

Inhalt

1.	Einleitung	9
2.	Aufbau und Funktion des Verdauungstraktes nach der Magenentfernung	11
2.1	Die Aufgabe des Magens und die Konsequenz für das Fehlen	11
2.2	Operationsverfahren	14
3.	Beschwerdesymptomatiken nach Magenentfernung und Möglichkeiten zur Abhilfe	21
3.1	Lustlosigkeit / Appetitlosigkeit	22
3.2	Schluckstörungen	24
3.3	Entzündung der Speiseröhre	28
3.4	Frühdumping	31
3.5	Spätdumping	33
3.6	Fettstuhl oder unvollständige Nahrungsverwertung	38
3.7	Durchfall	45
3.8	Exsikkose - Austrocknung	49
3.9	Milchunverträglichkeit	52
3.10	Während und nach einer Chemotherapie	56
3.11	Gewichtsverlust	57
3.12	Erbrechen - Würgereiz	59
3.13	Blähungen	59
3.14	Darmverschluß	60
4.	Weitere Hilfen	62
4.1	Medikamente	62
4.2	Notwendige Vitamine	62
4.3	Zusatznahrung	64
5.	Tips zur Nahrung und deren Zubereitung	66
5.1	Entscheidungshilfen bei der Wahl der Lebensmittel	67
5.2	Planung der Nahrungsaufnahme	79
5.3	Ernährungsplan nach Magenentfernung	80
5.4	Menüvorschläge	84
5.5	Grundrezepte zu den einzelnen Menükomponenten	89
6.	Essen im Restaurant	102
6.1	Schwerpunkte von Restaurants	103
6.2	Essen und Urlaub	104
7.	Selbstbeobachtungsbogen	106
	Literatur	108