

Bra länkar

Ersta diakoni

<https://www.erstadiakoni.se/sv/sjukhus/Patient/Kliniker--avdelningar/Kirurgi/Kirurgiska-ingrepp/Om-obesitas/>

In other languages :

<https://www.erstadiakoni.se/sv/sjukhus/Patient/Kliniker--avdelningar/Kirurgi/Kirurgiska-ingrepp/Om-obesitas/Andra-sprak/>

Danderyds sjukhus

<https://www.ds.se/patient-och-narstaende/mottagningar-och-avdelningar/obesitasmottagning/>

Chatta med din handledare

Du som är patient hos oss kan enkelt skicka en fråga till din handledare via appen **Alltid öppet**. Du loggar in säkert med Bank-ID och skickar din fråga när det passar dig. Vi erbjuder också videomöte via Alltid öppet.

Rikta din mobilkamera mot den här QR-koden för att få veta mer.



Kontakta Överviktscentrum

Telefon: 08-123 676 30

Öppet helgfria vardagar 8-16.30

Överviktscentrum

Telefon: 08-123 676 30

Webbplats: overviktscentrum.se

Varför ska jag gå på Överviktscentrum inför magsäckskirurgi?

“Hur lång tid tar det?” “När skickar ni remissen?”

Magsäckskirurgi innebär stor förändring och kommer för alltid att påverka din livsstil. Därför är det viktigt att du redan innan operationen förbereder dig inför detta. Du har själv en stor möjlighet att påverka ditt mående och hälsa.

Att komma regelbundet till din handledare och arbeta med din plan är en förutsättning för att vi ska kunna skicka remiss till kirurgi. Efter cirka sex månader gör vi en bedömning om remiss kan skickas eller om du behöver komplettera något ytterligare.

Min behandling

Under tiden på Överviktscentrum arbetar jag mot mitt mål. Jag har identifierat vanor som fungerar bra och jag har identifierat vanor som jag behöver arbeta med.

I min journal står min plan och vad jag behöver arbeta med. Jag är aktiv i min behandling och kan gå in och läsa i min journal vad jag och min handledare på Överviktscentrum har pratat om.

Innan remissen skickas får jag möjlighet att göra ett kunskapstest om magsäckskirurgi som jag och min handledare går igenom.

Överviktscentrums roll

Handledaren kommer att gå igenom de fyra modulerna och stödja dig i ditt förändringsarbete.

Läkaren ser över din medicinska situation som till exempel läkemedel, blodprover och remisser till andra vårdgivare.

Vi erbjuder kunskapsföreläsningar och gruppbehandling vid behov.

Kirurgi	Vad fungerar och vad behöver jag träna på?
<ul style="list-style-type: none">• Kunskap om magsäckskirurgi• Eventuella prover och remisser inför operation• Vitaminer och mineraler• Preventivmedel• Graviditet• Uppföljning efter operation	
Mat och dryck	
<ul style="list-style-type: none">• Måltider och mellanmål• Drycker• Utrymmesmat• Nyckelhålsmärkning	
Vardagen	
<ul style="list-style-type: none">• Socialt• Sömn• Stress• Fysisk aktivitet• Risker	
Alkohol, tobak och droger	
<ul style="list-style-type: none">• Rökstopp• Alkoholmängd• Missbruk	