

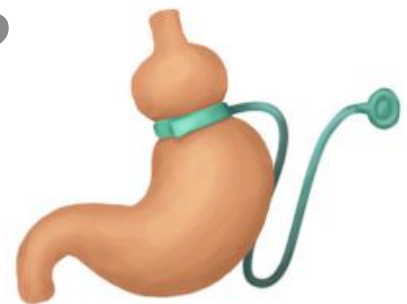


ANJOU - MAINE
CENTRE SPÉCIALISÉ DE L'OBÉSITÉ

Centre Spécialisé Obésité Adolescents

LIVRET D'INFORMATION

Après la pose d'un anneau gastrique ajustable



CHU
ANGERS
CENTRE HOSPITALIER
UNIVERSITAIRE

Pays de la Loire
SRAE
Nutrition
Structure régionale d'appui et d'expertise

Les
apucins
Réadaptation spécialisée
et soins de longue durée



Sommaire



Mes soins

Le réglage de l'anneau

Mon Alimentation post-op

Mon Activité Physique

Les Points de vigilance

Mon Suivi

Le Consentement

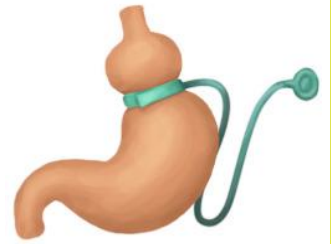


Mes soins post-opératoires

- Je n'ai ni suture ni agrafe sur la peau, je peux donc prendre des douches. Les pansements imperméables pourront être enlevés au huitième jour après la chirurgie.
- J'essaie de prendre régulièrement les antalgiques que le chirurgien m'a prescrits, tout simplement parce qu'on récupère mieux quand on n'a pas mal !



Le réglage de l'anneau



- Le premier réglage n'aura lieu que 6 semaines après l'opération. Ensuite, tout dépendra de ma perte de poids et de la gêne ressentie, mais pas plus d'une fois tous les 3 mois !
- Le réglage se déroule en consultation avec le chirurgien +/- sous contrôle radiologique.
- Pour que ça ne me fasse pas mal, si je le souhaite, je peux mettre de la pommade « EMLA » 1 heure avant la consultation, sur la peau au niveau du boîtier de l'anneau.



Mon Alimentation post-op

En pratique

*Ma Répartition sur une
journée*

Quels Aliments?



Mon alimentation après l'anneau

Après la chirurgie, quelques adaptations de mon alimentation sont nécessaires.

Voici quelques règles :

- **Je mange lentement** en mastiquant le plus possible chaque bouchée.
- **Je fractionne** mon alimentation en 3 repas + 3 collations
- **J'adapte la texture** de mes aliments au cours des premiers jours : texture mixée/hachée (viande hachée et légumes en purée) puis texture petits morceaux / tendre.
- Je bois entre les repas et non au cours des repas en **supprimant toutes les boissons gazeuses, pétillantes sucrées ou non.**

Même après la chirurgie, il reste indispensable de bien choisir les aliments qui composent mes repas.



En pratique

La tolérance étant variable d'une personne à l'autre, il faudra adapter les aliments et leur texture à ce qui me convient.

- ***A jeun le jour de l'intervention***
- ***Le lendemain de l'opération (si examen normal):***
Des liquides en petite quantité: eau, lait, tisanes, thé, bouillon, café puis purée, compote et laitage
- ***Le 2^{ème} jour après l'opération:***
Texture hachée : biscottes ,purées, compotes, laitages.
- ***A partir du 3^{ème} jour et jusqu'aux 15 premiers jours :***
La viande sera coupée en petits morceaux et les légumes en purée. Aliments ni trop secs, ni trop fibreux.
- ***Dans la 2^{ème} quinzaine :***
La viande sera coupée en petits morceaux, tendres, les légumes bien cuits, écrasés grossièrement et introduction progressive des autres aliments
- ***Un mois après l'intervention :***
Alimentation équilibrée et fractionnée.



Ma répartition alimentaire de la journée sur les 15 premiers jours

- ***Petit déjeuner :***

1 laitage nature +/- 1 c à café de sucre
3 biscottes (ou 40 g pain) + 10g de beurre

- ***Collation matinée :***

1 compote sans sucre ajouté et/ou 1 laitage nature +/- 1
cuillère à café de sucre

- ***Déjeuner :***

50 à 80g de viande, poisson ou œuf
Purée de légumes avec 100g de légumes cuits +
100g pomme de terre + 5g beurre ou huile cru



Ma répartition alimentaire de la journée sur les 15 premiers jours

- **Goûter :**

1 laitage nature +/- sucre et/ou 1 compote sans sucre ajouté

- **Dîner :**

50 à 80g de viande, poisson ou œuf

Purée de légumes avec : 100g de légumes cuits + 100g pomme de terre + 5g beurre ou huile cru


- **Collation soirée**

1 laitage nature +/- sucre et/ou 1 compote sans sucre ajouté


Tu trouveras la liste des aliments conseillés en fonction du stade de la réalimentation à la page suivante.




Quels aliments choisir ?

ALIMENTS	CONSEILLES			DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	1 mois après	
<p>Lait et produits laitiers</p> 	<p>Lait ½ écrémé, écrémé. Yaourt, fromage blanc, petits suisses de 0 à 20% de MG sans sucre ou avec 1 càc de sucre ou aromatisés. Laitages (flan, crèmes) réalisés avec lait ½ écrémé + 1càc de sucre par portion</p>	<p>Fromages à 45% de MG selon quantités conseillées 30g/jour= 1portion</p>		<p>Lait entier, concentré sucré Yaourt au lait entier, sucré, aux fruits Fromage blanc, petits suisses > à 20% MG nature, aux fruits, aromatisés. Crèmes dessert, mousses, liégeois... Fromages >à 45% MG</p>




ALIMENTS	CONSEILLES			DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	1 mois après l'opération	
<p>Viandes</p>  <p>Poissons Coquillages, crustacés</p> <p>Œufs</p>	<p><u>texture hachée</u></p> <p>Morceaux maigres de : bœuf, veau, filet de porc, gigot d'agneau, cheval.</p> <p>Volaille sans la peau.</p> <p>Lapin.</p> <p>Abats : foie, cervelle, langue.</p> <p>Jambon blanc dégraissé, découenné.</p> <p>Tous poissons frais, surgelés, en conserve au naturel.</p> <p>Omelette (sans MG)</p> <p>Œufs dans les préparations : laitages, purées.</p>	<p><u>en petits morceaux</u></p> <p>Crustacés Coquillages.</p> <p>Œufs à la coque, durs, pochés, mollets ou au plat sans MG.</p>		<p>Morceaux gras de mouton, porc, canard, poule...</p> <p>Viandes panées, en sauce.</p> <p>Tripes, rognons, cœur.</p> <p>Toutes les autres charcuteries, les farces.</p> <p>Poissons panés, frits, en sauce, à l'huile.</p> <p>Œufs frits.</p>

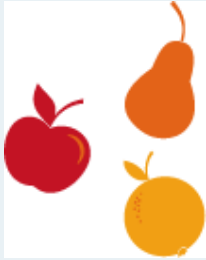



ALIMENTS	CONSEILLES			A TESTER SELON TOLERANCE	DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	1 mois après		
Céréales 	Biscottes, pain Grillé. Céréales pour petit déjeuner peu sucrées (corn flakes, rice krispies). Purée de pommes de terre.	Pain de mie, pain (selon tolérance) Pâtes, riz bien cuits, semoule Pomme de terre vapeur ou en robe des champs.		Pain complet Légumes secs (pois, lentilles, flageolets, haricots secs, fèves...) à consommer au départ en purée. Maïs. Petits pois.	Viennoiseries Céréales pour petit déjeuner sucrées au miel, au chocolat. Préparations du commerce type pizza quiche, crêpe... Pommes de terre frites, sautées, chips, pommes de terre noisettes.




ALIMENTS	CONSEILLES			DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	1 mois après l'opération	
Légumes 	<u>en purée</u> carottes, céleri rave, haricots verts haricots beurre, brocolis, épinards hachés, blancs de poireaux, potiron, courgettes, tomates et aubergines pelées et épépinées.	<u>bien cuits</u> les précédents bien cuits écrasés puis en petits morceaux <u>Ainsi que :</u> fond d'artichaut très tendre, pointe d'asperge, Betterave, Champigno ns cuits, endive cuite, salade cuite.	<u>peuvent</u> <u>être</u> <u>consommés</u> <u>crus</u> Salade verte, endives, tomates pelées et épépinées. <u>Puis</u> autres crudités.	<u>Légumes à</u> <u>goût fort ou fibreux :</u> Asperge entière, ail, bettes, céleri branche, choux, choucroute, cœur de palmier, concombre, épinards en branche, fenouil, navet, oignon, oseille, poivron, radis, vert de poireau, salsifis.



ALIMENTS	CONSEILLES			A TESTER SELON TOLERANCE	DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	A partir du 15 ^{ème} jours		
Fruits 	Fruits en compote sans pépins, sans Sucre. Jus de fruits doux sans sucre ajouté (1 verre = 120ml par jour max)	Fruits cuits sans sucre.	Fruits crus bien mûrs épluchés	Fruits entiers peu mûrs ou fibreux : ananas, agrumes (attention aux peaux). Cerises.	Fruits secs Fruits oléagineux (noix, noisettes, cacahuètes, Olives, avocat...) Fruits au sirop.
Matières grasses 	<u>En quantités modérées</u> Beurre cru. Crème fraîche crue. Margarine crue. Huile crue.				Toutes les autres matières grasses, les fritures et les sauces (mayonnaise, béarnaise...)



ALIMENTS	CONSEILLES			A TESTER SELON TOLERANCE	DECONSEILLES
	Les premiers jours	PUIS	1 mois après		
Boissons 	Eaux plates : du robinet, de source ou Minérale. Eau plate aromatisée sans Sucre. Café et thé légers, chicorée, infusion sans sucre.				Boissons gazeuses sucrées ou sans sucre Boissons sucrées Boissons alcoolisées
Produits sucrés	Sucre, miel, confitures 1 càc par portion				Sucre, miel, gelée, confiture. Confiseries, chocolat. Biscuits secs salés et sucrés. Pâtisserie. Glaces, sorbets. Chantilly.
Divers	Sel. Aromates doux (laurier, thym, persil). Coulis de tomate passé.	<u>En petite quantité</u> : Jus de citron sans pulpe, vinaigre du commerce.		<u>En petite quantité</u> : Moutarde. Vinaigre « maison ». Condiments. Épices.	



Mon activité physique



La pratique d'une activité sportive est indispensable pour maintenir ma perte de poids et ma masse musculaire. Je dois faire du sport presque tous les jours, selon mes capacités et mes goûts (marche, vélo, natation etc.)

Ateliers « passerelle» Multisports

Créneau pour les 9-18 ans : le mercredi après-midi de 18h à 19h30 à la salle de sport du centre « Les Capucins », 11 bvd Jean Sauvage, Angers, arrêt tramway « Capucins »

Créneau pour les 5-7 ans: le samedi matin de 9h à 12h au gymnase de Pouillé, Les Ponts de Cé

Inscriptions : Contactez Anthony Chauviré au 02 41 79 49 85, ou mail: anthony.chauvire@sportspourtous.org

Modalités : Certificat d'aptitude au sport demandé

Tarif : 30 € l'année



Les Points de vigilance



Ce qu'il ne faut PAS faire avec mon anneau



- Grignoter plutôt que de prendre de vrais collations
- Me nourrir d'aliments hypercaloriques liquides ou non (Milk shake, glaces, miel, chocolat...).
- Consommer trop d'aliments gras et sucrés
- Manger trop vite, de trop gros morceaux, être stressé en passant à table.

Le blocage alimentaire arrive si je mange trop vite ou en trop grande quantité. En général, il passe tout seul. S'il persiste, je dois consulter !



Ce qui doit m'inquiéter



- Je ne peux plus boire ni manger, rien ne passe.
- J'ai mal au ventre ou entre les épaules.
- Je vomis non-stop.
- J'ai de la fièvre à 38° 5 et plus.

***Si j'ai un de ces symptômes,
Je contacte sans attendre mon chirurgien au
02 41 35 42 90/95 ou
au 06 65 80 69 20***



Mon suivi



- Je me suis engagé à un suivi médical, chirurgical et psychologique prolongé. Il a pour but d'améliorer les **bénéfices de mon anneau**, de dépister précocement d'éventuelles **carences** et d'y remédier ou bien de dépister de possibles **complications**.
- Il est indispensable de venir à toutes les consultations post-opératoires qui me seront prescrites.
- Je note dans le tableau suivant les dates des consultations et hospitalisations programmées pour mon suivi.



Ma perte de poids



- Ma perte de poids va être progressive et régulière dans les mois après la pose de mon anneau.
- Je vais la suivre sur ce livret (tableau page suivante)
- Je pourrai y noter également tous les incidents de parcours...



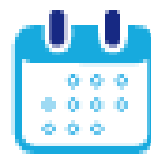
Date	Poids	Commentaires
Chirurgie/...../.....		



Date	Poids	Commentaires
Chirurgie/...../.....		



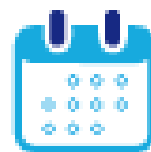
Mes prochains rendez-vous



Date	Heure	Lieu/Professionnel



Mes prochains rendez-vous



Date	Heure	Lieu/Professionnel



Formulaire de consentement à la pose d'un anneau gastrique par coelioscopie

Je soussigné(e)....., né(e) le....., demeurant....., déclare donner mon consentement éclairé pour l'intervention chirurgicale qui m'a été proposée par le docteur Françoise SCHMITT et consistant en

Je reconnais que l'équipe médicale m'a donné toutes les informations relatives à cette intervention et au **bénéfice attendu** : perte d'excès de poids de 50% environ en deux ans, en fonction du comportement alimentaire et de l'activité physique associés,

J'ai pris connaissance des éventuels **risques liés à cette intervention** et de la nature des soins que l'équipe médicale s'est engagée à me prodiguer pour réduire au maximum ces risques, et en particulier que :

- La pose d'anneau gastrique par coelioscopie entraîne un risque de complications peropératoires (perforation, hémorragie) et qu'il existe une possibilité de conversion par voie ouverte.

- Que dans la littérature médicale, la mortalité liée à l'intervention est de 0,01%.

- Que les complications immédiates peuvent être:

Phlébite, embolie pulmonaire : prévenues par « contention veineuse intermittente » initiale, mobilisation précoce, port de bas de contention et injections d'anticoagulants pendant 10 jours après l'intervention.

Hémorragie, abcès de paroi ou éventration entraînant une possibilité de réintervention

Infection du boîtier : ablation et repose ultérieure

- Qu'il existe des complications à distance :

Dilatation au-dessus de l'anneau nécessitant un dégonflage ou une réintervention (25 % des cas)

Infection de l'anneau : ablation de l'anneau

Incrustation de l'anneau : ablation de l'anneau

Slippage (déplacement de l'anneau) : repositionnement ou ablation de l'anneau

Usure du matériel pouvant nécessiter une réintervention (remplacement)

L'équipe médicale a bien répondu à mes questions concernant cette intervention,

L'équipe médicale m'a proposé un **protocole de soins postopératoires** satisfaisant, incluant :

- Une durée de l'hospitalisation de 4 à 5 jours sous réserve de complication

- Un engagement de ma part au suivi chirurgical postopératoire : 4x/an la 1^{ère} année puis 2x/an.

- Un engagement de ma part au suivi nutritionnel : 4x/an la 1^{ère} année puis 1 à 2x/an.

- Un engagement de ma part au suivi pédopsychiatrique tel que défini avec mon thérapeute.

- Une contraception impérative pendant 2 ans pour éviter la survenue d'une grossesse trop précoce (chez les filles).

- La possibilité d'accéder secondairement à une chirurgie réparatrice (au moins 1 an après stabilisation pondérale et 2 ans après l'intervention).

- La nécessité de prendre des suppléments vitaminiques en cas de déficit dépisté lors des examens de suivi, selon les prescriptions médicales qui seront faites.

Fait en double exemplaire le à

Signature



Mes numéros utiles

- **ENDOCRINOLOGIE PEDIATRIQUE**
Pr Régis COUTANT : 02 41 35 56 55
Dr Natacha BOUHOURS-NOUET : 02 41 35 44 06
Dr Aurélie DONZEAU : 02 41 35 56 55
Dr Julie CHEIGNON : 02 41 35 56 55
Dr Jessica AMSELLEM-JAGER
- **CHIRURGIE PEDIATRIQUE ET BARIATRIQUE**
Dr Françoise SCHMITT : 02 41 35 42 90
Chirurgien viscéral d'astreinte
Après 17h, week-end et jours fériés
Tél : 06 65 80 69 20
- **PEDO-PSYCHIATRIE**
Dr Elise RIQUIN : 02 41 35 44 42
- **DIETETIQUE**
Florence DUFORESTEL : 02 41 35 44 12
Mylène PIRON : 02 41 35 44 12
- **ASSISTANTE SOCIALE**
Marietta BOUVET : 02 41 35 57 27
- **CENTRE DE REEDUCATION ET READAPTATION
FONCTIONNELLE LES CAPUCINS**
11 Bvd Jean Sauvage - 49103 Angers Cedex 02
02 41 35 15 15
Dr Marion BEAUMESNIL : 02 41 35 18 03/04



L'association de patients

« OSEZ 49 »



Si tu le souhaites, tu peux contacter l'association pour participer à des groupes de parole, des vide dressing, des réunions d'information, ou simplement partager tes inquiétudes et ton expérience.

O.S.E.Z.49 (Obésité, soutien, Entraide, Zénitude)

Téléphone : 07 82 55 86 13

Mail : osez49@outlook.fr

Facebook : groupe OSEZ49





Centre Spécialisé Obésité Adolescents



02 40 09 74 52



4 rue Larrey
49933 Angers cedex 9
02 41 35 36 37

www.chu-angers.fr



11 Bvd Jean Sauvage
49103 Angers Cedex 02
02 41 35 15 15

www.les-capucins-angers.fr

www.moietmonsurpoids.fr

