

# Bariatrische chirurgie en vitamine B12-tekort

Door Jacqueline Postma

Onder bariatrische chirurgie worden alle operaties verstaan die tot doel hebben om het gewicht te verminderen. Er zijn verschillende methoden voor, die met elkaar gemeen hebben dat ze de voedselopname beperken en de spijsvertering wijzigen.

Mogelijke operaties zijn: Gastric Bypass (GBP), Sleeve, Maagband, Mason-operatie, Roux-en-Y Gastric Bypass (RYGB), Bilio Pancreatic Diversion (BPD of Scopinaro) en Bilio Pancreatic Diversion met Duodenal Switch (BPD/DS).



Voordelen die genoemd worden:

- Je zult afvallen (bepaald percentage van het gewicht)
- Je zult gelukkiger worden

- Je zult je makkelijker bewegen (is ook een verplichting)
- Je zult beter slapen
- Je gezondheid zal verbeteren
- Je zult daarom gemakkelijker ouder worden
- Indien je diabetes 2 hebt zal je van de medicatie af kunnen

De nadelen:

- Men krijgt mineralen en vitaminen als multivitaminen en daarbij is de dosering vaak behoorlijk hoog. Dat is dus voor iedereen anders. Meten is weten en alles zou dus per

mineraal en vitamine geslikt moeten worden. Velen hebben te hoog B6 en problemen met foliumzuur, B12, B1, ijzer, calcium, zink en koper. Dit moet men levenslang zelf betalen.

- Men moet levensstijl drastisch aanpassen en niet iedereen is daar toe in staat.
- Sommigen zijn van maagband naar GBP gegaan of van GBP naar weer wat anders omdat het niet naar wens ging
- Velen krijgen nog galoperatie en soms nog hersteloperaties. Ook weet men niet dat die hersteloperaties vaak niet verteld wordt. De kosten zijn enorm en worden vaak niet vergoed.
- Niet echt realiseren wat 'levenslang' betekent: theorie versus praktijk
- Kosten en leed is erger dan men denkt. Patiënt realiseert soms niet als klachten na jaren komen dat de bariatrische operatie de reden is...en dan begint de (dure) zoektocht...

Tekst gaat verder onder de advertentie

### **Wat niet goed gaat...**

- Men verneemt dat vitaminen en mineralen minder worden opgenomen. Ook anti-conceptie en medicatie wordt minder goed opgenomen. Wat dat écht betekent verneemt men niet!
- In sommige klinieken / ziekenhuizen wordt men er helemaal niet op gewezen. Wel dat men supplementen moet gaan slikken. Deze zijn vaak van een bepaald merk en totaal geen maatwerk voor de persoon die ze moet slikken.
- Met name B12 wordt eigenlijk als het ware 'verzwegen' of als er behandeld wordt gaat dat verkeerd
- BMI zou geen maatstaf moeten zijn maar meting spier/vetmassa en kijken naar de persoon.

- een arts gaf ooit deze rekensom

1. haal 100 cm van je lengte bijvoorbeeld 1.65 wordt dan 65

2. deel dat door 10. Dus 65 gedeeld door 10 is 6.5

3. Tel dat op bij t getal uit punt 1...maar haal t er ook van af. Dus 65 minus 6.5. is

58.5 kilo .... 65 plus 6.5 is 71.5.

- De complicaties en de kans op overlijden zijn niet duidelijk voor patiënt. Inhoudelijk wordt er niet diep op

ingegaan. Risico bij zwangerschap

<https://www.ad.nl/binnenland/kans-op-complicaties-bij-zwangerschap-namaagverkleining~a2dc5c4d/>

### **Wat betekenen die tekorten nu echt...**

Je komt veel voedingsstoffen tekort en op termijn problematisch, zie plaatje hieronder. En ook voor medicatie en anticonceptie.

Vet- versus spiermassa en dat is echt heel wat anders dan BMI

De complicaties bij schatting circa 48% ....klein en grote complicaties

- Veel tekorten...echter B12-tekort-behandeling gaat het meest fout.

- En vitamine D moet eigenlijk op gewicht geslikt worden.

Totale dosis in IE om tot je te nemen=  $40 \times (80^* - \text{gemeten D-waarde}) \times \text{lichaamsgewicht in kg.}$

\*tussen 80 en 100 is prima waarde

- Door multivitaminen ontstaan op vele fronten te hoge waarden. Per vitamine of mineraal monitoren en bijsturen is het beste

- Vroege Dumping (15-30 min ): doordat voedsel rechtstreeks in de dunne darm komt, trekt dit osmotisch vocht aan, klachten bestaan uit duizeligheid, flauwvallen, krampen.

- Late Dumping (60-120 min): door hormonale dysregulatie overproductie van insuline daardoor reactieve hypoglykemie.

- Mortaliteit: tot 3 mnd postoperatief / na de operatie circa 0,3% <https://nl.wikipedia.org/wiki/Mortaliteit>

Tekst gaat verder onder de advertentie

## **Een dramatisch voorbeeld ...**

- 2007 GBP
- 2008 dilatatie
- 2009 tekort aan foliumzuur en ijzer later darmbreuk
- 2010 B12 laag
- 2012 pouch verkleining
- 2013 omzetting naar bpd
- 2014 darmbreuk en hoge tekorten in foliumzuur, ijzer, B12, K, D, en laag hb. Begonnen met injecties
- 2014 fissuur ani
- 2015 galblaasverwijdering
- 2017 april/mei fissuur ani, ondervoeding, uitdroging, kritiek op ic, 4 operaties en 48 dagen ziekenhuis opname.
- 2017 Oktober redo operatie van bpd terug naar GBP. Wat uiteraard niet in 1 x goed ging. 3 operaties, darmlekkage, alle ingewanden gespoeld, 18 dagen ziekenhuis en 12 dagen niet mogen eten of drinken. Nu een ruime week thuis. Idee is dat door het terugdraaien naar de GBP ik in ieder geval weer voedingsstoffen en een deel vitamine en mineralen uit de voeding op ga nemen.

Deze persoon moet wegens vetdiarree riolering van toilet 2 x per jaar op eigen kosten laten reinigen.

## **Aanvullende informatie**

Preventie is dus belangrijk

Op de Facebookgroep , B12 tekort de vergeten ziekte, is gebleken dat patiënten die vooraf goed onderzocht waren en goede begeleiding kregen met B12 injecties enkele maanden lang voordat er geopereerd werd ze inderdaad minder tot nagenoeg geen problemen kregen.

De link naar de Facebookgroup <https://www.facebook.com/groups/807408932663995/>

Conclusie: patiënt krijgt alleen weer zijn of haar leven terug als indicatie en (psychische) begeleiding goed is. Het is belangrijk om te voorkomen dat de patiënt door deze operatie alsnog complicaties en psychische klachten krijgt. Anders

is het doel niet behaald.

Wegens enorme complicaties ontstond deze Facebookgroep

<https://www.facebook.com/groups/415137572023369/>

Preventie...het kan een hoop leed besparen

### **Wat zegt MDL stichting over de behandeling inzake B12 deficiëntie?**

<https://www.mlds.nl/ziekten/operaties/verwijderen-van-een-deel-van-de-maag/na-de-operatie/>

Hoe een ziekenhuis dit opvolgt....

Zo hoort het dus niet... Het is geen maatwerk en de B12 is de verkeerde vorm, namelijk cyanocobalamine.

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Cyanocobalamine> Zelfs NHG zegt dat meten van B12 status tijdens suppletie zinloos is.

Wat de patiënt krijgt als advies.....geen maatwerk en dat geeft uiteindelijk problemen

<https://www.fitforme.nl/wls-forte-21> is de meest voorgeschreven multivitamine

Hoe haal je uit een multivitaminen een deel als het niet meer nodig is....gaan we dan maar overdoseren? Zie ADH percentage bij de rode pijl. ADH is aanbevolen dagelijkse hoeveelheid.

Boven de 100% is dus meer dan je nodig hebt.

### **Wat doet dat met je lichaam?**

Een kleine poll.... preventie had dit kunnen voorkomen ...wat de bijsluiter ook aangeeft

Wat is vitamine B12 en bij welke processen hebben we het nodig?

Vitamine B12 (cobalamine) is een in water oplosbare vitamine die het lichaam niet zelf kan aanmaken. B12 is een essentiële co-factor bij methyleringsprocessen (omzettingsprocessen) in de cel waarbij onder andere folaat wordt omgezet. Dit is van groot belang bij o.a. de aanmaak van DNA, de aanmaak van rode bloedlichaampjes en een goede werking van het zenuwstelsel. Kortom, bij alles wat samenhangt met het hele cel-metabolisme. Een tekort heeft daarom

een groot effect op meerdere systemen, als gevolg waarvan de

klinische consequenties ernstig kunnen zijn. Dit bepaalt ook de grote diversiteit van de symptomen. Heel eenvoudig gezegd: er zijn verschillende stoffen nodig om een motor te laten draaien. Zodra er één stof minder beschikbaar is, hapert de hele motor.

### **Hoe werkt het?**

De absorptie en het transport van vitamine B12 door het lichaam, verloopt ingewikkelder dan bij andere vitaminen.

Dat wordt mede bepaald door de moleculaire structuur van B12. Hieronder ziet u hoe het absorptieproces werkt.

Bron: <https://b12-institute.nl/informatie-b12/>

### **Conclusie**

Zorg dat je voor de operatie de hydroxocobalamine injecties (preventief) krijgt zodat je geen B12 tekort ontwikkelt!

Daar wordt vaak in de screening niet aan gedacht terwijl je intrinsic factor nagenoeg verdwenen is en dat stofje is

bittere noodzaak. En daarom kom je na de operatie vaak in de problemen ten aanzien van B12. Hoeft niet gelijk maar

eens is de levervoorraad te laag is. Begin met 2 x per week en ga pas afbouwen door steeds een dagje langer ertussen

te doen als je nagenoeg klachtenvrij bent...levenslang en nooit langer dan 2 maanden ertussen. Zo staat het in de

bijsluiter en in het Farmacotherapeutisch Kompas. <https://www.farmacotherapeutischkompas.nl/>

Afbouwschema is conform <https://b12-institute.nl/diagnose/valkuilen/> punt 13

Tekst gaat verder onder de advertentie

Linkjes met aanvullende informatie

Wat is vitamine B12 tekort?

<https://www.mlds.nl/ziekten/vitamine-b12-tekort/>

Post bariatric Surgery Acute Axonal Polyneuropathy: Doing Your Best is Not Always Enough

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5586130/>  
Improving Bariatric Patient Aftercare Outcome by Improved Detection of a Functional Vitamin B12 Deficiency.

<https://www.gmed.nl/vitb12-feiten-of-fabels-1/>

<https://www.gmed.nl/vitb12-feiten-of-fabels-2/>

Na een maagverkleining neemt de kans op vitB12 tekort toe. Nederlands onderzoek laat zien dat meer dan de helft van de mensen na bariatrische chirurgie een verhoogd MMA, dus functioneel vitB12 tekort heeft

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26530713>

Valkuilen bij diagnostiek en behandeling

### *Valkuilen bij diagnostiek en behandeling*

Behandeling met hoge doseringen vitamine B12 al meer dan 50 jaar veilig gebleken

<https://stichtingb12tekort.nl/wetenschap/stichting-b12-tekort-artikelen/behandeling-met-hoge-doseringen-vitamineb12-vrees-voor-overdosering-is-ongegrond/>

### **Alles over B12 tekort**

<https://www.onzichtbaarziek.nl/Nieuws-Informatie/Wie,-wat,-hoe-en-waar-over-B12-tekort/B12-defici-ntie/>

De risico's van een maagverkleining. Jaren na de operatie kunnen er nog problemen ontstaan

<https://www.gezondheidsnet.nl/overgewicht-en-afvallen/de-risico-s-van->

[eenmaagverkleining?fbclid=IwAR1AanUbvsFoZn1xBNl8TjlrMlihKDeLLFnMfS8dUg0RK8xL3NWLelRHLV8](https://www.gezondheidsnet.nl/overgewicht-en-afvallen/de-risico-s-van-eenmaagverkleining?fbclid=IwAR1AanUbvsFoZn1xBNl8TjlrMlihKDeLLFnMfS8dUg0RK8xL3NWLelRHLV8)

Bloeduitslagen kan je hier nakijken:

<https://www.nvkc.nl/zoek-een-test>

Kans op fractuur neemt toe na roux-en-Y gastric bypass

<https://www.medischcontact.nl/nieuws/laatste-nieuws/artikel/kans-op-fractuur-neemt-toe-na-roux-en-y-gastricbypass.htm>

Wat als je kopertekort krijgt/ hebt

[https://casereports.bmj.com/content/2017/bcr-2017-222446.long?fbclid=IwAR3-w\\_WqvhAxYv3gI5pVpDJrGoXZN\\_Flu\\_KngiJeRYcRJJL4webIjEhDGaY](https://casereports.bmj.com/content/2017/bcr-2017-222446.long?fbclid=IwAR3-w_WqvhAxYv3gI5pVpDJrGoXZN_Flu_KngiJeRYcRJJL4webIjEhDGaY)

Over de vormen van B12. Hydroxocobalamine is het beste. Let op ....bij zwangerschap het merk Takeda gebruiken, zo ook voor kleine kinderen want in het merk Centrafarm zit Benzylalcohol

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4692085/#!po=44.5205>

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Benzylalcohol> zie deel toxicologie en hier staat dat ook

[https://www.farmacotherapeutischkompas.nl/bladeren/preparaatteksten/h/hydroxocobalamine\\_\\_vitamine\\_b12\\_](https://www.farmacotherapeutischkompas.nl/bladeren/preparaatteksten/h/hydroxocobalamine__vitamine_b12_)

Heel belangrijk ... Last but not least!! ....Het gaat om klachten en niet om waardes als je B12 slikt of injecteert. Daarom is testen van B12 zinloos

Zie verder valkuilen tijdens diagnosestelling en behandeling <https://b12-institute.nl/diagnose/valkuilen/>

Echter.... onderstaand is de werkaafpraak met de 1e lijn... Terwijl door de multivitaminen die men slikt (of als men geluk heeft en injecties krijgt) de waardes in orde of hoog zijn. Echter dat zegt niets over de klachten.

<https://www.gmed.nl/vitb12-deel-6-metenb12/>

***Dit stuk is geschreven in verband met de B12 Awareness maand september 2019***

© 2019, Facebookgroep B12 tekort, de vergeten ziekte

**Lees ook: Wie, wat, hoe en waar over B12 tekort/deficiëntie**