

 <p>St. Bernhard HOSPITAL</p>	<p>Nahrungsergänzungsmittel</p>	 <p>ADIPOSITAS-ZENTRUM WESERMARSCH</p>	
<p>Nächste Aktualisierung 04.05.2024</p>	<p>Formblatt</p>	<p>ID 1591</p>	<p>Seite 1 von 1</p>

Ein adipositaschirurgischer Eingriff verändert die Anatomie des Magens und beim Magenbypass auch des Darmes. Daher kommt es nur noch zur Aufnahme von kleinen Nahrungsmengen und die Nährstoffe werden verändert aufgenommen.

Daher kommt es zwangsläufig zu einer reduzierten Aufnahme von Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen. Dies kann langfristig zu Mangelercheinungen, verminderte Gewichtsabnahme und Gesundheitsproblemen führen.

Daher ist es von besonderer Wichtigkeit, dass Sie lebenslang eine Ergänzung durch Vitaminen- und Mineralstoffpräparaten durchführen.

Bei den jeweiligen Nachsorgeterminen über unsere Adipositasambulanz werden Laboruntersuchungen durchgeführt, bei denen ein Mangel oder auch eine Überdosierung nachgewiesen werden kann. Dann kann die Substitution individuell angepasst werden.

Die folgenden Angaben sind allgemeine Richtwerte. Dies stellt eine Basisversorgung dar und kann im Verlauf immer angepasst werden.

Empfehlung zur regelmäßigen Substitution nach Adipositas-Operationen:

1. optimiertes Multivitamin-Präparat A-Z mit allen essentiellen Mikronährstoffen incl. Zink, Kupfer, Selen, Eisen, B12 und anderen B-Vitaminen, Folsäure/Tag
2. Calcium ca. 1000-1500mg täglich (vorzugsweise Kalzium-Citrat) und Vitamin D3 25.000 – 50.000IU/Woche oder 2000IE/Tag
3. Vitamin B 12, 1.000 µg alle 2 Monate parenteral
4. Eiweiß (pro Woche mindestens 3 x 1 Mahlzeit durch Eiweißpräparat ersetzen, die tägliche Gesamtmenge sollte 70 bis 90 g betragen)
5. Eisen nach Bedarf und Laborwerten (beim Magenbypass und häufiger bei Frauen)