

gebruiken, tot je echt veel gewicht kwijt bent. De uiteindelijk beloning is het moment waarop je kunt zeggen: nu heb ik zo'n groot succespercentage behaald, ik blijf ervoor gaan, ook zonder medicatie. Als iemand 8 tot 10 kilo kwijt is, wat een fors gewichtsverlies is, en 15 kilo kan ook lukken, dan zie je dat de knop omgaat. Dan treedt het jojo-effect waar we bang voor waren ook niet op, iets dat ook in de literatuur wordt beschreven. Ik vind dat een mooi resultaat."

VERZADIGINGSGEVOEL

Sibutramine is gemakkelijk in het gebruik aangezien het maar eenmaal daags geslikt hoeft te worden. Het grijpt aan op het noradrenaline- en serotoninesysteem in de hersenen. Het gewichtsverlies wordt veroorzaakt door versterking van het verzadigingsgevoel. "Ik merk dat mensen beter met hun overgewicht overweg kunnen. Het lijkt wel of ze minder angstig zijn. In die zin is het vergelijkbaar met een antidepressivum, niet dat het vervlakt, maar wel dat ze stabiel zijn in hun gevoel. Dat maakt hen beter in staat aan het probleem te werken en therapeutische sessies te volgen. Zo zie ik de mogelijke functie van het middel. Er moet zeker nog meer ervaring in de dagelijkse praktijk mee worden opgedaan." Dapper past het middel zorgvuldig toe. "De afspraak is dat mensen een BMI hoger dan 30 moeten hebben, of een BMI hoger dan 27 met comorbiditeit, zoals diabetes of een verhoogd cholesterolgehalte, problemen die samenhangen met hun overgewicht. Maar het is ook belangrijk goed te luisteren naar een patiënt: wat is zijn motivatie, wil hij nadenken over de langere termijn. Je moet het middel op een verantwoorde manier

inzetten. Het doel is langdurig effect bereiken en daar kan het middel toe bijdragen."

GEPAST GEBRUIK

Een bijwerking van sibutramine is bloeddrukstijging. Dapper schrijft het middel dan ook niet voor bij mensen met hoge bloeddruk, alleen onder strikte condities van bloeddrukcontrole. Hij maakt overigens vaker mee dat mensen klagen over een verhoogde hartfrequentie. "Ik heb één patiënt gehad die dat als vervelend ervoer en er daarom mee stopte. Andere bijwerkingen zijn een droge mond, maar ik hoor er eigenlijk weinig over." Een contra-indicatie is verder het gebruik van moderne antidepressiva omdat sibutramine uit die hoek komt. Dapper is naar eigen zeggen een voorstander van gepast gebruik geworden. "Ik vind dat het moet passen in een programma voor gewichtsmanagement. Het moet allemaal gecontroleerd gebeuren, al laat je de patiënt maar één keer per maand terugkomen, in ieder geval moet je hem niet loslaten. Misschien is sibutramine, gezien de positieve ervaringen, wel iets wat we breder in de dagelijkse praktijk kunnen gebruiken."

Karien Vissers

LITERATUUR

- Wadden, Th.A., e.a. Randomized trial of lifestyle modification and pharmacotherapy for obesity. *N Engl J Med* 2005; 353 (20): 2111-2120.
- Finer, N. Does pharmacologically induced weight loss improve cardiovascular outcome? Impact of anti-obesity agents on cardiovascular risk factors. *European Heart Journal Supplements* 2005; 7: 32-38.

Kort nieuws

Happy Weight Stippenplan voor verstandelijk gehandicapten

Happy Weight Stippenplan is de nieuwe naam voor het Stippendieet van diëtist José Veen en orthopedagoog Sylvia Rasenberg, beiden werkzaam op de afdeling Eetproblematiek van de De Hondsborg, Koraalgroep, te Oisterwijk.

Het Eetcontroleprogramma voor verstandelijk gehandicapten met overgewicht of problematisch eetgedrag heeft door de jaren heen de sporen verdiend en is uiterst succesvol gebleken. Door de combinatie van energiebeperking, gedragsmodificatie, lichaamsbeweging en participatie van ouders/verzorgers, is het een compleet programma waar alle facetten van de eetproblematiek worden behandeld.

Het programma is geactualiseerd en nog gebruiksvriendelijker gemaakt. Naast een nieuwe vormgeving van alle werkmaterialen als stippenkaarten, productkaarten, beweeg- en gewichtskaarten, dagmenu's, etc., is een website ontwikkeld waar diëtisten voor de cliënt een programma op maat kunnen samenstellen. Professionals en ouders /verzorgers kunnen op die manier effectief samenwerken om de eet- en gewichtsproblematiek bij verstandelijk gehandicapten goed aan te pakken.

Happy Weight Stippenplan bestaat uit een handleiding voor de professional en een deelnemerspakket voor de cliënt. Wilt u meer over het programma weten of hebt u vragen aan José Veen of Sylvia Rasenberg? Kijk op www.happyweight.nl of bel naar 0341 - 428 587.

