

# Der letzte Ausweg war die Operation

*Bettina Schuitema (46) hofft, nach einer Schlauchmagen-OP ihr Gewicht deutlich reduzieren zu können*

Von Silke Buhrmester

**16,9 Kilogramm in 52 Tagen – so etwas versprechen sonst nur Wunderdiäten. Bettina Schuitema hat diese Gewichtsreduzierung geschafft. Und ist noch lange nicht am Ende. Hinter ihr liegt eine Schlauchmagen-OP.**

**Blomberg.** Die 46-Jährige ist ein lebenslustiger Mensch: Die zweifache Mutter lacht viel, ist gesellig. Seit ihrer Kindheit leidet sie an Übergewicht – mal wog sie etwas mehr, mal etwas weniger, eine Diät löste die nächste ab. Wirklich viel gebracht hat das alles nichts. Immer wieder stellte sich der Jojo-Effekt ein. „Als dann die Kinder kamen, habe ich noch mehr zugelegt“, erinnert sich die Blombergerin, deren jüngster Sohn inzwischen 17 Jahre alt ist.

Immer wieder versuchte sie eine Gewichtsreduktion auf eigene Faust, zuletzt mit Hilfe des „Weight Watcher“-Programms. Stolze 49 Kilogramm nahm sie damit vor sechs Jahren ab: „Es fehlte nur noch ein Kilo bis zur 50, der zweiten Urkunde“, erzählt Bettina Schuitema und lacht dabei, als habe sie gerade eine lustige Anekdote erzählt. Dabei ist die Geschichte eher tragisch. Denn geschafft hat sie das eine Kilo nie. Stattdessen kam privater Stress auf – und die Kilos wieder drauf. Zum Schluss wog die 1,64 Meter-Frau 166 Kilo – ein Body-Mass-Index von weit über 60.

Vier Wochen weilte die Blombergerin im April 2012 zur Kur an der Mosel – neben dem starken Übergewicht leidet sie an einer angeborenen Herzschwäche, und auch die Gelenke machten ihr mittlerweile zu schaffen. Dort bekam die Frührentnerin Reduktionskost – doch die Pfunde purzelten trotzdem nicht: „Beim Abschlussgespräch hat mich der Arzt dann gefragt, ob ich schon mal über eine Magenverkleinerung nachgedacht habe“, erinnert sie sich.

Zurück in Lippe, suchte sie die Adipositas-Selbsthilfe-



**Auf dem Weg zur „UHu“:** Bettina Schuitema aus Blomberg hat sich im August im Klinikum Detmold ihren Magen verkleinern lassen. Ihr Ziel: Irgendwann einmal weniger als 100 Kilo zu wiegen.

FOTO: GERSTENDORF-WELLE

gruppe am Detmolder Klinikum auf und informierte sich über eine mögliche Operation. „Bis dahin war es ein langer Weg.“ Viele Unterlagen muss-

## »Lebensqualität gewinnen«

Bettina Schuitema

te sie besorgen: vom Haus- und Betriebsarzt, vom Psychologen, Bescheinigungen über Sport- und Ernährungsprogramme... „Und als ich endlich alles zusammen hatte und mir die Krankenkasse innerhalb kürzester Zeit mitteilte, dass sie die Kosten für die OP tragen würde, da bekam ich es plötzlich mit der Angst zu tun“, erinnert sich Bettina Schuitema. „Ich

dachte, ich würde vielleicht an Lebensqualität verlieren. Doch andere Mitglieder der Selbsthilfegruppe, die auch eine OP hinter sich hatten, haben gesagt: „Falsch, Du wirst Lebensqualität gewinnen!“

Am 20. August wurde Bettina Schuitema in der Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie am Detmolder Klinikum operiert. Mehrere Stunden dauerte der endoskopische Eingriff, einige Tage lag sie auf der Intensivstation. Die erste feste Mahlzeit: zwei Löffelchen „Bauer Fruchtojoghurt“. „Lecker“, schmunzelt sie bei der Erinnerung und schnalzt mit der Zunge.

Vom Magen war ihr ein Großteil weggenommen worden – doch die Hoffnung, bereits nach dem Klinikaufent-

halt abgenommen zu haben, wurde bei der Abschlussuntersuchung jäh zerstört: „Ich hatte sogar drei Kilo mehr drauf als bei der Einlieferung – da war ich vielleicht enttäuscht.“

Die Ärzte beruhigten sie: Flüssignahrung, Wassereinlagerungen, keine Bewegung – so sei die Gewichtszunahme zu erklären. Und wirklich: Inzwischen hat Bettina Schuitema mehr als 16 Kilo abgenommen. Der Magen fasst nur noch kleine Portionen – etwa ein halbes Brötchen zum Frühstück: „Ganz wichtig ist, dass ich langsam esse und intensiv kauge, sonst bekomme ich Schmerzen.“ Viele kleine Mahlzeiten, möglichst eiweiß- und vitaminreich, auf den Tag verteilt, dazu ausreichend Flüssigkeitszufuhr, allerdings keine koh-

len säurehaltigen Getränke und nicht zu viel auf einmal – das sind die neuen Regeln, die Bettina Schuitema beachten muss. Dazu viel Bewegung, zum Beispiel Wassergymnastik.

Vor der 46-Jährigen liegt noch ein langer Weg. Eine Magen-OP ist keine Garantie für eine dauerhafte Gewichtsreduktion, das weiß sie. Wieviel sie abnehmen möchte? „Ich weiß nicht, aber auf jeden Fall will ich ein ‚UHu‘ werden“, sagt sie. Wie lange es dauert, bis die Waage einen zweistelligen Wert anzeigt, weiß man nicht. Und dann heißt es, das Gewicht zu halten. Weitere Schönheitschirurgische Eingriffe müssen folgen, um schließlich die überschüssige Haut zu straffen.

Die Magen-OP war erst der Anfang.