

Lotgenoten verhalen over je maagverkleining



Even een moment van steun en ontspanning

DOOR CARINA VAN OVERVELD

Een verhalen bundel van het beste van haar ervaringen met haar maagverkleining die in het weekblad "mijn geheim" geplubliceerd zijn.

Lotgenoten bundel



Beste lotgenoten,

Mijn naam is Carina van Overveld, en ik wil me even kort voorstellen! Ik ben 42 jaar oud, moeder van twee lieve pubers, gelukkig getrouwd en werkzaam als productmanager bij WLS Products. Ik ben daarnaast ook jullie lotgenoot!

In november 2010 kreeg ik – na jaren twijfelen- een gastric bypass. In het jaar rondom mijn operatie schreef ik wekelijks een column over mijn weg naar een nieuw leven in het weekblad Mijn Geheim. Inmiddels zijn we natuurlijk bijna tien jaar verder! Ik werk sinds zes jaar voor WLS Products, een bedrijf wat zich sinds vijftien jaar gespecialiseerd heeft in vitamines en eiwitten na een maagverkleining. Hier werk ik als productmanager, en ik ben vooral heel actief in Duitsland, Hier zijn we een begrip in de bariatrische gemeenschap. Het is erg dankbaar werk om dagelijks contact te hebben met lotgenoten, en om ze te kunnen helpen bij al hun vragen.

Ik heb mijn columns van dat eerste jaar gebundeld en nog een stuk geschreven over wat er in de negen jaren NA de operatie allemaal is gebeurd. Dat is een boek geworden, wat in het Duits is uitgekomen. Voor BGN heb ik een aantal van mijn columns wat ingekort, om jullie een inkijkje te geven van hoe mijn operatiejaar verliep, tien jaar geleden. Ik hoop dat het voor jullie herkenbaar is en dat het veel leesplezier geeft!

Veel liefs Carina



166 KILO

SEPTEMBER 2010

Het begin

Ik ben Carina en ik weeg 166 kilo. Daar, nu staat het eens zwart op wit. Natuurlijk ben ik veel meer dan dat. Ik ben een vrouw van 32 jaar, ruim 5 jaar getrouwd met Erik, een heel lieve man die me volledig accepteert zoals ik ben. Ik ben ook moeder van 2 ondeugende boefjes: Brent van 4 en Vince van 2 jaar oud. Ik ben dol op reizen, schrijven, dansen, koken, naar de film gaan en een saunadagje zo nu en dan. Maar ik ben dus ook dik, en niet zo'n beetje ook. Als tweejarig kind werd ik al naar een diëtiste gestuurd door de kinderarts. De arts en mijn ouders deden toen wat ze het beste achtten, en ik begon als kleuter al te jojo-en. Inmiddels kan ik dit jaar dus 'vieren' dat ik al 30 jaar op dieet ben. Niet iets om vrolijk van te worden, zeker niet als je nu het resultaat ziet. Wat ooit begon met enkele kilootjes overgewicht is uitgegroeid tot morbide obesitas. Zo noem je het als iemand meer dan 50 kilo te zwaar is. Ik ben zelfs 92 kilo te zwaar, als je van de officiële cijfers uit moet gaan. Dat dik zijn heeft een behoorlijke stempel op mijn leven gedrukt.

Ik ben als kind gepest, als tiener uitgelachen en genegeerd, en als volwassen vrouw gediscrimineerd en beledigd. Al die andere dingen – je leuke karakter, je vrolijke stemming, je luisterend oor en je trouwe vriendschap – het doet er niet zo veel meer toe als je te dik bent. Het gros van de mensen kan namelijk niet door de buitenkant kijken, en het algemene beeld is nog steeds: eigen schuld, dikke bult. Letterlijk in dit geval. Maar dat is niet helemaal waar. Er zijn de laatste jaren steeds meer onderzoeken gedaan naar obesitas en de oorzaken daarvan.

Mensen zoals ik hebben vaak hormonale afwijkingen, een verstoord verzadigingsgevoel, een abnormale spijsvertering en tal van andere zaken die het moeilijk maken om tot een normaalgewicht te komen.



166 KILO

SEPTEMBER 2010

Het begin

Natuurlijk is het ook voor een groot deel mijn eigen schuld!

Ik heb de meeste van die 166 kilo er toch echt zelf bij gegeten. Ik ben dol op ijs, chocola, chips en allerlei andere lekkere dingen. Ik leg het meestal zo uit: ik heb een stel slechte kaarten toebedeeld gekregen in het leven én ik heb ze ook nog eens slecht gespeeld.

Binnenkort nu ga ik nieuwe kaarten krijgen, althans dat hoop ik. Momenteel ben ik bezig met de voorbereidingen voor een operatie die me gaat helpen. Ik wil een Gastric Bypass, dat is een operatie waarbij de maag verkleind wordt en een deel van de darmen wordt omgelegd. Zo kan ik minder eten en zo neem ik ook minder voedingsstoffen op, waardoor ik een groot deel van mijn overgewicht kan kwijtraken.

Ik heb er 5 jaar over getwijfeld en alles gelezen wat los en vast zat over dit onderwerp, en ik ben nog steeds bang. Maar voor het eerst in mijn leven heb ik het punt bereikt waarin de angst om voorgoed zo dik te blijven groter is dan de angst voor de operatie en de veranderingen.

Want de operatie is geen wondermiddel, het is met grote nadruk een hulpmiddel. Als je je levenspatroon niet drastisch verandert, ben je na een paar jaar weer terug bij af.

Over een tijdje krijg ik mijn nieuwe set kaarten, en als ik nu ook nog een beetje beter leer poken komt het misschien toch nog wel goed met mij.



156 KILO

OKTOBER 2010

Achtbaan

Op het moment dat ik dit schrijf, is de operatie nog maar een paar weken van me verwijderd. Ik ben bezig met een soort pre-dieet om wat kilo's af te vallen. Dat lukt me aardig, tussen alle Goodbye Tour etentjes door. Ik ben inmiddels 9 kilo afgevallen, maar eerlijk gezegd merk ik daar nog niet echt veel van. Met mijn gewicht is dan natuurlijk maar een heel klein topje van de ijsberg! De laatste 2 weken voor de operatie moet ik een vloeibaar, eiwitrijk dieet volgen. Dat zorgt ervoor dat mijn lever zal krimpen, want hoe kleiner de lever, hoe beter de dokter overal bij kan straks, dus dat is erg belangrijk. Het afvallen is een belangrijk deel van de voorbereiding op de operatie.

Verder probeer ik me mentaal voor te bereiden op wat komen gaat, maar dat is nog niet zo eenvoudig. Het lijkt wel alsof ik in een achtbaan zit die op dit moment heel langzaam omhoog getakeld wordt naar het beginpunt: de operatie. Ik ben hartstikke misselijk en bang voor wat er komen gaat, want ik weer niet hoe diep de val is en hoeveel loopings er gaan komen.

Maar tegelijkertijd vind ik het ook reuze spannend om deze rit van mijn leven te gaan maken!

De ene dag ben ik letterlijk ziek van de spanning en kan ik alleen maar huilen. Op zo'n dag denk ik alleen maar aan mogelijke complicaties en problemen.

Maar de dag erna schijnt meestal de zon weer en heb ik echt zin in het hele gebeuren. Dan ben ik ervan overtuigd dat ik het aankan. Het is erg vermoeiend om zulke wisselende emoties te hebben, maar het hoort er allemaal bij.



156 KILO

OKTOBER 2010

Achtbaan

Gelukkig heb ik op beide momenten heel veel steun aan Erik, maar ook aan mijn familie en vrienden. Ze staan vierkant achter me en denken mee over hoe het straks allemaal zal gaan. Ik bof maar met al die hulp, en ook op allerlei positieve reacties die ik van allerlei mensen krijg op het nieuws dat ik geopereerd ga worden. Ook mijn kinderen heb ik inmiddels verteld wat er gaat gebeuren: mama krijgt een operatie, waarbij de dokter mama's maagje beter maakt. Daardoor kan mama minder eten en gaat ze dunner worden. De eerste keer dat ik dit vertelde, vond Brent, 4 jaar oud, het maar niks. Hij klampte zijn armpjes om mijn middel (voor zover hij dat kan natuurlijk) en zei: "Maar mama, ik wil niet dat je dunner wordt, ik wil dat je zo blijft..." Hij is net als zijn moeder bang voor het onbekende. Maar toen ik uitlegde dat ik dan veel beter kon rennen en spelen, vond hij het toch wel een goed idee. "Gaan we dan samen een keertje waterfietsen?" vroeg hij hoopvol en mijn hart brak.

Afgelopen zomer heeft hij er meerdere keren om gevraagd, maar telkens ging het niet door omdat Erik er niet bij was. En ik ga echt niet met dit figuur op een waterfiets zitten, dat is vragen om problemen. "Jazeker!" beloofde ik hem, "we gaan waterfietsen, rolschaatsen, van de glijbaan af en wat je maar wilt". Brent was tevreden met het antwoord en huppelde weg. Kinderen vergeten alles snel en ze zijn er dan ook niet echt mee bezig. Ik hou mezelf regelmatig voor dat dit ook een van de redenen is dat ik het doe: om gewoon te kunnen waterfietsen met mijn kinderen.

Daar heb ik al die enge afdalingen en loopings wel voor over...



156 KILO

NOVEMBER 2010

De operatie

De laatste week voor de operatie werd het erg spannend. En niet omdat ik zenuwachtig was, maar vanwege mijn vader. Papa is al vier jaar ziek en de laatste anderhalf jaar terminaal. Maar tot twee weken geleden ging het nog best goed met hem en hij keek erg uit naar mijn operatie. Ongeveer een week voor de grote datum sloeg die situatie om als een blad aan de boom. Ineens ging het erg slecht met pa, zijn gezondheid holde achteruit. Van een man die nog naar de stad fietste om een pilsje te pakken, veranderde hij binnen een kleine week in een bedlegerige, ernstig zieke man. Zijn laatste weken waren aangebroken. Ik was aan het verplichte vloeibare dieet, maar ik had toch steeds de neiging om alle stress en ellende weer weg te gaan eten. Het liefst had ik mezelf 'getroost' met repen chocolade, chips en allerlei van mijn oude 'medicijnen' tegen verdriet. Maar dat mocht nu niet. Zelfs een boterham had me geweldig geleden, maar toch heb ik het dieet volgehouden. Het móést, want ik wilde dat mijn lever goed zou krimpen, en dat de operatie daardoor snel en gemakkelijk zou verlopen.

Ik was wel erg trots op mezelf dat zelfs in deze situatie mezelf wist te bedwingen, Toen wist ik: ik ben er klaar voor.

Maandagochtend reden Erik en ik, na een laatste knuffel van de kinderen, in alle vroegte Naar Bergen op Zoom, waar de operatie plaats zou vinden. Ik zou om 1 uur 's middags een pil krijgen om rustig te worden en om half 2 zou ik naar de OK gaan.

We zaten dus rustig te wachten en ik had mijn plekje versierd met kaarten, foto's van de kinderen en Erik en ook een lijstje van pa en ma. Papa zou me niet kunnen komen opzoeken, maar zo had ik hem toch bij me.



144 KILO

DECEMBER 2010

weg met de weegschaal

Vorige week zat ik tegen de 140 kilo en ik was erg enthousiast om die barrière te doorbreken. Eindelijk weer in de 130-zone, dat was jaren geleden voor mij. Maar toen was de batterij van de weegschaal leeg, en het duurde een week voordat ik een nieuwe had gekocht.

Wat zei de weegschaal na een week niet wegen? Ruim 145 kilo, dus 5 kilo aangekomen in een week! Zelfs in mijn slechtste vreetperiodes had ik dat nog nooit voor elkaar gekregen, dus ik schoot direct in de stress.

"Zie je wel, niets werkt bij mij!" snikte ik tegen een al even geschokte Erik. "Ik ben vast de eerste persoon bij wie deze operatie niets uithaalt..." Ik voelde me een waardeloze sukkel en ik was er een paar dagen enorm depressief over. Natuurlijk, ik weet ook wel dat het geen vet is,

dat kan simpelweg niet! Het is vocht, en het is een poging van mijn lichaam om wanhopig reserves vast te houden. En kijk eens wat ik allemaal al bereikt heb! Ik ben veel energiever, we gaan regelmatig met de jongens wandelen in het bos, zonder dat ik daarvan hoef te hijgen. Sterker nog: ik heb er nu zelfs plezier in!. Daar ben ik blij mee. Toch ben ik emotioneel helemaal kapot van zo'n domme tegenslag. Des te meer omdat de weegschaal nu ook stug op die 145 kilo blijft steken. Ik heb dus een drastisch besluit genomen: de weegschaal gaat aan de kant. Over een paar weken mag ik voorzichtig gaan sporten en dan zal ik me voortaan daar op de sportschool wegen. . Mijn beslissing voelt bevrijdend; ik doe gewoon mijn ding, ik ga gewoon door met gezond eten en lekker bewegen, en dan móét het gewicht vanzelf naar beneden gaan. Dit keer zal ik de winnaar zijn, En niet de weegschaal, of het eetmonster dat in mijn hoofd zit.

Daarom is het erg goed dat je bij deze arts ook een na-traject moet volgen. Vanaf volgende week kom ik eens per maand met een groepje lotgenoten bijeen. Ik ben erg benieuwd hoe dat na-traject zal zijn, maar dat het nodig is, is een ding wat zeker is...



142 KILO

JANUARI 2011

dromen

Afgelopen week heb ik me geconcentreerd op mijn eten. Ik moest van mezelf meer gaan drinken en meer eiwitten gaan eten zodat ik de aangekomen vocht kilo's weer zou verliezen. en dat is goed gelukt! Ik heb er echt een project van gemaakt en houd braaf elke dag bij wat ik heb gegeten en gedronken. Uiteindelijk heeft het wel resultaat opgebracht: 5 van de 7 aangekomen kilo's zijn weer verdwenen! Hoewel het maar getallen zijn op de weegschaal, hebben ze toch een sterke werking. Je raakt in extase als er kilo's afzijn en je bent gedeprimeerd als je aangekomen bent. en elk tiental heeft een magische aantrekkingskracht: ik wilde onder die 160, onder die 150, en natuurlijk onder de 140 en ga zo maar door. Alsof je een mysterieuze grens naar een nieuw gebied oversteekt. De grootste aantrekkingskracht is natuurlijk de 100-kilo grens. Ik was een jaar of 12 toen ik boven de 100 kilo kwam, ik ben als volwassen persoon nooit meer onder die magische drie cijfers geweest. En ik had eigenlijk de hoop al opgegeven dat dit ooit nog zou gaan gebeuren. Nu ziet het er toch naar uit dat ik het ga halen, als ik goed mijn best blijf doen.

heb wel een lijst gemaakt van dingen die ik wil doen als ik slanker ben.

- Een keer in het vliegtuig zonder een extra riem nodig te hebben, en dan het tafeltje gewoon naar beneden kunnen klappen/ Een stuk rennen! en dan misschien ooit aan een race meedoen / Als ik nóg fitter ben, zou ik aan een minitriatlon willen meedoen/ Ik wil ooit de vierdaagse van Nijmegen lopen./ Ik wil leren duiken. / Ik wil een keer naar 'n dancefeest met Erik, gewoon lekker/ dansen en niet opvallen in de menigte/ Ik wil gewone schoenen en laarzen kunnen kopen, niet in een speciale winkel.

Afijn, je ziet wat ik bedoel: deze lijst kan ik zo nog aanvullen met 100 dingen. Sommige dingen kan ik pas afkruisen als ik echt slank ben, sommige misschien wel eerder . En misschien staan er wel dingen op die helemaal nooit afgekruist kunnen worden.

Maar aan dromen en wensen zit geen limiet, toch? ...



126 KILO

MAART 2011

lotgenoten

Iemand die zich voorbereidt op een operatie, komt meestal vanzelf terecht op internet waar de verhalen van anderen te lezen zijn. Er zijn zowel Nederlandse als buitenlandse fora en facebookgroepen waar lotgenoten samenkomen om te praten over wat hun bezighoudt. Een ideale plek om al je vragen te stellen, je angsten te delen, te lezen hoe het bij anderen gegaan is en wat hen is mee- en tegengevallen is. Na de operatie heb ik ook heel veel op het forum gezeten om mijn verhaal te delen en mijn onzekerheden te bespreken. Wat is dat pijntje dat ik voel? En die extreme vermoeidheid, hadden jullie dat ook? Ik heb er al die tijd veel steun aan gehad en hopelijk ook hier en daar wat steun gegeven.

Nu ik wat langer geleden geopereerd ben, begint mijn nieuwe levensstijl normaler te worden. Maar nog steeds is het fijn om lotgenoten te spreken, want zij weten precies wat ik meemaak! Ik vond het dan ook tijd worden voor een lotgenotendag, want ik wilde al die mensen met aansprekende namen op de computer zoals Druifje en Pretoogjes wel eens ontmoeten. Het ware gezicht achter dat minifotootje zien, het lijf dat hoorde bij die 60 verloren kilo's aanschouwen. Ik nam dus het initiatief voor een bijeenkomst bij mij thuis. Ik wist niet dat er zoveel kakelende vrouwen in mijn woonkamer pasten!

Twintig dames ontmoetten elkaar in mijn huis om te praten over datgene wat ons bindt: ons (voormalige) overgewicht en de operaties die we daarvoor hebben ondergaan. Iedereen nam kleding mee die te groot was. Iedereen had ook wat te eten of te drinken meegenomen. Het allerfijnste was het praten met elkaar. De herkenning als iemand haar verhaal vertelde. De echte interesse voor elkaar en de vele tips die ons om de oren vlogen. Iedereen wist voor iemands probleem wel een tip of oplossing. De persoonlijke verhalen die ik heb gehoord, hebben me diep geraakt. En ik heb met iedereen mee gelachen en soms gehuild.

Zonder lotgenotencontact was ik waarschijnlijk nooit zover gekomen en had ik misschien wel nooit de beslissing kunnen nemen. Zonder lotgenoten was ik nooit zo geïnformeerd en mondig geweest als ik nu ben.

Bedankt, lieve lotgenoten! Samen voeren we de strijd.



106 KILO

JUNI 2011

botjes

Als je bijna 60 kilo afvalt, komt er een heel ander lichaam tevoorschijn. Ik sta elke dag voor de spiegel te draaien; niet omdat ik mezelf zo mooi vind, maar omdat ik de nieuwe Carina nog goed moet leren kennen. Ik kom tot de conclusie dat er heel wat veranderd is, en dat ik behoorlijk aan mijn eigen spiegelbeeld moet wennen.

Bovendien kwam ik tot een shockerende ontdekking: ik voelde een harde knobbel in mijn zij. Natuurlijk maakte ik me eerst zorgen: wat was dat voor bult? Tot ik een week later precies dezelfde bult op mijn andere zij ontdekte. Krijg nou wat, dat zijn mijn héúpen!!

Het klinkt vast heel raar, maar met mijn dikke lichaam was er nooit een hint van mijn skelet te ontdekken. Ik wist natuurlijk wel dat er ergens onder al dat zachte vlees ook nog botten zaten, maar het was alsof ze er niet waren. Nu komen ze één voor één tevoorschijn. Als ik in bed lig, kan ik mijn heupen voelen. Soms voel ik zelfs mijn ribben. Als een idioot ga ik dan over mijn eigen skelet aaien, Zo gaaf vind ik het om ze te ontdekken.

De laatste tijd heb ik ook steeds het gevoel dat ik in de auto op een hobbeltje zit. Ik heb meerdere malen de zitting van de auto geïnspecteerd om te ontdekken waar die bult zit, maar ik kon niks vinden. Toen ik ook in bed al een bult op dezelfde plek onder mijn billen had, begon me iets te dagen: zou het mijn staartbeentje kunnen zijn wat ik voel? Inmiddels begrijp ik dat meer mensen die veel afvallen hier - tijdelijk - last van hebben. Je lichaam moet even wennen aan het feit dat er minder vet zit, dus je voelt je staartbeentje natuurlijk eerder. Dat is eigenlijk wel een vreemd gevoel, hoor. Er is in ieder geval niks mis met de auto of mijn matras, ook dat is dan ook weer een opluchting.



102 KILO

AUGUSTUS 2011

doe normaal

We zijn weer veilig teruggekomen uit Spanje: Natuurlijk was ik erg nieuwsgierig naar het resultaat op de weegschaal. Vroeger kwam ik in een vakantie van 3 weken minimaal 5 kilo aan. Nu dacht ik dat het niet zo erg zou zijn. Ik was dan ook aangenaam verrast toen de weegschaal me 102 kilo liet zien! Doe normaal! Ben ik echt 2 kilo afgevallen op deze vakantie? Ondanks de tapas, de suikervrije ijsjes en dat glas sangria? JA dus! Ondanks dat alles was ik ruim 2 kilo afgevallen. Maar misschien kwam dat ook wel dankzij het vele bewegen, het zorgeloos genieten en het delen van de porties met mijn nichtje, die ook een gastric bypass heeft.

Geweldig! 102kilo!!! Jeetje, dat is nog maar 2 kilo verwijderd van mijn eerste streefdoel! Dat maakt het ineens haalbaar, tastbaar en bijna binnen handbereik.

Ik ben dus de eerste dag direct naar de sportschool gegaan en ik heb mijn eetregime weer aangescherpt, want dit wil ik zo snel mogelijk gerealiseerd hebben! De tweede dag na de vakantie was er nog zo'n mijlpaal. Erik

stelde voor om wat te gaan fietsen met z'n allen op zijn laatste vrije dag.

"Laten we naar Roosendaal fietsen! Ach trouwens, laat maar. Dat red je toch niet, dan begin je bij Made al te klagen dat je terug wilt", grapte hij.

Het is een afstand van bijna 60 kilometer van Raamsdonksveer

naar Roosendaal, en bij Made maakten we inderdaad de eerste stop, omdat mijn billen zeer deden. Wat wil je, als je niet gewend bent om te fietsen. Maar we

traptten vrolijk door, genoten van het zonnetje en het feit dat ik überhaupt kon fietsen. We moesten er ruim 4 uur voor doortrappen en ik heb heel wat keren

gedacht: waar ben ik aan begonnen? Maar.... uiteindelijk kwamen kwamen we in Roosendaal hoor! Meteen een foto genomen bij het plaatsnaambord, als bewijs

natuurlijk.

ik hoop dat dit mijn nieuwe 'normaal' wordt: een leven waarin ik goed op mijn

gewicht let, een leven waarin ik actief ben en waarin ik veel dingen doe met mijn gezin. Een leven waarin de focus niet ligt op eten, maar op genieten.

Doe normaal? Dit is mijn nieuwe normaal!....



98 KILO

SEPTEMBER 2011

afscheid

Vorige week was het dan zover: ik moest naar dr. F. voor mijn eerste jaarlijkse controle en ik wist dat ik daar op de weegschaal zou moeten. Een week daarvoor besloot ik er extra voor te gaan: ik moest en zou op de weegschaal eindelijk die 2 cijfers zien. Zou het dan eindelijk lukken, 10 maanden na de operatie? We gingen samen naar de dokter, mijn moeder en ik. Ook zij had een afspraak met hem gemaakt om te bespreken of een gastric bypass op haar leeftijd nog mogelijk zou zijn. Maar voor het zover was, kroop ik snel op de weegschaal. Met een piepstemmetje vroeg ik aan de verpleegkundige: "En? Zit ik eronder?" Ze lachte. "Onder de 100 kilo bedoel je? Ja hoor, ruim. Je weegt 98 kilo!". Wow! Een emotioneel moment, en ik was dan ook superblij. In mijn dromen had ik de fanfare voorgesteld en serpentines, confetti en vuurwerk, maar dat bleef allemaal uit. Het enige wat overbleef was mijn smile van oor tot oor toen ik weer terug naar mijn moeder in de wachtkamer liep.

En toen kwamen de traantjes. Een gevoel van opluchting, omdat ik het eindelijk gehaald had, en een gevoel van verbazing en ongeloof. Maar ook een gevoel van verdriet omdat mijn vader niet meer bij dit moment aanwezig kon zijn, hij was degene die me hiertoe aangezet heeft. Maar uiteindelijk vooral een gevoel van trots. Dit is hoe ik hoor te zijn. dut is waar ik me goed bij voel. Een gewicht met 2 cijfers.

Toen we even later bij dr. F. binnenstapten, was hij ook erg trots op mijn resultaat.



98 KILO

SEPTEMBER 2011

afscheid

Het gesprek met mijn moeder verliep moeilijker. Want de arts zag het niet zitten om haar op 65-jarige leeftijd aan een gastric bypass te helpen. Maar omdat ze diabetes en andere kwalen heeft – die heel veel kunnen verminderen of zelfs verdwijnen door af te vallen – wilde hij toch dat ze gesprekken zou hebben met de diëtiste en psychologe.

Het werd een zenuwslopende dag, want mijn moeder werd heel scherp ondervraagd. De uitslag was spannend en eng, maar ook opwindend en positief:

Mijn mams krijgt ook een gastric bypass, waarschijnlijk in januari of februari. Ik hoop dat ze zich er net zo goed doorheen slaat als ik. Dat ze zich over 1 jaar net zo fit en sterk zal voelen als ik.

Natuurlijk gaan we haar daarbij helpen!

En er gaan veel vragen door mijn hoofd:

- Zal het goed gaan met mijn moeder?
- Zal het mij lukken om nog verder af te vallen?
- Zal het een hele emotionele dag zijn als ik in november precies een jaar geopereerd ben?
- Kan ik de emotionele veranderingen goed behappen?
- En vooral: leer ik de duivels in mijn hoofd voorgoed te verslaan?