

**Der Experte**

Professor Dr. Christian Graeb, Chefarzt der Chirurgischen Klinik, der Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie

Professor Dr. Graeb ist seit 2010 Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie und Leiter des Darmkrebszentrums Hochfranken. Tumoroperationen am Magen, Darm und Enddarm in offener und minimalinvasiver Operationstechnik sind seine Schwerpunkte; ebenso die Leber- und Bauchspeicheldrüsenchirurgie. Zudem verfügt Professor Graeb über eine ausgewiesene Expertise in der Lungenchirurgie, sowohl für primär bösartige Lungentumore als auch für die Metastasenchirurgie.



Dr. Michael Dykta, Professor Dr. Christian Graeb, Koordinatorin Silvija Yobas und Ernährungsberaterin Victoria Tippelt (von links) präsentierten live aus den Räumen der Frankenpost den ersten gemeinsamen Online-Vortrag von Sana Klinikum Hof und Frankenpost. Zahlreiche Zuhörer informierten sich über das Thema Adipositas, lernten verschiedene Operationsmöglichkeiten kennen, und erfuhren, wie das Adipositas-Zentrum Betroffenen zur Seite stehen kann.

**Der Experte**

Dr. med. Michael Dykta, Oberarzt der Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie

Dr. Dykta ist seit 2008 in der Chirurgie tätig. 2016 absolvierte er die Ausbildung zum Facharzt für Viszeralchirurgie und ist seit Oktober 2017 Oberarzt am Sana Klinikum Hof. Er verfügt über langjährige Expertise in der minimalinvasiven und onkologischen Chirurgie. Sein besonderes Interesse gilt metabolischen Erkrankungen. Zur Etablierung eines Adipositaszentrums in Hof hat Dr. Dykta Fortbildungsmaßnahmen besucht und ein Netzwerk gemeinsam mit dem Adipositaszentrum am Sana Klinikum Remscheid aufgebaut.

# Die OP als Weg in ein neues Leben

Das Adipositaszentrum am Sana Klinikum Hof begleitet und betreut Patienten umfassend – von der neu gegründeten Selbsthilfegruppe über professionelle Ernährungsberatung bis hin zu einer möglichen Operation samt Nachbetreuung. Dr. Michael Dykta bestätigte, dass alle Kosten der bisherigen Operationen von den Kassen übernommen wurden. Oberarzt Dr. Dykta und Chefarzt Professor Dr. Christian Graeb stellten das Adipositaszentrum im Rahmen eines Online-Vortrags von Sana Klinikum und Frankenpost vor und erläuterten, wer für eine Operation in Frage kommt. Im Chat konnten Zuhörer Fragen stellen. „Die Entstehung von Übergewicht beruht auf unterschiedlichen Faktoren“, weiß Dr. Dykta. „Zum einen führt die gemessene am Bedarf zu hohe Zufuhr von Kalorien zu einer Speicherung in Fettgewebe und Leber. Zum an-

deren tragen die genetische Veranlagung, Stress, psychische Probleme, Medikamente und das soziale Umfeld zu der Entstehung krankhaften Übergewichts (Adipositas) entscheidend bei.“

Adipositas ist heute unter Experten als Erkrankung anerkannt, weil sie die Entstehung einer Reihe anderer Erkrankungen begünstigt: Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, Gallensteinleiden, Krebserkrankungen und Gelenkverschleiß – um nur einige zu nennen.

Zur Feststellung eines krankhaften Übergewichts muss zunächst der BMI (Body Mass Index) errechnet werden. Hierzu wird die Körpergröße durch das Quadrat des Körpergewichts dividiert. Ab einem BMI von 25 spricht man von leichtem Übergewicht, das mit ein wenig Disziplin in den Griff zu bekommen sein sollte. Bei Werten über 40

sieht es schon anders aus. Eine langfristige Gewichtsreduktion durch Diätversuche, Bewegungstherapien und Verhaltensmodifikation führen hier nur noch selten zum Erfolg. Dafür können die Betroffenen nichts: „Es gibt einen Stellmechanismus im Körper, der immer wieder zu dem höchsten jemals erreichten Gewicht zurück will. Bei krankhaft hohem Übergewicht zeigen Diäten keine Wirkung – oder der Patient ist hinterher gar schwerer als vorher.“ Medikamente zeigen nur geringe, kurzfristige Effekte und haben viele Nebenwirkungen. Dauerhafte Abhilfe schaffe ab einem bestimmten BMI nur noch eine Operation.

Während den Patienten früher ein Magenband eingesetzt wurde, finden heute minimalinvasive Operationen wie eine schlauchförmige Magenverkleinerung oder ein Magenbypass Anwendung. Die Patienten kön-

nen nach einer solchen Operation in der Regel nach drei bis fünf Tagen nach Hause. Sie können nur noch deutlich weniger essen und nehmen schnell und nachhaltig ab, müssen aber Vitamine und Mineralstoffe zuführen.

Ab welchem BMI operiert wird und wie lange das Vorbereitungsprogramm dauert, richtet sich danach, welche Begleiterkrankungen – wie beispielsweise Diabetes oder Bluthochdruck – ein Patient hat. Bei der Kommunikation mit der Krankenkasse unterstützt das Adipositaszentrum die Patienten intensiv; Ernährungsberatung gehört sowohl zum vorbereitenden Programm als auch zur Nachsorge.

**Verpasst? Jetzt ansehen!**

Unter <https://youtu.be/tTu0INXLWvc> und [www.sana.de/hof/medizin-pflege/adipositaszentrum-hof](http://www.sana.de/hof/medizin-pflege/adipositaszentrum-hof) können Sie den Vortrag ansehen.

## Drei wichtige Fragen über Adipositas-Operationen

**Was muss man tun, um operiert zu werden? Gibt es ein Höchstalter?**

Betroffene sollten beim Adipositaszentrum am Sana Klinikum Hof vorsprechen. Dort wird abgeklärt, ob sie prinzipiell für eine Operation in Frage kommen, und ob sie eventuell zunächst ein Therapieprogramm mit Ernährungsberatung und Sport absolvieren müssen. Das Adipositaszentrum kümmert sich um den Antrag bei der Krankenkasse und das zur Kostenübernahme notwendige psychologische und chirurgische Gutachten. Das Adipositaszentrum steht auch den Patienten offen, die für eine Operation noch nicht in Frage kommen.

In Zentren wie Hof werden in der Regel nur 18- bis 65-jährige Patienten operiert. Wer älter ist, muss sich gegebenenfalls in ein höher spezialisiertes Zentrum begeben. Jugendliche werden in der Regel nicht operiert.

**Ich habe Diabetes. Ist es möglich, dass die Krankheit nach der Operation verschwindet?**

Ja. Schon direkt nach der Operation kann sich eine Verbesserung zeigen, da die Operation auch den Hormonhaushalt des Patienten verändert. In den ersten beiden Jahren nach der OP verlieren die Patienten 50 bis 90 Prozent des überschüssigen Körpergewichtes. Damit verschwinden häufig auch Begleiterkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck oder Schlafapnoe.

**Gibt es nach einer so schnellen Gewichtsabnahme keine Probleme mit der Hautrückbildung?**

Das kommt immer darauf an, wie das vorherige Gewicht war. Sollten sich an Bauch, Beinen oder Oberarmen Probleme ergeben, vermittelt das Adipositaszentrum gerne einen Termin bei PD Dr. Dr. Elias Polykandriotis, Chefarzt der Plastischen Chirurgie am Sana Klinikum Hof.

# Gewicht XXL – Ein Erfahrungsbericht, der Mut macht...

„Jeder extrem Dicke, der sagt ‚Ich fühle mich wohl so wie ich bin‘ lügt sich in die eigene Tasche“, sagt Silvija Yobas. Die 43-Jährige weiß, wovon sie spricht. Noch vor etwas über einem Jahr brachte sie 70 Kilo mehr auf die Waage und hatte mit zahlreichen gesundheitlichen Problemen zu kämpfen.

Es war ein Vortrag von Sana Klinikum und Frankenpost zum Thema Adipositas, der zum Wendepunkt in ihrem Leben wurde. Eigentlich war Silvija Yobas nur als Begleitung einer Freundin mitgekommen. Doch der Erfahrungsbericht von Andreas Flüs, der sich vor einigen Jahren einer Adipositas-Operation unterzog und heute Leiter und Koordinator des Adipositaszentrums in Remscheid ist, ließ sie nicht mehr los.

Yobas wurde nach dem Vortrag beim Adipositaszentrum des Sana Klinikum Hof vorgestellt, ließ sich beraten und entschied sich schließlich für eine Operation. Und noch etwas hat sie dem



Selbstbewusst in die Kamera lächeln – das konnte Silvija Yobas nicht immer. Vor ihrer Adipositas-Operation war die Hoferin extrem übergewichtig. Heute freut sie sich über ein völlig neues Lebensgefühl und hilft anderen Betroffenen.

damaligen Referenten Andreas Flüs gleichgetan: Die gelernte Medizinische Fachangestellte arbeitet inzwischen als Koordinatorin des Hofer Adipositaszentrums. Dort ist sie erste Ansprechpartnerin für hilfesuchende Menschen, stellt auf Wunsch Kontakt zu den Ärzten her und begleitet Patienten, die sich für eine Operation entscheiden, auf ihrem Weg.

Mit Leidenschaft bringt die Hoferin in ihrem Job ihre eigenen Erfahrungen ein. Schon beim Erstkontakt wird deutlich: Hier wird niemand wegen seines Gewichts stigmatisiert. Denn wie sich das anfühlt, hat Silvija Yobas selbst oft genug am eigenen Leib erfahren. „Ich hab die Dicken-Witze immer selbst gerissen, noch bevor sie jemand anders über mich machen konnte“, er-

zählt die lebenslustige Frau. Doch wohl gefühlt hat sie sich längst nicht mehr in ihrem Körper, zumal sie mit Kurzatmigkeit, Bluthochdruck, Gelenkschmerzen und anderen gesundheitlichen Problemen zu kämpfen hatte. Heute kann die zweifache Mutter nicht nur wieder mit ihren Kindern herumtoben, sondern geht auch mehrmals pro Woche ins Fitnessstudio: „Weil's Bock macht.“

Wie sich Silvija Yobas Lebensgefühl seit der Operation verändert hat, kann die Hoferin kaum in Worte fassen: „Das ist unbeschreiblich“. Dass der Weg dahin kein einfacher war, verhehlt sie in ihren Beratungsgesprächen nicht. „Man muss diese Entscheidung bewusst treffen und sich darauf einlassen. Das ist ein harter Weg – aber er lohnt sich.“ In den langen und intensiven Erstgesprächen weist sie ausdrücklich darauf hin, welche Folgen eine Adipositas-Operation hat

Weil ihr Magen im Rahmen der Operation deutlich verklei-

nernt wurde, kann Yobas für den Rest ihres Lebens nur noch sehr kleine Portionen zu sich nehmen. Was die 43-Jährige jedoch positiv überrascht hat, ist, dass sie trotz der extremen Gewichtsabnahme nie Hunger leiden musste: „Seit 15. Mai vergangenen Jahres hatte ich keinen Hunger mehr.“ Im Mai endete für Silvija Yobas die Phase nach der Operation, in der die Patienten zunächst nur Flüssignahrung zu sich nehmen können. Anschließend gilt es die Ernährung umzustellen, bewusst zu essen, nur noch kleine Portionen und dafür mehrmals täglich, sowie auf Lebenszeit Vitaminpräparate einzunehmen, um Mangelerscheinungen zu vermeiden.

Das Team des Adipositaszentrums kümmert sich auch nach der Operation um die Nachsorge. Kein Patient muss sich alleingelassen fühlen. Zusätzlich zur medizinischen Betreuung in Kooperation mit den Hausärzten stehen Koordinatorin Silvija Yobas und Ernährungsberaterin Victo-

ria Tippelt den Patienten mit Rat und Tat zur Seite.

Silvija Yobas hat keinen Bluthochdruck mehr, ihre Schlafapnoe ist auch verschwunden, sie fühlt sich fit und gesund und hat alle Medikamente nach der Operation absetzen können. „Auch der psychische Aspekt ist nicht zu unterschätzen.“ Nicht jeder Dicke, der über Dicken-Witze lacht oder vielleicht sogar selbst welche macht, findet seine Lage tatsächlich zum Lachen.

**Kontakt**

**Sana Klinikum Hof  
Adipositaszentrum**  
Eppenreuther Straße 9  
95032 Hof  
Telefon 09281 98-3818  
Telefax 09281 98-113818  
E-Mail [silvija.yobas@sana.de](mailto:silvija.yobas@sana.de)

Termine nach Vereinbarung

**Selbsthilfegruppe Adipositas:**  
über die AOK-Selbsthilfekontaktstelle unter Telefon 09281/540390-590