



So sieht's aus: Dr. Johannes Diermann und Ernährungsberaterin Nadine Lohsträter erklären Jens Ristock den Eingriff am Magen (v. r.).

FOTO: KLAUS POLLKLÄSNER

Mit Schlauchmagen 70 Kilo weniger

Das Evangelische Krankenhaus freut sich über seinen „Vorzeigepatienten“ Jens Ristock. Und kritisiert die Kassen wegen fehlender Nachsorge

Von Brigitte Ulitschka

Früher hätte Jens Ristock auf dem Weg zum Pressetermin im Evangelischen Krankenhaus etwas zu essen im Auto gehabt und auf dem Rückweg nach Schwelm, wo er als Buchhalter arbeitet, vielleicht Pause gemacht für einen Snack. Seit der 40-Jährige vor zwei Jahren einen Schlauchmagen bekommen hat, isst er wenig – dafür aber mit viel Genuss.

Man kann sich nicht vorstellen, dass er Probleme mit dem Gewicht hatte. Doch vor Jahren brachte er 170 Kilo auf die Waage – von 70 hat er sich inzwischen erfolgreich getrennt. „Er ist unser Vorzeigepatient“, sagt Dr. Johannes Diermann. Ernährungsberaterin Nadine Lohsträter sichert sich gleich seine Teilnahme bei einer Veranstaltung im Adipositas-Zentrum Bochum, wo er das Übergewichtsproblem aus der Sicht Betroffener darstellen soll. Wie andere Patien-

ten auch, hat er eine Vielzahl an Diäten hinter sich, ehe er vor zwei Jahren einen Schlauchmagen bekommt. Im Gegensatz zu vielen anderen Menschen, die sich kaum noch bewegen oder das nicht mehr können, hat Jens Ristock immer Sport gemacht. Den lässt er sich auf keinen Fall nehmen, weil ihm die Bewegung gut tut und er nicht nur fit, sondern auch ausgeglichen wird. Am meisten hat ihn gewurmt, dass er beim Toben seine Kinder nicht mehr erwischt hat.

Diermann kritisiert, dass eine Klinik, die sich zertifizieren lässt, eine bestimmte Anzahl von Operationen pro Jahr nachweisen muss. Gegen ein gewisses Maß an Routine hat er nichts einzuwenden. Die Probleme seien aber nicht mit der Operation aus der Welt geschafft. „Nachsorge ist sehr wichtig.“ In Schweden habe sie einen ganz anderen Stellenwert. „Hier heißt es, seht zu, wie ihr zurechtkommt.“ Die Kassen kümmern sich nicht ausreichend darum. Angebote

macht die Klinik, die nicht nur auf Operationen vorbereitet, sondern sich auch um die Nachsorge kümmert. Doch nicht jeder Patient geht zur Ernährungsberatung und zu Adipositas-Treffen und beherzigt die Tipps.

Nicht nur die Zunahme geht nicht von heute auf morgen. Auch den Schalter im Kopf umzulegen, dauert bei vielen Patienten länger. Einen Mann, der das verlorene Gewicht wieder zugenommen hat, hat die Klinik aus den Augen verloren, weil er sich nicht mehr gemeldet hat. Jens Ristock kommt regelmäßig, bringt sich ein bei Treffen und Vorträgen. Er weiß, dass sein Magen seit der OP nur noch 100 Milliliter fasst statt 1,2 bis 1,5 Liter – und verhält sich entsprechend. Currywurst kann er essen in kleinen Mengen – die Pommes dazu trägt er nicht mehr. Auch wenn er nicht viel zu sich nehmen kann, geht er gern essen: „Mir ist Qualität wichtiger als Quantität.“

Ernährung und Gesundheit auf den Stundenplan

■ **Gut kauen** ist ebenfalls sehr wichtig nach einer solchen Operation des Magens. Jeden Bissen am besten 20 bis 30 Mal. Diätassistentin Nadine Lohsträter sagt das ihren Patienten. Und weiß doch selbst, wie schwer die Umsetzung ist.

■ **„Machen Sie das? Ich nicht“**, gibt Lohsträter ehrlich Auskunft. Sie wäre dafür, Ernährung und Gesundheit auf den Stundenplan zu setzen: damit schon Kinder ganz selbstverständlich damit aufwachsen – und nicht dick werden.