

Een dikke knuffel

Hoe bereid je je kind voor op je maagverkleinende operatie?



Colofon

Dit boekje is ontwikkeld in Máxima MC, door het obesitascentrum en de afdelingen communicatie en vormgeving. Met dank aan Anne.

200-345_08-25

Over dit boekje

Dit is een verhaal over mama Pien.
Ze krijgt een operatie omdat ze te zwaar is.
Daardoor valt ze af en dat is beter voor haar gezondheid.

Met dit boekje kom je iets meer te weten over hoe dat in zijn werk gaat. Je kunt er samen met papa of mama in lezen en er vragen over stellen.

Bij elke ouder die dit krijgt, zal het een beetje anders gaan, want iedereen is verschillend.

Voor de ouders

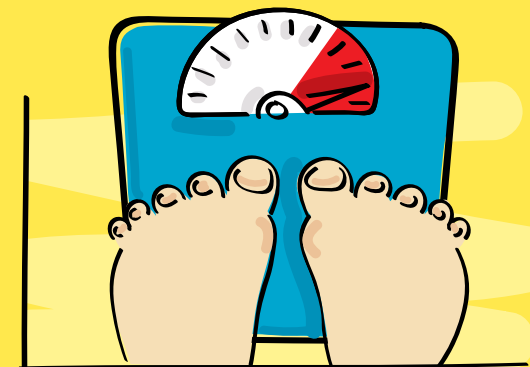
Laat je kind vragen en ga erop in. Een kind geeft zelf aan wat hij/zij aan kan. Geef geen details waar een kind niet aan toe is en die juist angst kunnen veroorzaken.

Achterin dit boekje staan aanvullende vragen die je met je kind zou kunnen bespreken als het daar behoefte aan heeft.



Mama Pien is te dik

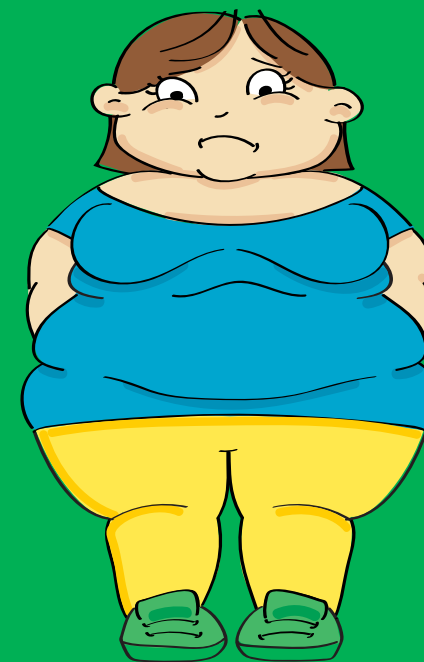
Dit zijn Tom en Marieke met hun moeder Pien.
Mama Pien is te zwaar.
Het is niet gezond om te zwaar te zijn.
Mama Pien wil afvallen maar het lukt haar niet.

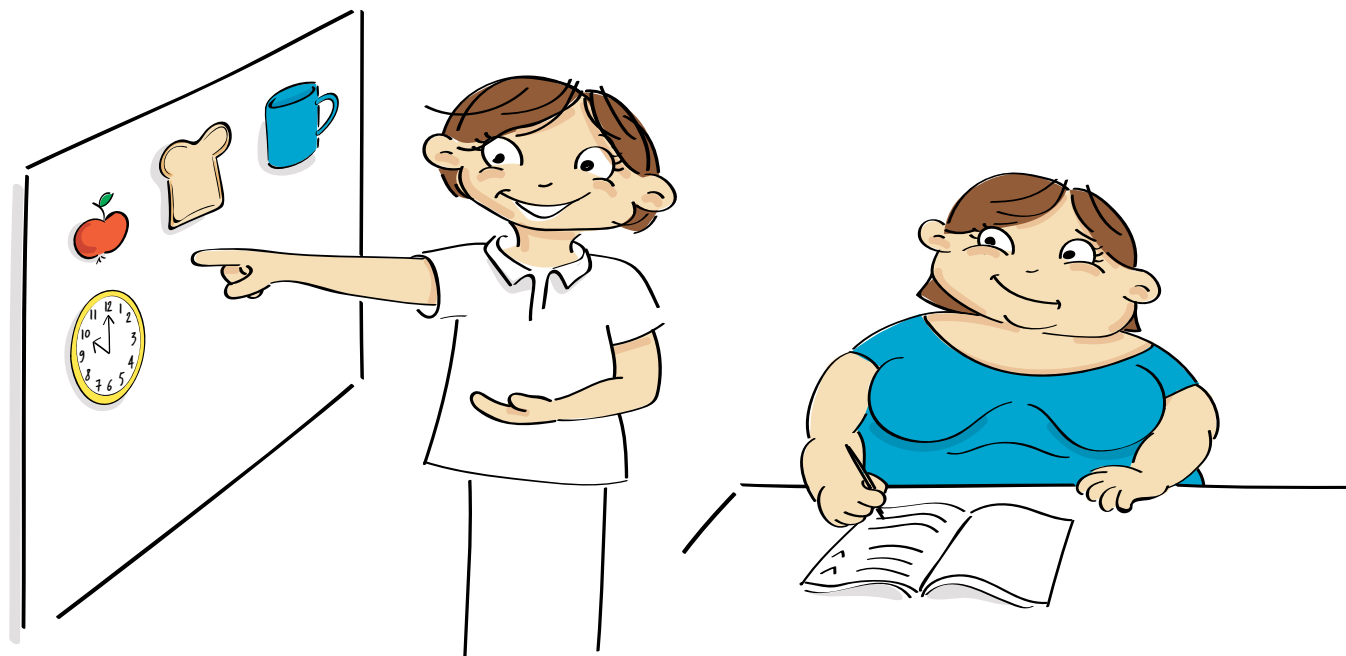




Wat gebeurt er als je te dik bent?

Omdat mama Pien te zwaar is, krijgt ze pijn aan haar knieën en is ze snel moe.
Ze kan minder dingen doen dan iemand die niet zo zwaar is.
Ze kan bijvoorbeeld niet met Tom en Marieke van de glijbaan.
Mama Pien wil graag meer dingen kunnen.
Daarom wil ze graag afvallen.

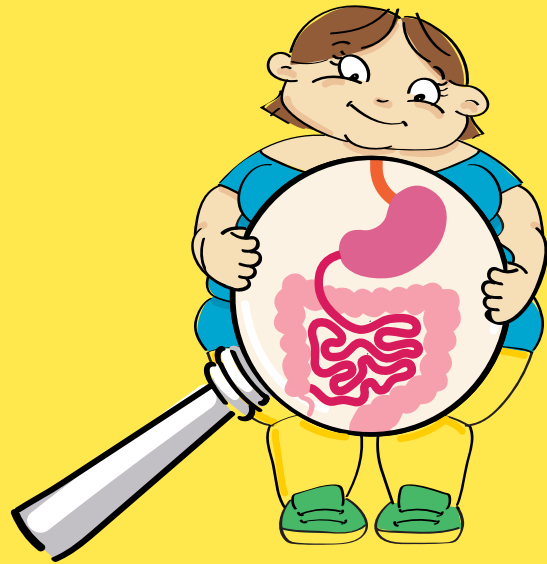




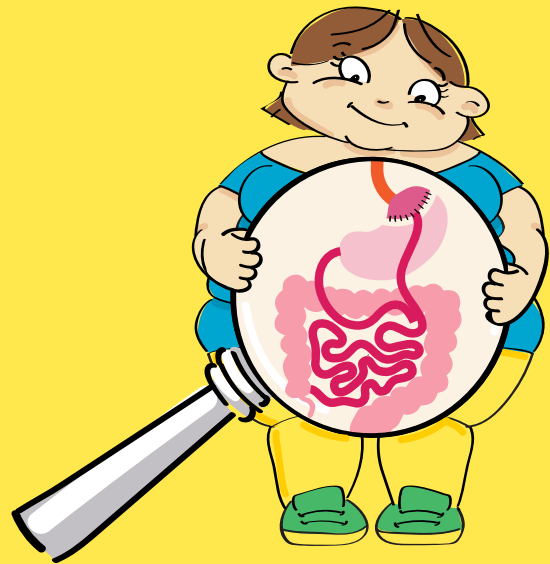
Mama Pien krijgt les

Van de dokter krijgt mama Pien les, net als op school.
Ze leert hoe ze gezond moet eten, hoe vaak en hoeveel ze moet eten
en dat ze goed moet kauwen.
Tom en Marieke zien dat mama door de les die ze krijgt anders
gaat eten. Ze eet veel minder en ook andere dingen.

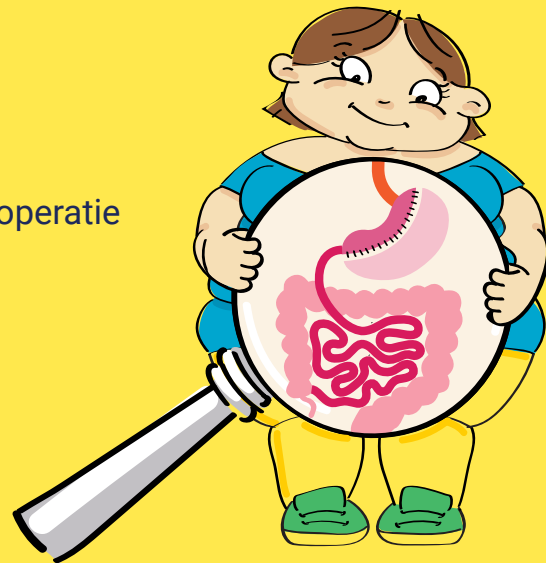
Eetles alleen is niet genoeg om af te vallen en gezonder te worden.
De dokter gaat mama Pien opereren.
Hij gaat haar maag kleiner maken, zodat er minder eten in past.



vóór de operatie



ná de operatie



Hoe gaat de dokter opereren?

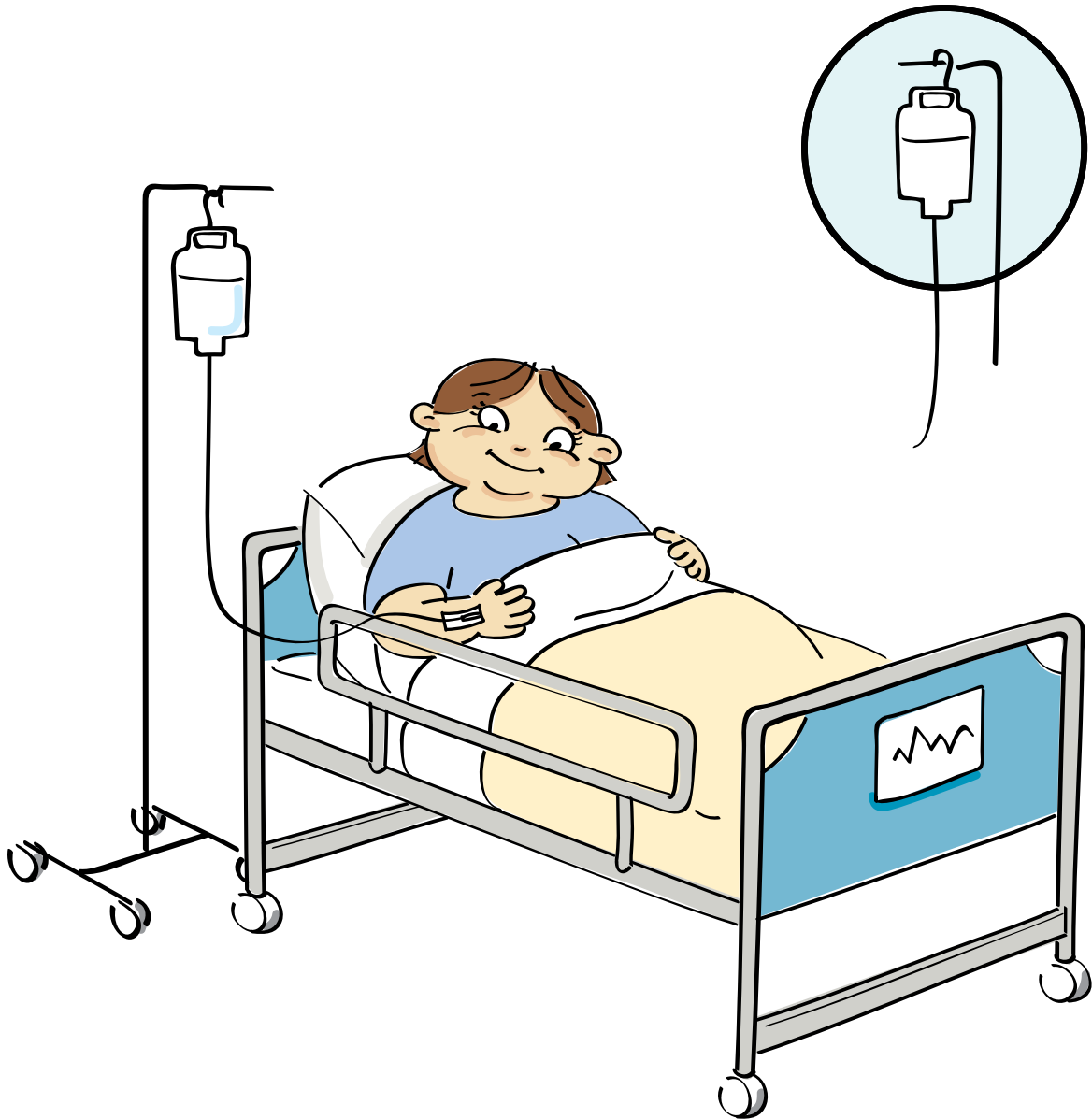
De maag van mama Pien is zo groot als een ballon.

De dokter kan de maag van mama Pien op twee manieren kleiner maken. De maag wordt zo groot als een kiwi, of lang en smal als een banaan.

Na de operatie is de maag van mama Pien kleiner en past er minder eten in. Ze kan dan minder eten en daardoor wordt ze dunner.

Mama Pien is na de operatie nog niet meteen dunner.

Dit duurt een tijdje.



Na de operatie

Na de operatie ligt mama Pien in bed.

Je ziet aan de buitenkant geen verschil met vóór de operatie.

Mama Pien ziet er alleen een beetje moe uit.

Ze heeft een infuus. Dit is een plastic slangetje dat met een buisje in de ader zit. Het slangetje zit aan een zakje waar water, voeding en medicijnen in zitten. Dit gaat via het slangetje in het lichaam.

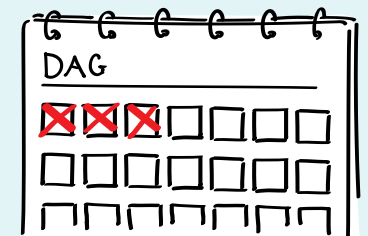
Mama Pien wordt verzorgd door verpleegkundigen en de dokter.

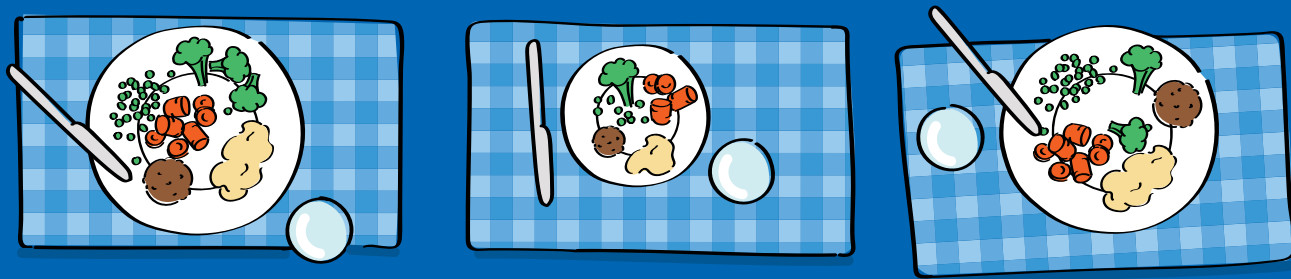
Haar maag moet genezen na de operatie.

De eerste dag mag ze nog niet eten, alleen een slokje drinken.

De tweede dag mag ze een beetje eten, het eten is vloeibaar of gemalen.

Als alles goed gaat mag mama Pien na 2 dagen naar huis.

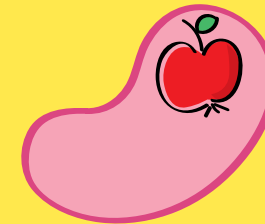




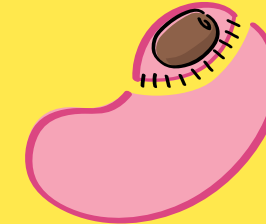
Weer thuis

Met haar kleine maag eet mama Pien nu nog minder.
Ze weegt de hoeveelheden heel precies af met een weegschaal.
Ze eet kleine beetjes, anders raakt haar maag van streek.
Maar ze eet wel heel vaak op een dag.
Heel vaak kleine beetjes.

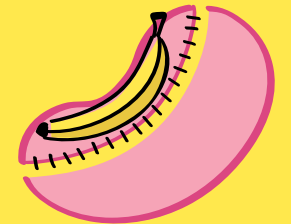
Mama Pien heeft een bord eten net als Tom en Marieke, maar dat van haar is veel kleiner! Soms eet mama haar bord niet helemaal leeg, anders wordt ze ziek. Haar kleine maag kan het eten soms niet verdragen. Tom en Marieke hebben een gewoon bord. Zij eten gezond, zodat ze goed groeien.



de maag **vóór** de operatie



de maag **ná** de operatie

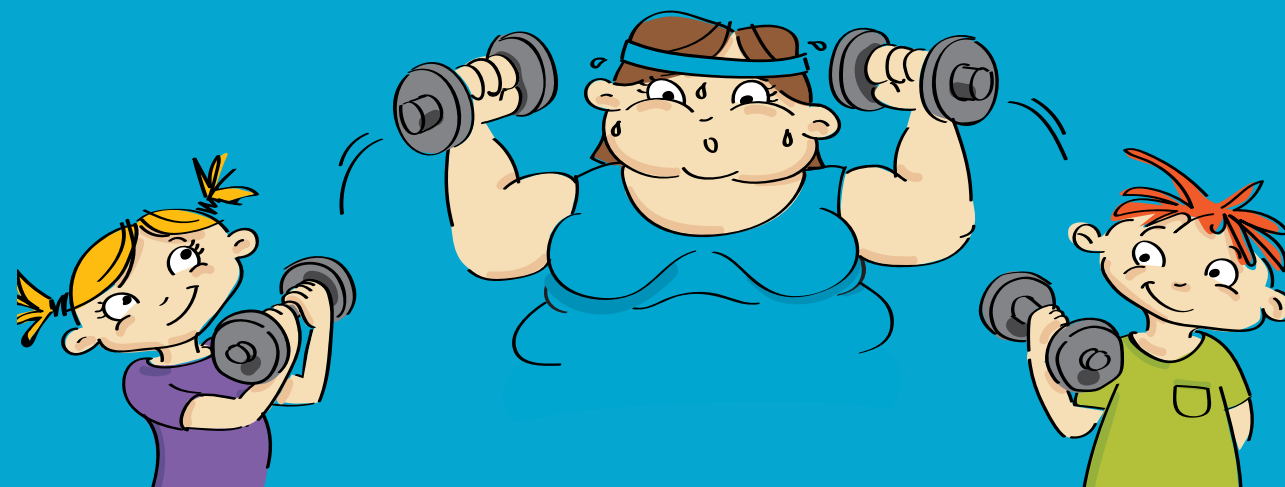




Weer gezond worden

Mama Pien sport nu heel veel.
Dat deed ze eerst nooit of veel minder.
Mama Pien weegt zich regelmatig.
Ze moet nog vaak naar het ziekenhuis op controle.

Door het sporten en de maagverkleining wordt mama Pien steeds een beetje dunner.
Hoeveel mama Pien gaat afvallen weet ze niet precies.
Dat is bij iedereen anders.
Ze wordt in ieder geval wel veel gezonder.
Samen sporten met mama. Wat leuk!





Dikke knuffel

Mama Pien is al flink afgevallen.

Tom en Marieke kunnen nu samen met mama van de glijbaan!

En hoe zou een knuffel aanvoelen?

Minder zacht maar wel een net zo dikke knuffel!

Voor ouders:

Heeft je kind behoefte om meer te weten? Hieronder vind je de meest gestelde vragen met de antwoorden. Bespreek deze vragen alleen op initiatief van je kind.

Word ik ook zo dik?

Als je gezond eet en drinkt en genoeg beweegt, word je niet dik.

Hoe gaat de operatie?

De dokter maakt 5 gaatjes in de buik. Daar worden buisjes doorheen gedaan om de maag van binnen kleiner te kunnen maken. De gaatjes worden binnen in de buik dichtgemaakt. De hechtingen lossen vanzelf op.

Hoe maakt de dokter de maag kleiner?

De maag wordt kleiner gemaakt met kleine nietjes waardoor de maag daarna goed kan herstellen.



Wat is een infuus precies?

Een infuus is een plastic buisje dat in de arm zit tijdens en na de operatie. Dat zorgt ervoor dat papa of mama genoeg vocht binnenkrijgt: dat kunnen ze dan door dat buisje geven.

Heb je veel pijn na de operatie?

Meestal is de pijn niet zo erg. Als deze wel erg is, krijgt papa/ mama medicijnen tegen de pijn.

Mag je knuffelen na de operatie?

Voorzichtig knuffelen mag!



Wat kun je allemaal wel en niet na de operatie?

Na de operatie mag papa/mama 6 weken niet zwaar tillen en drie weken geen autorijden.

Kan mama/papa nog voor mij zorgen?

Papa en mama kunnen zeker voor je zorgen, sommige dingen gaan wel een tijdje wat anders. Omdat mama/papa de eerste zes weken niet mag tillen, moet je bijvoorbeeld zelf de trap oplopen.

Wat mag je wel en niet eten?

Mama/papa moet vaak op een dag kleine beetjes eten. De eerste 2 weken vloeibare of gemalen voeding. Daarna mag papa/mama weer normale, gezonde voeding eten.

Mag mama/papa snoepen? Mag ik nog snoepen?

Het is voor mama/papa beter om zo min mogelijk te snoepen. Jij mag zeker nog wel snoepen, maar natuurlijk ook niet teveel.



Moet mama/papa voor altijd anders eten en veel sporten?

Mama/papa moet voor altijd vaak op een dag kleine beetjes eten en veel sporten.

Wanneer stopt het afvallen?

Het afvallen stopt meestal ongeveer 1 jaar na de operatie.

Mama/papa eet het bord soms niet leeg hoe komt dat?

Mama/papa kan niet altijd haar/zijn bord leeg eten omdat de kleine maag dan vol is.

