

"בכל עצירה חשבתי על אוכל"

אבי בלעיש, נהג אגד, הוא היום אדם אחר. חצי שנה אחרי ניתוח לקיצור קיבה הוא השיל 41 קילו ממשקלו ואת האהבה לאוכל תירגם ללימודי בישול

האמיתי שלי הוא יום הניתוח. אני ישן טוב יותר, רגוע יותר, מקשיב, מדבר, יש לי הרגלי אכילה בריאים יותר. עברתי לחיים מסודרים מבחינת איך שאני נראה, הלבוש. אני מקבל תגובות מדהימות מהנוסעים ומחבריי לעבודה".

חצי שנה לאחר הניתוח, אבי ממשיך להיות מטופל במלב". "אני נמצא במעקב של דיאטנית שעוזרת לי לה משיך לאכול בריא ובצורות קטנות יותר. אני גם מטופל על ידי פסיכולוגית שעוזרת לי להרגיש טוב יותר עם עצמי. שמן, הראש שלו תמיד נשאר שמן, גם אחרי דיאטה. השיחות עם הפסיכולוגית מעודדות אותי ועוזרות לי להרגיש רגוע יותר".

אמנם אהבתו של אבי לאוכל לא הפסיקה, אך הוא החליט להשתמש בה לצרכים נכונים יותר: למירת בישול בריא ואכילה מזינה. "אני לומד במ" כללת השף יסודות הבישול" הוא מספר באושר, "כך אוכל להמשיך להאכיל את משפחתי וחבריי באופן בריא ונכון".

איציק עזרא

על האוכל רדפו אחרי לכל מקום. בכל עצירה רק חשבתי איפה אני יכול להשיג אוכל וכמה שיותר".

לפני כשנה החליט אבי לשים סוף לבעיית ההשמנה. הוא פנה למנהליו באגד שהפנו אותו למלב", המרכז לטיפול בהשמנת יתר מקבוצת "אסיאמדיקל". בלעיש עבר בריקות בהן נמצא כי ה-BMI שלו הוא 38, ממצא חריג וגבוה במיוחד. בהתייעצות עם המי

”

לא היו לי מעצורים באוכל, אכלתי כל הזמן, אפילו באמצע הלילה. סבלתי מקשיי נשימה והיה לי קשה ללכת".

נהלת ד"ר אסנת רוזיאל, נקבע לו ניתוח שרוול קיבה. היום, חצי שנה אחרי הניתוח, חייו של אבי השתנו מהקצה אל הקצה. הוא הפחית בתוך שישה חודשים 41 קילו והוא מספר: "יש לי יומולדת בעוד חודש, אבל בהרגשתי היומולדת



צילום: יח"צ

כמו חדש. אבי בלעיש כיום

אכלתי כל הזמן, אפילו באמצע הלילה. סבלתי מקשיי נשימה והיה לי קשה ללכת". בלעיש מספר איך ההשמנה השפיעה עליו בעבודתו: "זה השפיע על הנהיגה. כל הזמן הרגשתי עייף, עצבני והנוסעים הרגישו את זה. המחשבות

כל חייו סבל אבי בלעיש, נהג אגד בן 45 תושב חר"ן, מהשמנת יתר. לפני שבע שנים תהליך השמנה החריף ואבי הגיע למשקל של 125 ק"ג כאשר הבעיה משפיעה משמעותית על אורח חייו: "לא היו לי מעצורים באוכל,