een santeon ziekenhuis

# Diarree na een maagverkleining - adviezen en behandeling

Na een maagverkleining kunt u last hebben diarree. Dit kan leiden tot een verminderde opname van voedingsstoffen. Dit noemen we malabsorptie. Dan is het advies om de inname van vet in voeding te beperken en/of medicijnen met spijsverteringsenzymen te gebruiken.

## Oorzaak verminderde voedselopname

Bij een maagverkleinende operatie wordt de maag verkleind en het spijsverteringskanaal gedeeltelijk omgeleid. Hierdoor kunt u minder eten. Ook komen de spijsverteringsenzymen pas later in aanraking met uw voeding, waardoor uw voeding niet volledig kan verteren en minder voedingsstoffen kunnen worden opgenomen. De verminderde opname van voeding helpt om gewicht te verliezen en is in de meeste gevallen dus wenselijk. Maar soms leidt dit tot klachten, zoals diarree.

## Klachten

Deze klachten zijn (vet)diarree, winderigheid, darmkrampen, buikpijn, opboeren en gewichtsverlies. De ontlasting heeft vaak een lichte kleur en kan erg onaangenaam ruiken. Omdat het lichaam het vet uit de voeding niet goed opneemt, kan de ontlasting vet en plakkerig zijn.

## Behandeling

Eerst kijken we naar de inname van vet in uw voeding. Vette voedingsmiddelen veroorzaken vaak de meeste klachten. Door minder vet te gebruiken, kunnen de klachten afnemen.

Helaas is dit niet altijd voldoende. Als de klachten niet verminderen, krijgt u het advies om medicijnen met spijsverteringsenzymen te gaan gebruiken.

## Innemen van spijsverteringsenzymen

Medicijnen met spijsverteringsenzymen verbeteren de spijsvertering en de opname van uw voeding.

Hoe neemt u deze medicijnen het beste in?

- Neem de capsule(s) aan het begin van de maaltijd in, bij de eerste happen. De enzymen moeten namelijk op uw voeding inwerken. Als de maaltijd langer duurt, bijvoorbeeld bij uit eten gaan, verdeelt u de capsule(s) over de maaltijd; bij aanvang, halverwege en daarna.

- De beste manier van innemen verschilt per patiënt. U kunt uitproberen wat voor u het beste werkt. Doe dit minimaal een paar dagen op een van deze twee manieren, zodat u het effect goed kunt beoordelen.
  1. De capsule in zijn geheel te slikken
  2. De capsule openen waarna u de korrels los inneemt. Neem de losse korrels bij voorkeur in met een zuur voedingsmiddel, zoals appelmoes, yoghurt, sinaasappel- of appelsap. Zorg dat er geen korrels in de mond en slokdarm achterblijven; deze kunnen het slijmvlies in de mond aantasten. Kauw de korrels niet fijn. U kunt na de maaltijd te spoelen met een paar slokjes water.

## Dosering

- 2 x 25.000 spijsverteringsenzymen bij ontbijt en lunch
- 3 x 25.000 spijsverteringsenzymen bij de warme maaltijd
- 1 x 25.000 spijsverteringsenzymen bij uw tussendoortje(s)

Afhankelijk van wat u eet en de eventuele klachten kan deze dosering voor u worden aangepast.

## Meer informatie

Heeft u nog vragen? Neem dan contact met ons op. Dat kan via onderstaand telefoonnummer.

U kunt uw vraag ook stellen via Mijn Antonius. Dat is mogelijk tot 10 maanden na uw laatste afspraak. U kunt binnen 5 werkdagen een reactie verwachten.

## Gerelateerde informatie

### Behandelingen & onderzoeken

- Maagverkleining (https://www.antoniusziekenhuis.nl/obesitascentrum/behandelingen-onderzoeken/maagverkleining)
- Dieetadvies bij een maagband of maagverkleining (https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek/dieetadvies-bij-een-maagband-maagverkleining)

### Specialismen

- Obesitascentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/obesitascentrum)

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