

Magen-Bypass vertreibt Lust auf

Ärzte verkleinern den Magen von Übergewichtigen, damit diese weniger essen. Die Operation ist kompliziert und nicht für alle Betroffenen von Vorteil.

Für stark übergewichtige Menschen ist der Magen-Bypass oft die letzte Hoffnung. Der Chirurg trennt einen kleinen Teil des Magens ab und verbindet diesen mit dem Dünndarm. Die ursprüngliche Idee der Operation: Man kann nur wenig essen, weil der winzige Magen bloss für kleine Portionen Platz hat.

Doch jetzt zeigen immer mehr Untersuchungen: Patienten nehmen nicht nur wegen des Minimagens ab – wesentlichen Anteil hat auch der veränderte Geschmacksinn. Marco Bueter, Oberarzt am Universitätsspital Zürich: «Nach der Operation essen viele Patienten nicht nur weniger – sie bevorzugen auch kalorienärmere Speisen.» Insbesondere mögen die Operierten Fettes und Süsses weniger. «Nicht

etwa, weil sie davon Verdauungsbeschwerden bekommen», sagt Bueter, «sondern sie haben einfach kein Verlangen mehr danach.»

Nach der Operation keine Lust mehr auf Wurstsalat

Genau das erlebte Markus Pfister aus Turbenthal ZH. Vor fünf Jahren bekam er seinen Magen-Bypass. «Ich wog über 140 Kilo und hatte schweren Diabetes», sagt der heute 61-jährige Küchenbauer. «Damals ass ich viel Käse und Wurst. Nach der Feuerwehrrüfung habe er jeweils spätabends einen währschaftigen Wurstsalat gegessen, dazu zwei, drei Bier. Heute ist alles anders: «Nach der Operation hatte ich plötzlich keine Lust mehr darauf», erinnert sich Markus Pfister. Auch Süssigkeiten locken



Markus Pfister: Durch Magen-Bypass-Operation Gewicht halbiert

Magenverkleinerungen: Die Vor- und Nachteile

| | Magen-Bypass | Magenband | Schlauchmagen |
|---|---|--|--|
| Eingriff | Der Arzt trennt einen kleinen Teil des Magens ab und verbindet diesen mit dem verkürzten Dünndarm. | Der Arzt schnürt einen kleinen Teil des Magens mit einem Band ab. | Der Arzt verkleinert den Magen zu einem schmalen Schlauch. |
| Vorteile | <ul style="list-style-type: none"> ■ weniger Lust auf Kalorienreiches ■ schnelle Sättigung ■ oft rasches Abnehmen | <ul style="list-style-type: none"> ■ lässt sich rückgängig machen | <ul style="list-style-type: none"> ■ möglicherweise weniger Lust auf Kalorienreiches ■ schnelle Sättigung |
| Nachteile | <ul style="list-style-type: none"> ■ lässt sich nicht rückgängig machen ■ Körper nimmt Nährstoffe schlechter auf ■ rund 3 von 1000 sterben wegen der Operation | <ul style="list-style-type: none"> ■ kein Einfluss auf die Vorlieben beim Essen ■ kann verrutschen oder einwachsen ■ rund 1 von 1000 stirbt wegen der Operation ■ häufiges Erbrechen | <ul style="list-style-type: none"> ■ lässt sich nicht rückgängig machen ■ wenig Langzeiterfahrung ■ rund 6 von 1000 sterben wegen der Operation |
| Reduktion des Übergewichts¹ | 60 Prozent | 50 Prozent | 60 Prozent |

¹ Erfolg nach fünf Jahren («Schweizerische Zeitschrift für Ernährungsmedizin» 4/11, Ralph Peterli)

ihn nicht mehr. Jetzt wiegt er 69 Kilogramm und ist gesund. «Das verdanke ich vor allem meinen veränderten Vorlieben beim Essen.»

Magen-Bypass verändert die Hormonproduktion

Bernd Schultes, Leiter des Adipositaszentrums am St. Galler Kantonsspital, sagt: «Typisch ist, dass Patienten nach der Operation Bitteres und Herzhaftes viel deutlicher schmecken als zuvor.» Auch auf Fett reagiere der Geschmackssinn überempfindlich.

Der Grund für den veränderten Geschmackssinn liegt bei den Hormonen, vermu-

ten Fachleute. Weil der Magen-Bypass einen Teil des Verdauungstrakts umgeht, verändert sich die Hormonproduktion im Darm. So bildet dieser zum Beispiel mehr vom Sättigungshormon GLP-1. Jon Davis, Forscher an der Universität von Cincinnati: «Dieses Hormon könnte im Gehirn zu einer Aversion auf bestimmtes Essen führen», etwa kalorienreiche Lebensmittel.

Für übergewichtige Patienten klingt das verlockend. Doch die Operation ist kein Wundermittel: «Patienten erreichen nur selten ein Normalgewicht», sagen die Fachleute vom Adipositaszentrum des Kantonsspitals St. Gallen.

Fettes



DOMINIQUE SCHÜTZ

Laut Arzt Ralph Peterli vom Claraspital in Basel verlieren Patienten mit einem Bypass langfristig gerade mal 60 Prozent ihres Übergewichts. Das ist nur wenig mehr als bei einem Magenband mit zirka 50 Prozent (siehe Kasten). Im Vergleich zum Bypass verändert das Magenband Hormonproduktion und Geschmacksinn nicht. Zudem ergab kürzlich eine Untersuchung aus den USA, dass bei einem Fünftel der operierten Patienten trotz anfänglichem Erfolg der Diabetes nach fünf Jahren zurückkam.

Nach einer Bypass-Operation treten bisweilen auch unangenehme Geschmacks-

erlebnisse auf: Die US-Journalistin Samantha Murphy schilderte im Magazin «New Scientist», wie ihr Lieblings-istee plötzlich nach Fisch schmeckte.

Heikler Eingriff und viele Nachoperationen

Magen-Bypass- und Magenband-Operationen sind ein massiver Eingriff, und es kann zu Infektionen oder Blutgerinnseln kommen. Fachleute gehen davon aus, dass 3 von 1000 Patienten wegen der Operation sterben. Zudem müssen Patienten nach ein paar Jahren oft erneut unters Messer (*saldo* 19/08). Bei jedem Dritten

TIPPS

Operieren oder nicht?

Das müssen Sie wissen, wenn Sie sich für eine Magenoperation entscheiden:

- Die Magenverkleinerung ist ein massiver Eingriff mit entsprechenden Risiken.
- Sie können nicht mehr gleich essen und trinken wie zuvor.
- Sie müssen oft Vitaminpräparate nehmen.
- Nach dem Abnehmen kann die überdehnte Haut herunterhängen.
- Klären Sie ab, ob Sie alle Bedingungen erfüllen, damit die Krankenkasse den Eingriff zahlt.

musste der Chirurg den Bypass später durch ein Magenband stützen. Noch mehr Nachoperationen sind es beim Magenband.

Facharzt Bernd Schultes sagt: «Patienten sollten sich die Entscheidung für eine Operation gut überlegen.» Mit dem Eingriff verändere sich ihr Leben stark. Zwar würden die Vorteile meist überwiegen, die Operation zwingt aber dazu, dauerhaft auf die Ernährung zu achten. Bei einem Magen-Bypass brauchen Patienten zudem oft ihr Leben lang Nahrungsergänzungsmittel, weil ihr Darm zu wenig Vitamine und Mineralien aufnimmt. *Sonja Marti*

Nutzlose Überwachung

Immer mehr Leute kontrollieren ihre Gesundheit per Smartphone. Mediziner finden den Trend bedenklich.

Die Journalistin Emily Singer dachte, sie habe gut geschlafen. Doch das kleine Gerät an ihrem Bett wusste es besser. 15-mal war sie nachts aufgewacht, wie sie in ihrem Blog schreibt. Auch die Tiefschlaf- und Traumphasen hatte das Gerät protokolliert. Es misst via Stirnband die Hirnaktivitäten. Emily Singer gehört der «Quantified Self»-Bewegung an.

Die Mitglieder überwachen ihren Körper von morgens bis abends. Ihr Ziel: Das Verhalten und die Ernährung zu optimieren. Die Körperdaten messen sie mit Hilfe kleiner Spezialgeräte: Diese bestimmen Werte wie Blutdruck, Blutzucker oder Schritte und senden die Daten ans Smartphone. Dort kann man alle Werte sammeln und auswerten. Kosten für solche Geräte: einige Hundert Franken.

Manche Messungen lassen sich auch direkt mit dem Smartphone machen: Eine App misst via GPS, welche Distanz man pro Tag zurücklegt. Mit einer anderen App teilt man Freunden die momentane Stimmung mit. Eine weitere App warnt vor zu vielen Kalorien.

Der Trend aus den USA ist längst in Europa angekommen. Seit Februar 2012 existiert in Genf eine erste Gruppe in der Schweiz. Speziell: Nicht nur das Datensammeln steht im Vordergrund, sondern der Austausch über das eigene Befinden.

Der Sinn der Messungen ist fraglich. «Zu den Nutzern gehören vor allem Leute, die sich Krankheiten einbilden», so Thomas Rosemann, Direktor des Instituts für Hausarztmedizin am Unispital Zürich. Selbstvermesser hätten nicht selten



Gesundheitsapps: Verunsicherung statt Hilfe

ein übersteigertes Gesundheitsbewusstsein. «Menschen mit einem ungesunden Lebensstil untersuchen sich dagegen kaum.»

Und ob Selbstmesser den Arzt weniger aufsuchen, sei fraglich. Im Gegenteil: «Die Messungen treiben die Menschen erst recht in die Praxen, denn die Ergebnisse verunsichern mehr, als dass sie helfen», sagt Rosemann. *Marc Mair-Noack*