

RUARO-JACCOUD Mathilde

Diététicienne nutritionniste

Tél : 06 78 89 54 91

mathilde.jaccoud.dietetique@gmail.com

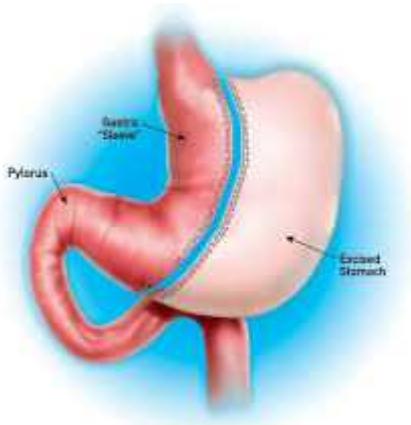
Conseils avant une sleeve

- QU'EST CE QU'UNE SLEEVE ?

La sleeve est une technique de plus en plus fréquemment utilisée dans le cadre du traitement de l'obésité par opération chirurgicale.

La sleeve consiste en une section par agrafage longitudinal de la portion verticale de l'estomac pour ne garder à ce niveau qu'un tube étroit.

La partie d'estomac en excès est définitivement retirée mais cela ne modifie pas l'absorption des nutriments et on sait depuis longtemps que l'on peut s'alimenter normalement après gastrectomie partielle.



Le mécanisme d'action est restrictif, par réduction du volume gastrique. La satiété est très vite ressentie.

D'autres mécanismes, d'ordre hormonal interviennent, comme la diminution de la ghréline, hormone stimulant l'appétit et sécrétée surtout dans la partie de l'estomac enlevée.

Comme pour l'anneau gastrique et contrairement au bypass, il n'y a pas de malabsorption, ni de carence.

D'autre part, on préserve la totalité de la partie distale de l'estomac (antrum gastrique) pour conserver ses capacités propulsives.

- PENDANT L'HOSPITALISATION ?

Par précaution, il est souhaitable de ne rien avaler ni boire les premiers jours post-opératoires pour laisser le temps aux adhérences cicatricielles de se former.

Puis une radio de contrôle est réalisée avant d'autoriser les boissons. Le protocole de réalimentation est ensuite mis en place (vous commencez à manger en texture liquide).

- APRÈS L'HOSPITALISATION ?

RUARO-JACCOUD Mathilde

Diététicienne nutritionniste

Tél : 06 78 89 54 91

mathilde.jaccoud.dietetique@gmail.com

Au début, il n'est possible d'avaler que quelques cuillères à soupe par repas.

L'alimentation est essentiellement liquide la première semaine (potages, thé, café, tisane, laitages, compote de fruits). L'alimentation devra être enrichie (poudre de protéines, fromages à tartiner, lait, crème... à rajouter dans les potages) pour avoir un minimum d'apport calorique nécessaire au bon fonctionnement du corps.

Bien que vous soyez dans une démarche de perte de poids, celle-ci ne doit pas se faire trop rapidement pour que la masse musculaire se maintienne au mieux. Même si vous ne maîtrisez pas la perte de poids qui se fera, vous pouvez limiter la rapidité de celle-ci dans une moindre mesure.

Ensuite, l'alimentation sera moulinée pendant 1 à 2 semaines selon votre tolérance (toujours sans morceaux mais avec une texture un peu plus épaisse que la phase liquide).

Puis les aliments à mastiquer sont progressivement réintroduits : c'est ce qu'on appelle la texture hachée.

Après les repas ou les collations, il est préférable de vous baisser en pliant les genoux et non en pliant le dos, et de vous allonger en position semi-assise afin d'éviter les reflux.

Le suivi diététique est recommandé afin d'avoir une perte de poids optimale et d'avoir des conseils adaptés à la situation. Il faut garder à l'esprit que ce suivi à long terme est indispensable, même si tout semble aller pour le mieux.

Il est préférable de prendre rendez-vous avant la fin du 1er mois. Il sera également nécessaire de consulter à 2, 3, 6 et 12 mois après l'intervention. Le suivi peut être plus ou moins échelonné selon les besoins. Avant chaque rendez-vous, il faudra réaliser un questionnaire sur vos habitudes alimentaires et l'apporter au rendez-vous.

- **A RETENIR :**

Les conseils principaux à retenir sont les suivants :

- Manger lentement, bien mastiquer et consommer de petites bouchées pour éviter les blocages et vomissements.
- Boire entre les repas afin de ne pas remplir « inutilement » l'estomac au moment de la prise alimentaire et éviter la dilatation de la poche gastrique.
- Fractionner les repas pour assurer une meilleure tolérance digestive tout en couvrant les besoins nutritionnels.
- Supprimer les boissons gazeuses et les chewing-gum afin d'éviter la dilatation gastrique.
- S'assurer de prendre les repas dans le calme.
- Reprendre une activité physique (même avant l'opération, selon votre état physique) et la maintenir par la suite.