



Pylorus erhaltende Pankreaskopfresektion (PPPD) (Entfernung des Bauchspeicheldrüsenkopfes unter Erhalt des Magenpförtners)

Liebe Patientin, lieber Patient,

die Bauchspeicheldrüse ist eine der größten Drüsen des Körpers und produziert etwa 1,5 l Verdauungssaft täglich. Sie lässt sich anatomisch in drei Abschnitte einteilen: Kopf, Körper und Schwanz. Grundsätzlich erfüllt sie zwei lebensnotwendige Aufgaben: Sie ist wichtig für die Verdauung (exokrine Funktion) und sie steuert die Blutzuckerregulation (endokrine Funktion).

Exokrin: Produktion von Verdauungsenzymen, welche für die Spaltung der Nahrung im Körper verantwortlich sind, damit die Nahrung vom Körper aufgenommen werden kann.

Endokrin: Produktion der Hormone Insulin und Glukagon, welche für die Regulation des Blutzuckers verantwortlich sind. Ohne Insulin kann keine Energie in die einzelnen Zellen des Körpers gelangen.

Praxisempfehlungen:

- Zu jeder Mahlzeit (auch bei Zwischenmahlzeiten) ist es unerlässlich Pankreasenzyme einzunehmen, damit die Nahrung vom Körper aufgespalten werden kann und somit aufgenommen wird. Die Enzyme erhalten Sie in Kapselform und müssen während der Mahlzeit eingenommen werden. (Sprechen Sie Ihren Arzt an!).
Erfolgskontrolle bei richtiger Enzymeinnahme und Dosierung:
 - Stuhlfrequenz wird geringer
 - Stuhlkonsistenz wird fester
 - Stuhlfarbe wird dunkler
 - Stuhlgeruch nimmt ab
 - Blähungen werden weniger
 - Gewichtszunahme
- Verzehren Sie viele kleine (5–6) Mahlzeiten täglich.
- Die Speisen sollten leicht verdaulich sein, jedoch gibt es keine spezielle Lebensmittelauswahl. Gekaut, was vertragen wird. Essen Sie langsam!
- Meiden Sie blähende Lebensmittel wie Kohl, Hülsenfrüchte, Zwiebel, Lauchgewächse, Pilze und unreifes Obst.

Direkt nach der Operation wird häufig Ihr Blutzuckerspiegel gemessen, um herauszufinden wie gut die endokrine Funktion der Bauchspeicheldrüse noch erhalten ist. Sollte diese nicht mehr ausreichend erhalten sein, kann es sein, dass Sie Insulin spritzen müssen. Bei der genauen Einstellung hilft Ihnen gerne die Diabetesberatung (Sprechen Sie Ihren Arzt an!).

Günstig für den Blutzuckerlauf nach Mahlzeiten ist der Verzehr ballaststoffreicher Lebensmittel, z. B. feinvermahlene Vollkornprodukte oder Mischbrot im Gegensatz dazu sind Weißmehlerzeugnisse, wie helle Brötchen, Toast etc. möglichst einzuschränken.

Für Ihren weiteren Weg wünschen wir Ihnen alles Gute.

Herzlichst
Ihr Team des Zentrums für Ernährungsmedizin

Diese Hinweise ersetzen in keinem Fall eine kompetente Ernährungsberatung.

Version	Erstellt	Freigegeben durch ZEM:	Gültig bis:	Seite
2.0	01.05.2016	03.05.2018	03.05.2021	1/1