:obesitascentrum@etz.nl)**