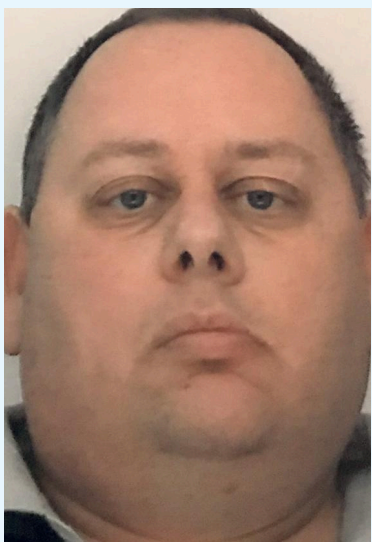


## Zwaar ondervoed na gastric bypass

Met een gewicht van 175 kilo onderging Hans van der Linden uit Heemstede in april 2014 een maagverkleining. Vier jaar later woog hij nog maar 75 kilo bij een lengte van 1.74. Hij was zwaar ondervoed geraakt. „Ik leef nog, maar vraag niet hoe en hoelang,” Hans verblijft nu op een revalidatieafdeling in een zorgcentrum in Haarlem. Of hij ooit weer op zichzelf kan wonen, is de vraag. „Ik reageerde extreem op mijn gastric bypass. Mijn lichaam verdroeg de omleiding niet. Mijn hele absorptiesysteem raakte in de war. Ik kon geen hap eten meer verdragen. Extreme diarree, helse darmpijnen en noem maar op. Het erge is dat ik telkens te horen kreeg dat het tussen mijn oren zat. Voor de operatie was ik depressief. Maar ik voel donders goed het verschil tussen psychische en lichamelijke reacties.” Zijn medisch dossier is een trieste opsomming. „Direct na de operatie is het begonnen. Op een gegeven moment voelde ik dat die maagoperatie ongedaan moest worden gemaakt. Mijn lijf schreeuwde er gewoon om.” Na een afschuwelijke lijdensweg is dat ruim twee maanden geleden eindelijk gebeurd. „De arts die de undo-operatie heeft gedaan in het het Obesitas Centrum Ma xima in Eindhoven zei dat hij geen twee weken later had moeten zijn. Dan was ik zeker dood geweest.”

### Ondervoeding

„Klinisch zien we een volledig ondervoede uitgemergde man met secundaire kenmerken van ondervoeding, zijnde haarverlies, nagels die zeer sterk afbreken, sterk schilferende huid, diffuse pijnklachten over het gehele lichaam”, stelde de arts van het Obesitas Centrum Ma xima vast. Voor Hans was deze bariatrisch chirurg (specialist die zich toelegt op het opereren van mensen met obesitas) de laatste strohalp.



Hans voor de operatie.



Hans nu.

EIGEN FOTO'S

„Eindelijk werd ik serieus genomen. In Beverwijk was ik uitgehandeld, zeiden ze. Ik heb moeten smeken om een doorverwijzing naar Eindhoven. Ik had uit ervaringsverhalen van lotgenoten begrepen dat ze me daar mogelijk wel konden helpen.” En zo werd bij Hans de gastric bypass, voor zover dat mogelijk was, weer teruggebracht naar de oorspronkelijke situatie. Omdat hij zo ernstig verzwakt was („Ik was gewoon stervende”) was de operatie uiterst risicovol. „Het kon me niet schelen als ik het niet zou overleven. Een andere uitweg was er gewoon niet.” Met zo'n verhaal mag je hopen dat na die undo-operatie het alleen maar bergopwaarts gaat. „Dat leek aanvankelijk wel zo. Ik klom van 75 kilo weer omhoog naar 82. Maar sinds een paar dagen gaat het weer heel slecht met me. Ik heb zo'n vreselijke pijn. Ik val ook weer af. Het is een soort auto-immuunziekte; mijn lichaam accepteert niets meer. Zodra ik bijvoorbeeld probeer te lopen, krijg ik enorme aanvallen. En dan die zenuwpijnen. Waarschijnlijk veroorzaakt door vitaminetekort. Geloof me, die voortdurende pijn is moordend maar effectieve pijnstilling is er niet want pijnmedicatie werkt vanwege mijn ontregelde systeem averechts.” Hij hoopt op een nieuwe afspraak in Eindhoven. Er is te lang roofofbouw op zijn lichaam gepleegd. „Voor mijn kinderen die gelukkig bij hun moeder wonen, een zoon van 17 en een dochter van 12, blijf ik vechten”, zegt hij met tranen in zijn ogen. „Ik ben niet tegen maagverkleining. Voor een groep gelukkigen werkt het goed. Maar tegenover al die hallelujageluiden van bekende Nederlanders moeten ook de verhalen met de rouwrand worden verteld.”

Nancy Ubert



Het aantal mensen met flink overgewicht neemt toe in ons land.

ANP

## Banaan of kiwi?

Jaarlijks kiezen zo'n 12.000 mensen definitief voor een nieuw leven waarin zij een gezonde relatie aangaan met eten, drinken en uiteindelijk zichzelf. Of die mensen goed voorbereid zijn op de versie 2.0? Willeke van den Heuvel vindt van niet. Daarom schreef ze een boek. Overweeg je een maagverkleining? Dan moet je zeker 'Banaan

of kiwi?' lezen. Voor dit boek interviewde Willeke van den Heuvel mensen die de operatie ondergingen. Ook sprak ze uiteenlopende specialisten die betrokken zijn bij die ingreep. Zo krijgt de lezer antwoorden op vragen als: Wat houdt die operatie nu precies in. Wat zijn de mogelijke complicaties. Hoef je door een maagverkleining nooit

meer op dieet. Raak je blijvend je overgewicht kwijt? Kun je eten wat je wilt zonder aan te komen? 'Banaan of kiwi?', alles wat je wilt weten over maagverkleiningen wordt 6 september gelanceerd, precies zes maanden na Willeke's eigen operatie. Maar het is al te bestellen.

www.banaanofkiwi.nl

# Maagverkleining is geen wondermiddel

In Hoorn, tijdens een weekendje weg, nam ze de beslissing zich te laten opereren. „We hadden een boot gehuurd. Ik stapte op en was als de dood dat we zouden zinken door mijn gewicht. Dat lijf paste niet bij mij, drong het tot me door. Ik voelde me fysiek honderd jaar ouder dan ik was. Ja, het was de hoogste tijd voor Willeke 2.0.” Willeke van den Heuvel (49) kreeg in maart van dit jaar een gastric bypass en heeft een boek geschreven waarin zij die operatie van alle kanten belicht: 'Banaan of kiwi?' Nog even en de maagverkleining is maatschappelijk helemaal geaccepteerd. Met dank aan Patty Brard. Bij haar zijn de kilo's eraf gevallen. En ze is niet de enige BN'er die onder het mes is gegaan voor een maatte minder. Actrice Sonja Silva heeft een nieuwe versie van zichzelf gecreëerd, stylist Bastiaan van Shaik herken je ook niet meer terug, actrice Annet Malherbe voelt zich met 40 kilo minder stukken beter en Hanneke Groenteman is gehalveerd. Ze vertellen hun publiek dat ze een stuk gelukkiger zijn met zichzelf nadat ze hun maag operatief hebben laten verkleinen.

### Vorbereid

Uit haar boek: „Ik dacht echt dat ik op alles voorbereid was. Totdat ik 6 maart 2018 wakker werd uit de narcose en mijn 2.0 leven begon. Toen kwam ik erachter dat ik eigenlijk helemaal niets wist. Dat ik 'dingen' voelde, ervoer, rook, proefde en zag waarop ik totaal niet voorbereid was.” Dat was het moment waarop ze besloot een boek te schrijven over maagverkleiningen. Een boek waarin vrijwel alles staat beschreven wat je kunt verwachten met een maagverkleining. Het is zeker geen lofzang geworden op de ingreep. Ook de gruwelverhalen blijven de lezer niet bespaard. De titel verwijst naar de twee meest voorkomende maagverkleiningsoperaties: de gastric sleeve waarbij de maag de vorm van een banaan krijgt en de gastric bypass waarbij de maag de omvang krijgt van een kiwi. Willeke: „Ik ben de trotse eigenaar van een kiwi.” Dat betekent niet dat ze nu achter-

is bij 14 procent van de Nederlandse bevolking in 2017 een vorm van obesitas vastgesteld. Ruim 2,5 keer meer dan zo'n dertig jaar geleden. Overgewicht kan je ziek maken. Denk aan suikerziekte, hoge bloeddruk, hart- en vaatziekten, rugklachten, gewrichtsklachten en kanker die is gerelateerd aan zwaarlijvigheid. „Ik hoor ook bij de groep met morbide obesitas”, aldus Willeke. Na ruim dertig jaar lijnervaring heb ik moeten inzien dat het me met diëten niet lukt al die kilo's die te verliezen. Ik heb in het verleden vaker nagedacht over een maagverkleining. Toen waren er allerlei redenen om het toch maar niet te doen. Zo ging mijn dochter een paar jaar geleden verschrikkelijk huilen toen ik over mijn plan vertelde. Ze wist zeker dat ik op de operatietafel zou sterven. Maar vorig jaar, tijdens dat ene weekend, heb ik het definitieve besluit genomen om er echt helemaal voor te gaan.”

### Haaruitval

Bijna iedereen die een maagverkleining heeft gehad, krijgt na een paar maanden last van haaruitval. Bij de een is dat erger dan bij de ander. Ook Willeke ontkwam er niet aan. „Ik was voorbereid maar toch hakte het erin. Ik stond onder de douche en had hele plukken in mijn hand. Toen heb ik wel even staan janken. Maar dat had ook te maken met een déjà vu. Ik heb

kanker gehad en had na de chemotherapie was ik helemaal kaal. Vandaar dat het extra confronterend was. Er is helaas niets aan te doen. Ik weet dat mijn haar zich uiteindelijk weer herstelt. Maar toch had ik het moeilijk.” Het is goed om op zulke tegenvallers voorbereid te zijn. „Een belangrijke drijfveer om dit boek samen te stellen.” Zo waarschuwt Willeke dat je geen maagverkleining moet willen als je aan een eetstoornis lijdt. „Ik sprak met een vrouw die had gehoopt door de maagverkleining van haar eetprobleem kon afkomen. Ze had last van ernstige eetbuien. Na de operatie is ze zichzelf gaan uithongeren. Inmiddels heeft ze gelukkig medische en psychiatrische hulp maar het is een diep triest verhaal. Aan een eetprobleem ligt altijd emotionele pijn ten grondslag. Dat los je niet op met een operatie. Dus kun je ook voorstellen dat als eten niet meer lukt, daarop wordt gereageerd met een andere verslaving: gokken, overmatig shoppen en drank. Zo'n tien procent heeft last van een (nieuwe) verslaving. Een volgend probleem is dumping. Na een maagverkleining wordt de maag (te) snel geleegd. Iedereen reageert daar anders op. Met braken en diarree, bijvoorbeeld. Of met duizeligheid, zweten, flauwvallen en hartkloppingen. Uit onderzoek blijkt dat een derde van de patiënten last van dumpings heeft en dat dit de kwaliteit van leven vermindert. „Ik ben blij dat ik daar geen last van heb. Ik heb mensen gesproken die echt lijden onder die dumpings.” Precies een half jaar na haar eigen operatie komt haar boek uit. „Ik ben blij met mijn keuze en mijn man Aad en onze twee kinderen zijn hartstikke trots op me.”



Willeke van den Heuvel. LIA VAN HALDEREN

## 'Het was de hoogste tijd voor Willeke 2.0'

Nancy Ubert