

Adviezen bij passageklachten

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

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

Meer over oorzaak passageklachten

Vroeger 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 verteert uw voeding dus niet meer zoals voorheen.

Uw voeding moet erg goed fijn gekauwd zijn om door de maag naar de darm te kunnen passeren. Als uw voeding nog te grof is kan deze passage moeizaam verlopen of kan uw voeding zelfs in de maag blijven steken. Door veelvuldig braken kan er ook irritatie van de maag optreden met zwelling tot gevolg. Deze zwelling zorgt voor een nog moeizamere passage.

De klachten ontstaan vaak in de eerste maanden na de operatie. 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. Dit heeft een extra negatief effect en vergergert de klachten. 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 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 (minimaal 20-30x kauwen). 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, zal het lichaam (nog) meer vragen om eten. Met als resultaat dat de kans groter is dat je sneller zult gaan eten en waarschijnlijk minder goed zal kauwen.
- 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.

Expertise en ervaring

S.V.P. invullen VIR informatievoorziening patiënten en familie

M&C is houder van de Vastgestelde Instellings Richtlijn (VIR) Informatievoorziening voor patiënten en familie. Een van de accreditatie-eisen vanuit het NIAZ is dat aangetoond moet worden welke afspraken er zijn over het verstrekken van informatie aan patiënten en hun familie/naasten. Vul daarom onderstaande gegevens in. Deze tekst wordt bij publicatie uit de tekst gehaald en in de beheerinformatie van het CMS opgenomen.

Voor welke patiëntgroepen is deze informatie bestemd?

Wie geeft deze informatie aan de patiënt (functie noemen, geen namen)?

Op welk moment in het zorgproces krijgt de patiënt deze informatie?

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Maagverkleinende operatie
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/obesitascentrum/behandelingen-onderzoeken/maagverkleinende-operatie>)
- Dieetadvies bij een maagband of maagverkleinende operatie
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek/dieetadvies-bij-een-maagband-maagverkleinende-operatie>)

Specialismen

- Voeding & Dieet (diëtetiek) (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek>)

Contact Voeding & Dieet (diëtetiek)

T 088 320 78 00