een santeon ziekenhuis

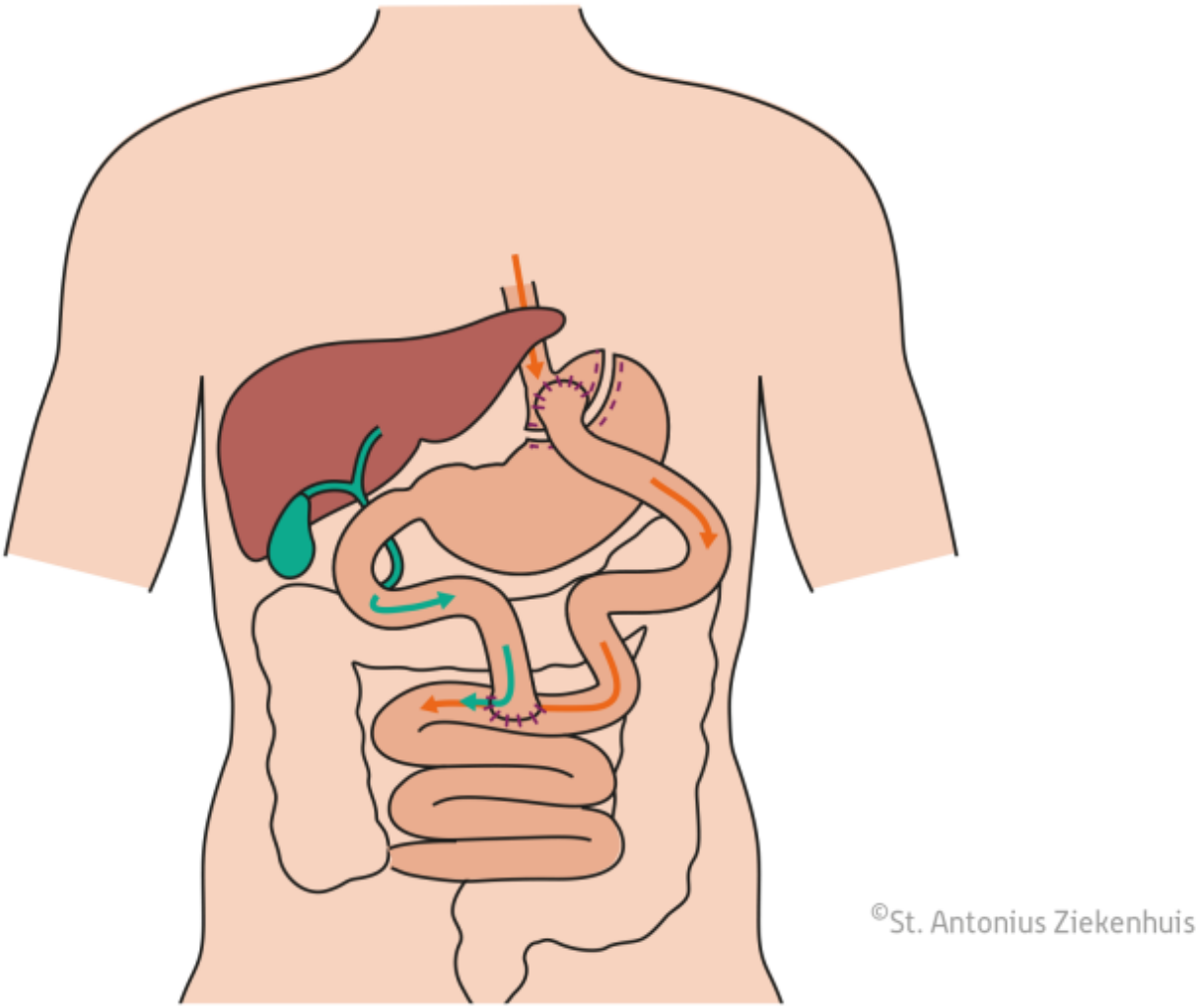
Adviezen bij passageklachten

Een complicatie die regelmatig voorkomt na een maagverkleinende operatie is een moeizame inname van voedsel, het gevoel dat het eten niet goed zakt, misselijkheid en braken vrij snel na het eten. Dit zijn passageklachten.

In deze informatie leggen we uit hoe passageklachten ontstaan en hoe deze voorkomen kunnen worden.

Oorzaak passageklachten

Uw voeding moet sinds de maagverkleinende operatie erg goed fijn gekauwd zijn om door de maag naar de darm te kunnen passeren. Vóór de operatie maakte de maag uw voeding verder fijn, nadat u deze fijn gekauwd had. Na een maagverkleinende operatie doet de maag dit niet meer. Uw maag verteerd uw voeding dus niet meer zoals voorheen. Als uw voeding nog te grof is kan de passage van de voeding moeizaam gaan of kan uw voeding zelfs blijven steken. Door veelvuldig braken kan er ook irritatie optreden met zwelling tot gevolg. Deze zwelling zorgt voor een nog moeizamere passage.



Vertering gaat anders na de operatie

De klachten ontstaan vaak in de eerste maanden na de operatie, maar kunnen ook op een later moment ontstaan. Een veel geziene oorzaak is te snel eten en/of het nemen van te grote happen of slokken. Misschien was u gewend om snel te eten en heeft u uw eettempo nog niet voldoende aangepast. De eerste hap(pen) zitten dan nog in de kleine maag terwijl de volgende hap al onderweg is.

Als u deze klachten regelmatig ervaart kunt u tegen de maaltijden op gaan zien. Emotionele spanning kan er namelijk voor zorgen dat de klachten eerder en vaker ontstaan.

Klachten (symptomen)

U ervaart de volgende klachten:

- Het gevoel dat het eten blijft ‘steken’ of niet verder wil zakken, soms in combinatie met pijn.
- Een beklemmend gevoel achter het borstbeen.
- Opgeven van (dik)slijm of een ‘hapje eten’.
- Misselijkheid.
- Opvliegers.

Algemene adviezen bij passageklachten

- Eet rustig en kauw uw voeding goed fijn. Kauw minimaal 20-30 keer. Geef producten die moeilijk fijn te kauwen zijn extra aandacht, zoals bijvoorbeeld vlees.
- Eet en drink niet tegelijkertijd.
- Eet kleine porties en verdeel deze goed over de dag.
- Neem de tijd voor uw maaltijd (minimaal 20 minuten).
- Ga rustig aan tafel zitten. Laat u niet afleiden door de tv, computer, tablet, mobiele telefoon of tafelgenoten.
- Sla geen maaltijden over. Wanneer u een maaltijd overslaat, kan het zijn dat u honger krijgt. Met als resultaat dat de kans groter is dat je sneller zult gaan eten en waarschijnlijk minder goed kauwt.
- Bemerkt u spanning rondom de maaltijd? Loop dan even een rondje of combineer het eten met een ontspannende activiteit voor of na uw maaltijd.
- Lukt het eten minder goed dan u zou willen, laat de maaltijd dan even voor wat het is en ga op een later tijdstip weer verder.
- Soms kan het helpen om tijdelijk terug te gaan naar vloeibare voeding of krokante producten.

Behandeling

Het toepassen van de bovenstaande adviezen kan in veel gevallen de klachten geleidelijk verminderen. Uw diëtist kan u hierbij begeleiden.
Als de klachten niet verdwijnen kan er aanvullend onderzoek gedaan worden.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Dieetadvies bij een maagband of maagverkleining (https://www.antoniusziekenhuis.nl/dieetadvies-bij-een-maagband-maagverkleining)
- Maagverkleining (https://www.antoniusziekenhuis.nl/maagverkleining)

Specialismen

- Voeding & Dieet (Diëtetiek) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek)
- Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/chirurgie)

Contact Voeding & Dieet (Diëtetiek) **T 088 320 78 00**