

Lihavuusleikkaus

Tärkeintä lihavuuden hoidossa on muuttaa omia elintapoja siten, että ne tukevat terveyttä. Vaikean lihavuuden hoidossa voidaan harkita leikkaushoitoa elintapamuutoksen tueksi. Leikkaushoidon tavoite on mahdollistaa pysyvä painonlasku.

Lihavuusleikkausta voidaan harkita, jos

- Painoindeksisi on vähintään 40 ja olet muuten terve.
- Painoindeksisi on vähintään 35, mutta sinulla on lihavuudesta johtuva liitännäissairaus, kuten esimerkiksi tyypin 2 diabetes, uniapnea tai polvien nivelrikko.
- Painoindeksisi on 30-34,9, ja sinulla on hyvästä lääkehoidosta ja painonhallinnan ohjauksesta huolimatta huonossa hoitotasapainossa oleva tyypin 2 diabetes.
- Sinulla on takana pitkäjänteisiä laihdutusjaksoja, joiden jälkeen paino on taas palannut takaisin aiemmalle tasolle.
- Pystyt muuttamaan syömistottumuksiasi leikkauksen edellyttämällä tavalla.

Ennen leikkaushoitoa

- Ota yhteys omaan lääkäriisi esim. terveyskeskuksessa tai työterveyshuollossa. Lääkäri arvioi terveydentilasi ja tekee tarvittaessa lähetteen sairaalaan leikkausarvioon.
- Sairaalassa lääkäri arvioi lähetteen perusteella täyttyvätkö leikkauskriteerit kohdallasi.

Jos kriteerit täyttyvät:

- Saat ajan ravitsemusterapeutin vastaanotolle. Edeltävästi vastaat kyselylomakkeisiin ja täytät ruokapäiväkirjaa saamiesi ohjeiden mukaisesti.
- Saat ajan lääkärin (endokrinologi) vastaanotolle. Edeltävästi käyt laboratoriotesteissä saamiesi ohjeiden mukaisesti. Saat tarvittaessa ajan myös psykiatrin vastaanotolle.
- Mikäli leikkausta suositellaan, saat uuden ajan ravitsemusterapeutille 3 kk päähän. Tänä aikana on laihdutettava vähintään 5 % lähtöpainosta ruokavalio-ohjeiden avulla.
- Lähetä leikkausarvioon tehdään, jos olet saavuttanut painotavoitteen, ruokavaliosi on asianmukainen ja olet edelleen motivoitunut leikkaukseen.
- Saat ajan poliklinikalle, jossa tehdään mahalaukun tähytys. Kirurgi arvioi onko leikkaushoito sinulle sopiva. Saat myöhemmin leikkauksajan ja valmistautumisohjeet postitse kotiin.

Leikkaushoito

- Leikkausmenetelmiä on kaksi: mahalaukun ohitus- tai mahalaukun kavennusleikkaus. Toimenpide tehdään lähes aina tähystysleikkauksena.
- Kotiin pääsee yleensä kolmantena leikkauksen jälkeisenä päivänä.

Jatkohoito

- Vointiasi seurataan ravitsemusterapeutin, endokrinologian ja kirurgian poliklinikalla. Hoitajan vastaanotolla keskustellaan voinnistasi ja seurataan painoasi. Lääkärin vastaanotolla seurataan voinnin ja painon lisäksi myös laboratorioarvojasi.
- Kahden vuoden kuluttua seuranta siirtyy terveyskeskukseen tai työterveyshuoltoon. Tämän jälkeen suositellaan 1x/v laboratoriotarkastuksia ja lääkärin vastaanottokäyntiä.