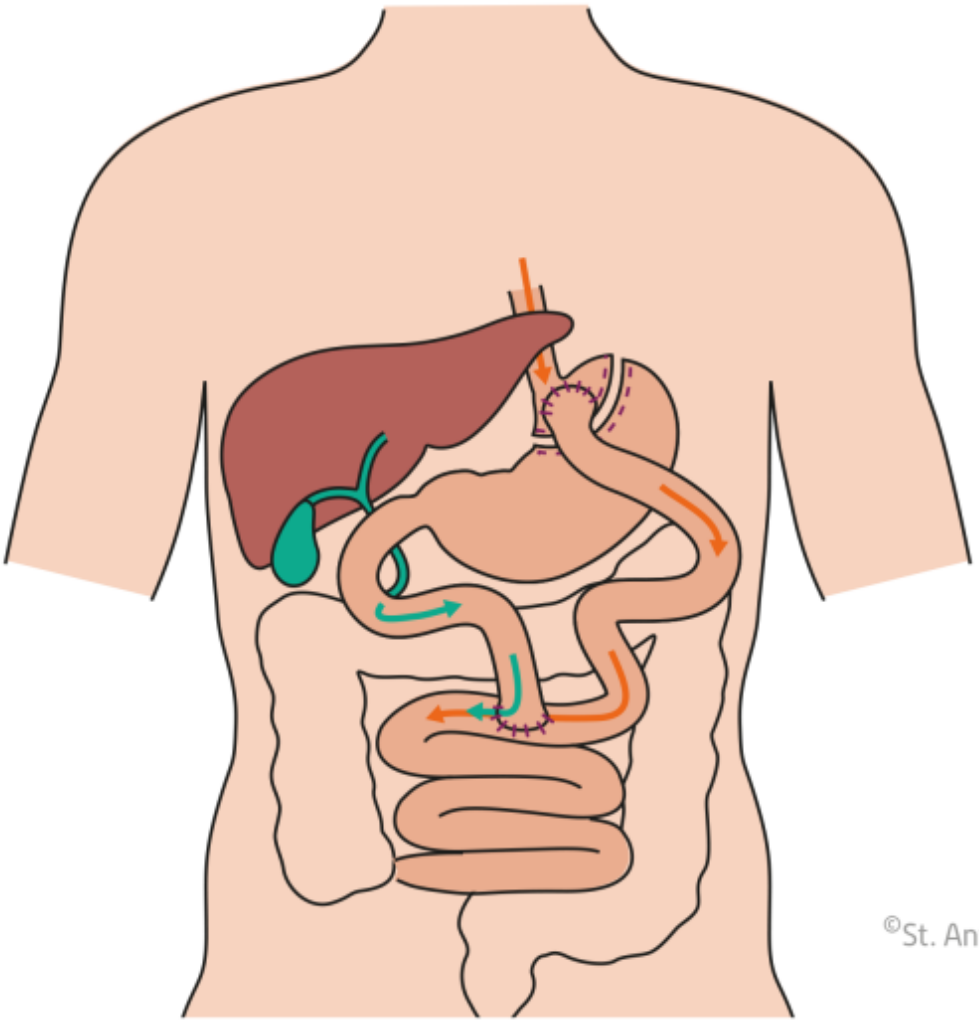
Adviezen bij vroege dumpingklachten

Een complicatie die regelmatig voorkomt na een maagverkleinende operatie is een beroerd gevoel kort na het eten van een bepaalde maaltijd. Dit zijn vroege dumpingklachten.

In deze informatie leggen we uit wat vroege dumpingklachten zijn, hoe vroege dumpingklachten ontstaan en hoe deze voorkomen kunnen worden.

Oorzaak vroege dumpingklachten

Door de maagverkleinende operatie (bariatrische ingreep) is de inhoud van uw maag kleiner geworden. Daarnaast heeft de chirurg een open verbinding gemaakt van de maag naar de dunne darm. Hierdoor stroomt voedsel sneller door vanuit de maag naar uw darmen. Zie onderstaand plaatje.



Bij patiënten zonder maagverkleining houdt de maag de voeding tijdelijk vast, voordat deze langzaam wordt doorgegeven naar de darmen. Deze functie is door de operatie weggevallen.

Door de snellere doorstroom van suiker- of vetrijke voeding kunnen klachten als buikkrampen, opgeblazen gevoel, zweten, misselijkheid, diarree, vermoeidheid en pijn optreden. Deze klachten treden binnen 15-30 minuten na de maaltijd op en kunnen tot 60 minuten aanhouden.

Klachten (symptomen)

U ervaart de volgende klachten:

- Buikkrampen
- Opgeblazen gevoel
- Zwakte
- Duizeligheid (bij opstaan)
- Zweten
- Rood gezicht
- Hartkloppingen
- Rommelende buik
- Misselijkheid
- Diarree
- Sufheid
- Vermoeidheid
- Wens tot willen gaan liggen na een maaltijd

Algemene adviezen bij vroege dumping

De volgende adviezen kunnen helpen om de klachten te voorkomen:

- Vermijd producten die veel suiker bevatten (snoep, koek, chocolade, ijs, frisdrank, limonade, nagerecht, drinkontbijt, enzovoorts).
- Vermijd producten die veel vet bevatten (snacks, gefrituurde producten, koek en gebak, roomijs, enzovoorts).
- Neem bij ernstige klachten een half uur rust na de maaltijd door te gaan liggen.
- Neem 6 tot 9 kleine eetmomenten per dag.
- Drink niet tijdens de maaltijd. Drink liever 30 minuten voor of na de maaltijd.

Behandeling

Naast het toepassen van de adviezen vragen we u de aankomende periode opnieuw een voedingsdagboek bij te houden. Hierin noteert u nauwkeurig uw voedingspatroon in combinatie met uw klachten. U zult waarschijnlijk zien dat de klachten minder of niet meer voorkomen.

Hoe vul ik een voedingsdagboek in?

Vul het voedingsdagboek zo specifiek mogelijk in. Noteer bij alle voedingsmiddelen en dranken ook de hoeveelheden en het tijdstip. Noteer klachten op een aparte regel en noteer hierbij op welk tijdstip deze plaatsvonden.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

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