



## Empfohlene Ernährungszusätze nach Magenverkleinerungsoperationen bei krankhaftem Übergewicht

[www.adipositas-zentrum-nord-west.de](http://www.adipositas-zentrum-nord-west.de)

	Gastric-Bypass	Sleeve/Magenband
<b>Calcium</b>	1500-2000mg	MV, evtl. zusätz.
<b>Vitamin D</b>	2000IE	MV
<b>Vitamin B12</b>	1000µg i.m. /2-3Monate	MV
<b>Folsäure</b>	400µg	MV
<b>Zink</b>	Männer 15mg	MV
<b>Zink</b>	Frauen 12mg	MV
<b>Thiamin (Vit. B1)</b>	MV, ggf. zusätzl.	MV
<b>Vitamin A</b>	MV	MV
<b>Vitamin E</b>	MV	MV
<b>Vitamin K</b>	MV	MV

weitere nach individuellem Bedarf; MV = Multivitamin-tabletten