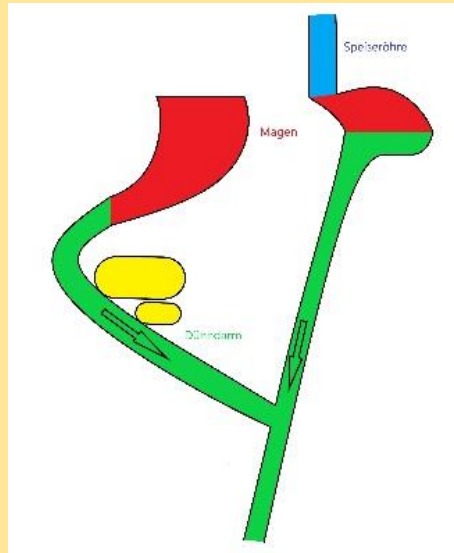
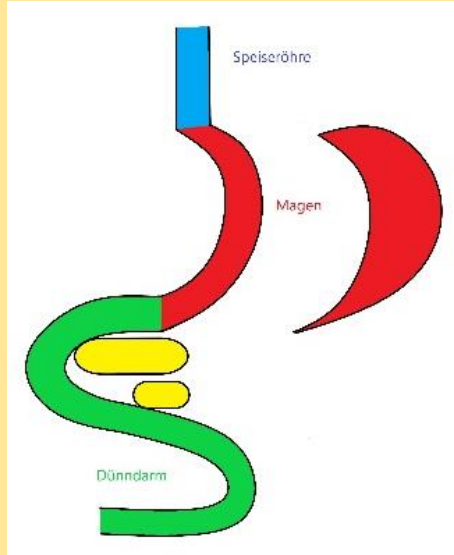


Supplemente im Vergleich

Schwerpunktpraxis für 
ERNÄHRUNGSMEDIZIN BDEM

Dr. med. Ulrich Faure
Internist, Ernährungsmediziner
Westwall 122, 47798 Krefeld

Orte der Resorption im Darm

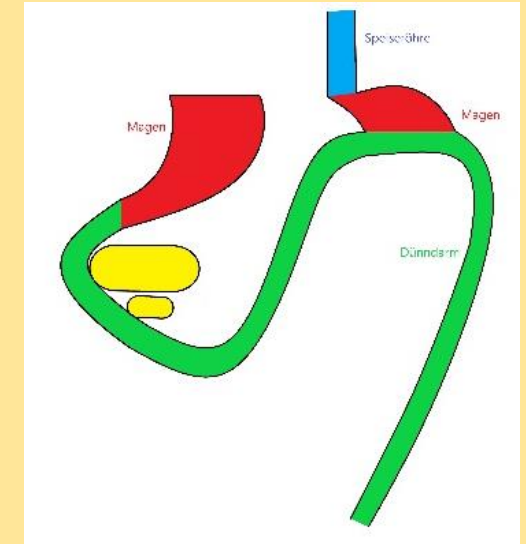
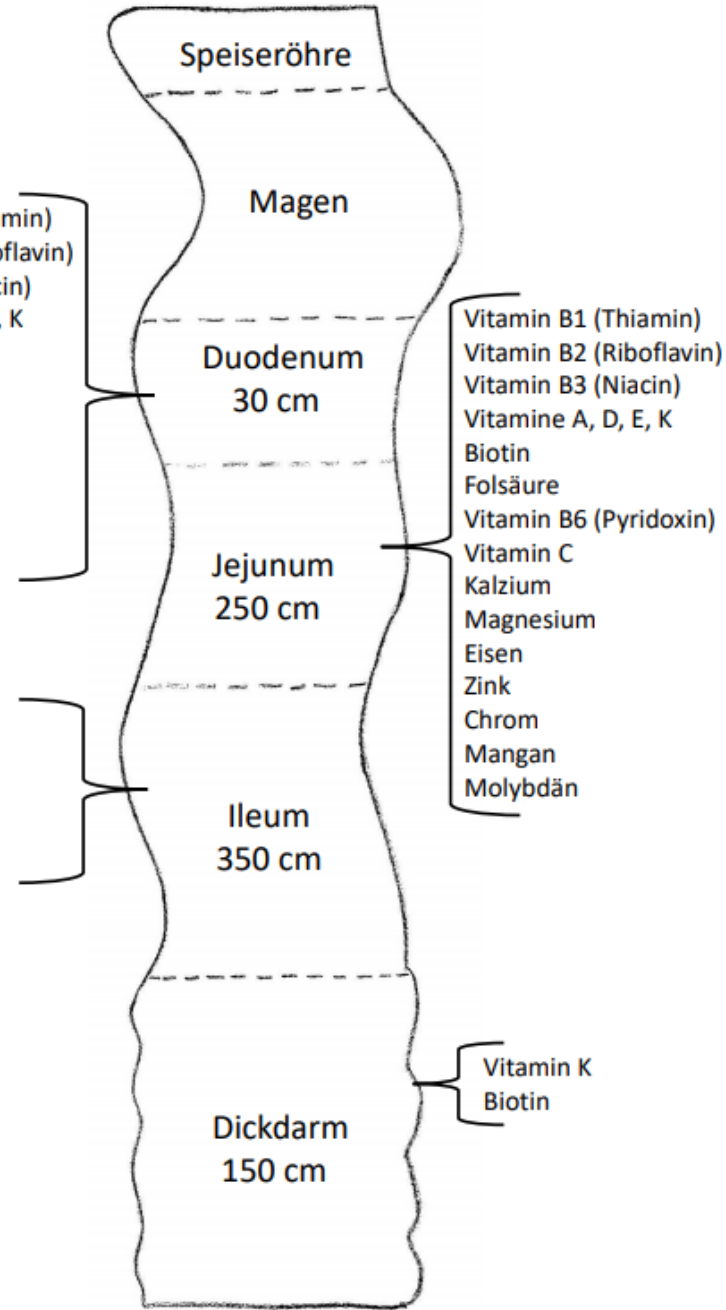


Vitamin B1 (Thiamin)
 Vitamin B2 (Riboflavin)
 Vitamin B3 (Niacin)
 Vitamine A, D, E, K
 Biotin
 Folsäure
 Kalzium
 Magnesium
 Eisen
 Kupfer
 Selen

Vitamin C
 Folsäure
 Vitamin B12
 Vitamine D, K
 Magnesium

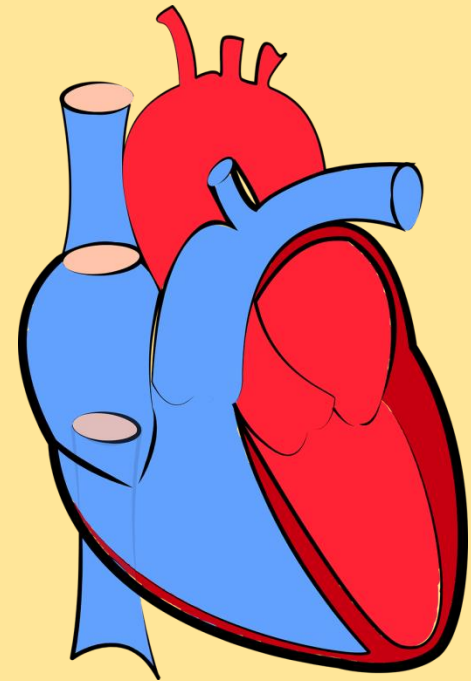
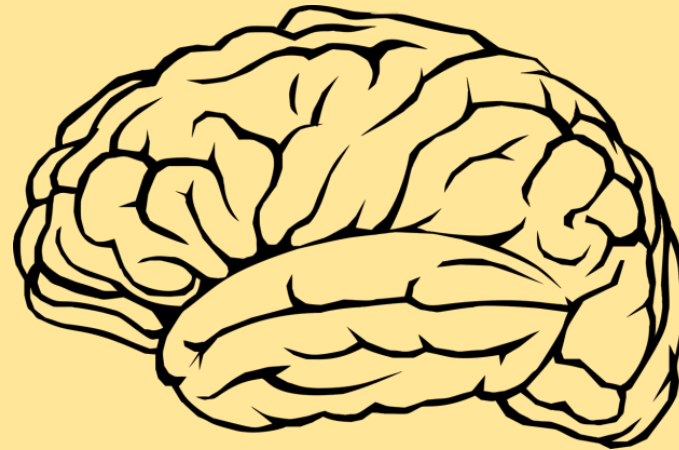
Vitamin B1 (Thiamin)
 Vitamin B2 (Riboflavin)
 Vitamin B3 (Niacin)
 Vitamine A, D, E, K
 Biotin
 Folsäure
 Vitamin B6 (Pyridoxin)
 Vitamin C
 Kalzium
 Magnesium
 Eisen
 Zink
 Chrom
 Mangan
 Molybdän

Vitamin K
 Biotin



Vitamin B1, Thiamin

Biochemische Funktion:
Coenzym im Kohlenhydrat- und Proteinstoffwechsel



Wichtig für Nervensystem und Herzfunktion

Vitamin B1, Thiamin



Korsakow-Syndrom



Beri-Beri



Wernicke-
Enzephalopathie

Vitamin B1, Thiamin

Frühsymptome:

- Gefühlsstörung in den Beinen
- Koordinationsstörung
- Schlechtes Kurzzeitgedächtnis
- Muskelschwäche
- Verminderte Herzleistung

Risikofaktor: Erbrechen nach bariatrischer OP

Vitamin B1, Thiamin

Fortgeschrittener B1-Mangel: Beri-Beri und Wernicke-Enzephalopathie

- Schwäche und Taubheitsgefühl in den Beinen mit Verlust der muskulären Kontrolle
- Doppelbilder, schwere Gangstörung, erheblich verminderte geistige Leistungsfähigkeit
- Gestörtes Kurzzeitgedächtnis, Schläfrigkeit, Koma
- Herzinsuffizienz mit Ödemen und Luftnot

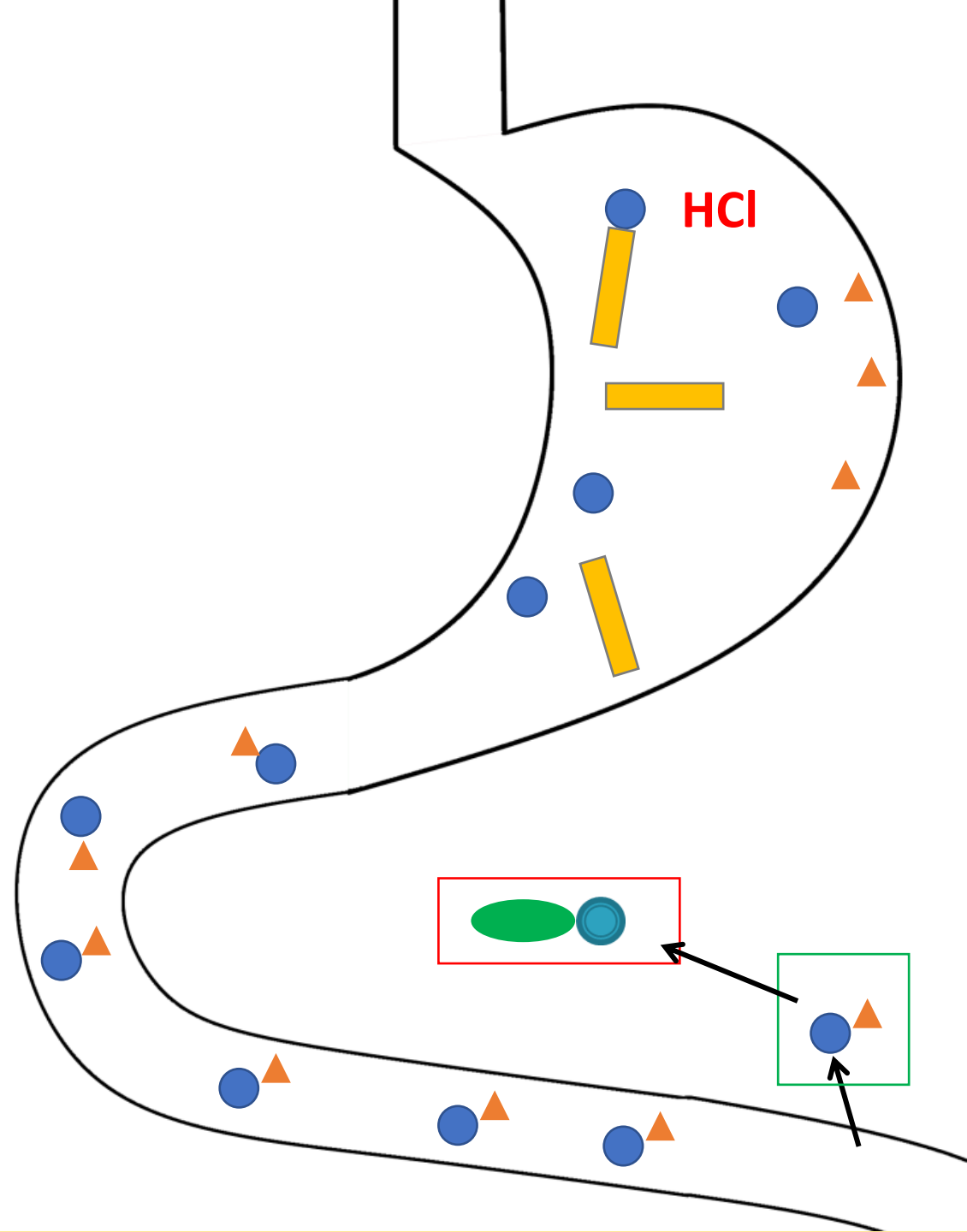
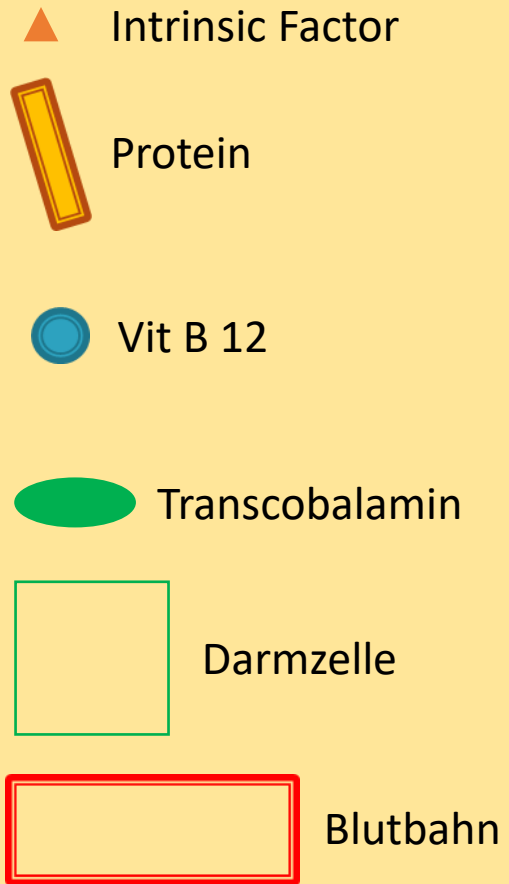
Vitamin B1, Thiamin

Bedarf ohne OP:	1,0 – 1,3 mg/Tag
WLS forte (fitforme):	2,75 mg
Bariatric Advantage:	4,20 mg
Celebrate:	12,00 mg

Antithiamine: Sulfite und Polyphenole
in Tee und Kaffee



Vitamin B12



Vitamin B12, tägliche Zufuhr

Empfohlene Zufuhr ohne OP: 3 – 4 mcg 100%

Fitforme:	350 mcg	14 000%
Bariatric Advantage	500 mcg	20 000%
Celebrate	500 mcg	8 333%



1000 mcg = 1 mg

Vitamin B12, Blutwert

- Vitamin B12 im Serum
- HoloTC (Transcobalamin)
- MMA (Methylmalonsäure)
- Homocystein

Ziel: > 300 ng/l



Vitamin B1 und B12

In allen bariatrischen Supplementen
in ausreichender Menge vorhanden



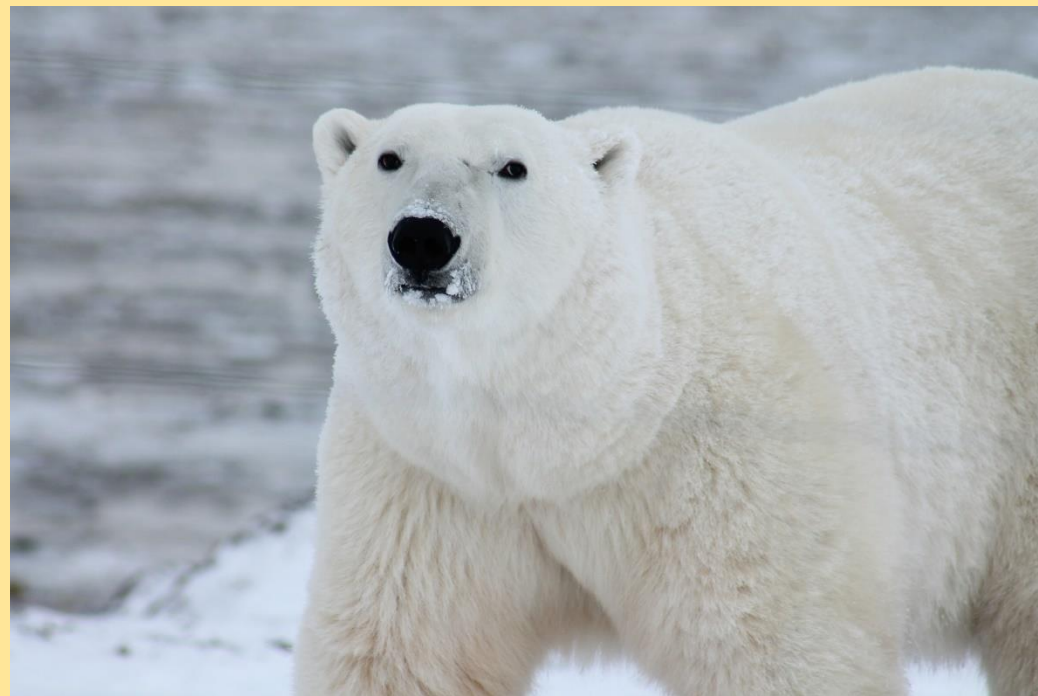
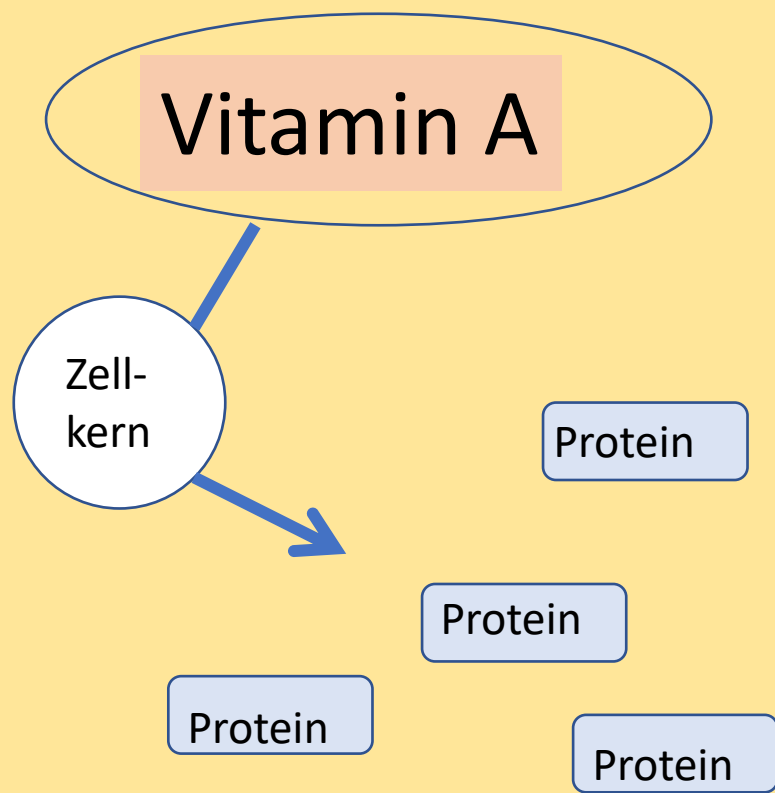
Fettlösliche Vitamine

E
D
K
A



Wasserlösliche Vitamine

- B1 (Thiamin)
- B2 (Riboflavin)
- B3 (Niacin)
- B6 (Pyridoxin)
- B12 (Cobalamin)
- Folsäure
- Biotin
- Panthotensäure
- Vitamin C



Rinderleber und Leberprodukte
Käse
Fetter Fisch
Hühnerei

Vitamin A

Symptome des Mangels

Blutarmut (Anämie)

Klinisch: Blässe und LeistungseinbuÙe

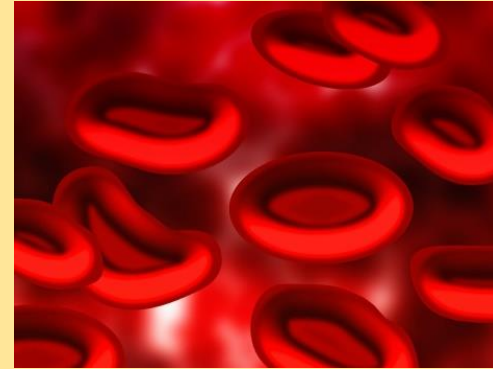
Labor: Hb (Hämoglobin) erniedrigt

Infektanfälligkeit

Nachtblindheit

„Schlechtes Heilfleich“

Akne



Vitamin A und Schwangerschaft

Zu viel und zu wenig Vitamin A in der Schwangerschaft schaden dem Ungeborenen.

Vitamin-A-Überschuss:
Missbildungen an Schädel und Herz, Fehlgeburt

Vitamin-A-Mangel:
Wachstumsstörungen, Frühgeburt, erhöhte Mortalität



Vitamin A: Bedarf nach bariatrischer OP

Nach Leitlinie:	1500 – 3000 mcg/Tag
In der Schwangerschaft:	maximal 3000 mcg/Tag
Ausgleich eines Mangels:	9000 mcg/Tag = 30 000 IE

Vitamin A

- **Häufigstes Defizit trotz Supplementation**
- **Bariatric fusion und Celebrate:** hoher Vitamin-A-Gehalt
- **FitForMe, WLS Products, Bariatric Advantage:**
niedriger Vitamin-A-Gehalt

Vitamin K

Wichtig oder entbehrlich?



Vitamin K1

Messung im Labor: Quick-Wert

Täglicher Bedarf ohne OP: 60 – 80 mcgg/Tag

WLS forte, fitforme: nicht enthalten

Bariatric fusion: nicht enthalten

Bariatric Advantage: 135 mcg

Celebrate: 120 mcg

WLS Products: 90 – 120 mcg

Vitamin K1: Fazit

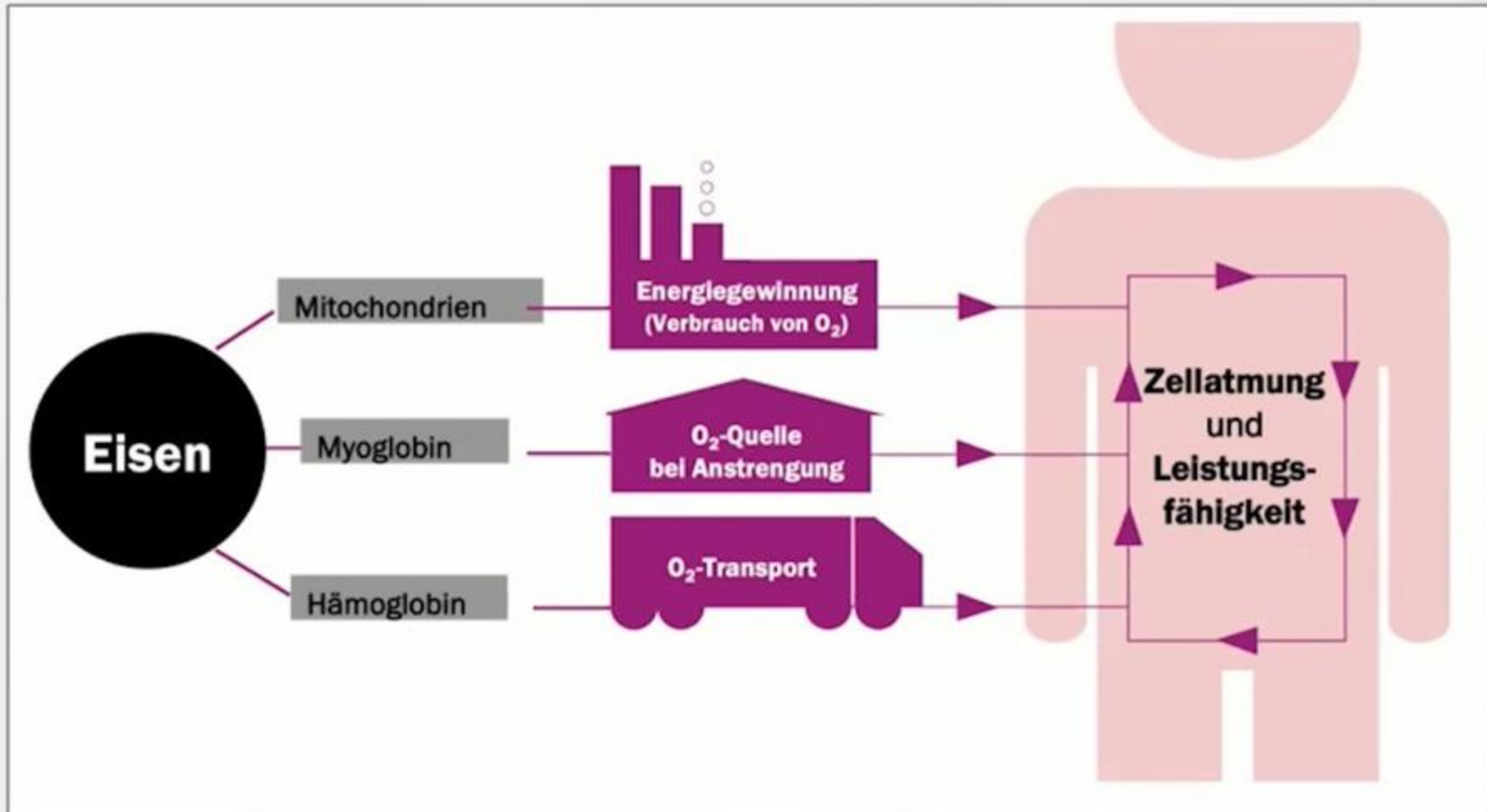
Supplementation in der Schwangerschaft empfohlen

Nicht enthalten in Präparaten von
Bariatric fusion und FitForMe

Gut: Prenatal von Celebrate



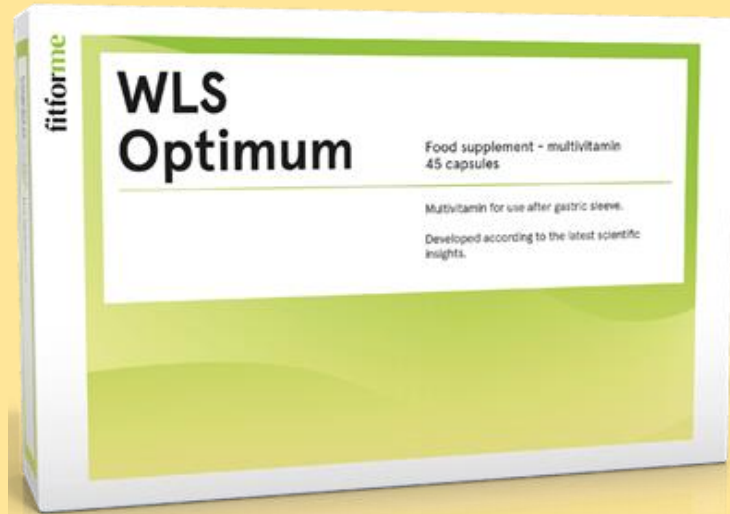
Funktion von Eisen im Organismus



Die Supplemente:

- FitForMe
- Celebrate
- WLS Products (eigene Produktlinie)
- Bariatric fusion (Vertrieb WLS Products)
- Bariatric Advantage

Fit For Me: Schlauchmagen



Eisen: 28 mg
Vitamin A: 800 mcg
14,10 € / Monat

Inhalt:

- Alle Vitamine und Spurenelemente
- Eisen (28 mg)

Geeignet für:

- Schlauchmagen

Dosis:

- 1 Kapsel WLS Optimum oder 1 KT

Fit For Me: Y-Roux-Magenbypass



Eisen: 70 mg
Vitamin A: 600 mcg
18,00 € / Monat

Inhalt:

- Alle Vitamine und Spurenelemente
- Eisen (70 mg)

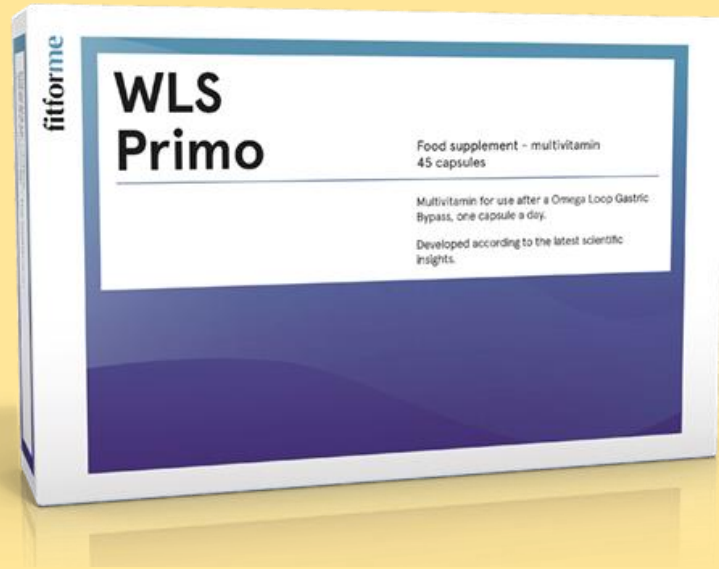
Geeignet für:

- Magenbypass

Dosis:

- 1 Kapsel oder 1 KT WLS forte / Tag

Fit For Me: Mini-Bypass



Eisen: 85 mg
Vitamin A: 1200 mcg
18,00 € / Monat

Inhalt:

- Alle Vitamine und Spurenelemente
- Eisen (85 mg)

Geeignet für:

- Minibypass

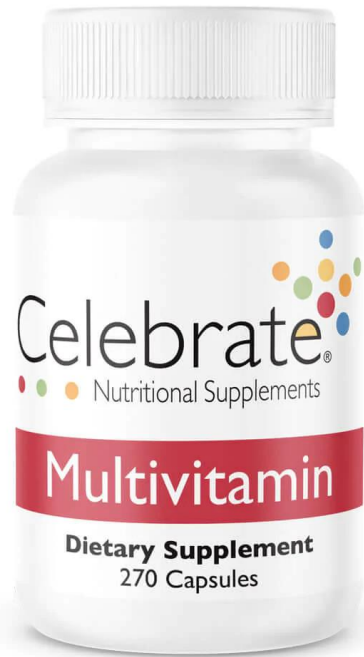
Dosis:

- 1 Kapsel WLS Primo

Fit For Me: Fazit

- Gute Versorgung mit Eisen
- Vitamin A öfter zusätzlich erforderlich

Celebrate Multivitamin



Eisen: 0 mg
Vitamin A: 3000 mcg
15,65 € / Monat
20,95 € / Monat

Inhalt: Alle Vitamine und Spurenelemente außer Eisen

Geeignet für: Magenbypass und Schlauchmagen

Dosis: 3 Kapseln oder 2 Kautabletten / Tag

➤ Vitamin A: 3000 mcg (hoch)

Zusätzlich erforderlich:

➤ Eisen

Celebrate Multi-Complete (45 mg – 60 mg)



Eisen: 45 mg
Vitamin A: 3000 mcg
20,95 € / Monat



Eisen: 60 mg
Vitamin A: 3000 mcg
21,95 € / Monat

Inhalt:

- Alle Vitamine und Spurenelemente
- Eisen

Geeignet für: Magenbypass und Schlauchmagen, Mini-Bypass (Multi-Complete 60)

Dosis: 2 Kapseln / Tag

Zusätzlich erforderlich:

- Calciumcitrat
- Proteinpulver

Celebrate ONE



Eisen: 0 mg
Vitamin A: 3000 mcg
13,98 € / Monat

Inhalt: Alle Vitamine und Spurenelemente außer Eisen

Geeignet für: Magenbypass und Schlauchmagen

Dosis: 1 Kapsel oder 1 Kautablette / Tag

Vitamin A: 3000 mcg (hoch)

Zusätzlich erforderlich:
Eisen

Celebrate ONE mit Eisen - 18 mg – 45 mg



Inhalt: Alle Vitamine und Mineralstoffe

Geeignet für: Magenbypass und Schlauchmagen

Dosis: 1 Kapsel / Tag oder 1 KT / tag

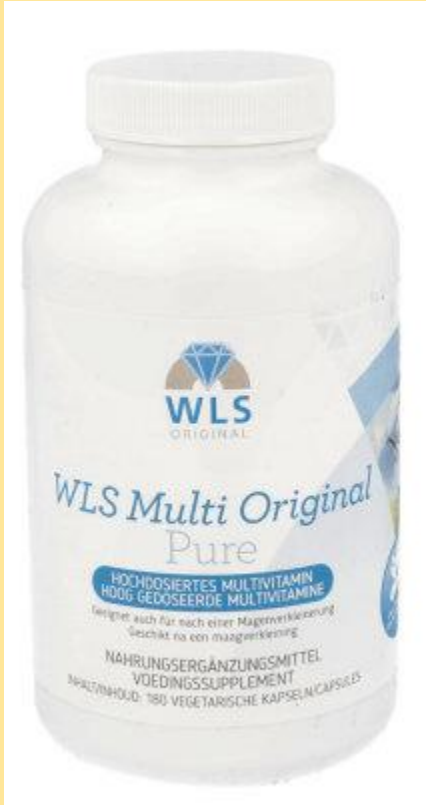
Eisen: 18 mg
Vitamin A: 1500 mcg
14,32 € / Monat
14,65 € / Monat

Eisen: 45 mg
Vitamin A: 3000 mcg
14,65 € / Monat
15,65 € / Monat

Celebrate: Fazit

- Eisen darf nicht vergessen werden
- Für alle Ops geeignet
- Gute Versorgung.

WLS Products



Eisen: 45 mg
Vitamin A: 780 mcg
6,50 € / Monat



Eisen : 30 mg
Vitamin A: 780 mcg
9,00 € / Monat



Eisen: 0 mg
Vitamin A: 780 mcg
7,75 € / Monat

WLS Products: Fazit

- Für alle Ops geeignet
- Für RYGB und MGB relativ wenig Eisen und Vitamin A
- Preiswertestes Präparat

Bariatric fusion



Eisen: 45 mg
Vitamin A: 2250 mcg
14,83 € / Monat



Eisen: 0 mg
Vitamin A: 2250 mcg
12,33 € / Monat



Eisen: 0 mg
Vitamin A: 2250 mcg
34,00 € / Monat

Bariatric fusion: Fazit

- Für alle Ops geeignet
- Eisen nicht automatisch enthalten
- Gute Versorgung
- Soft Chews sehr teuer

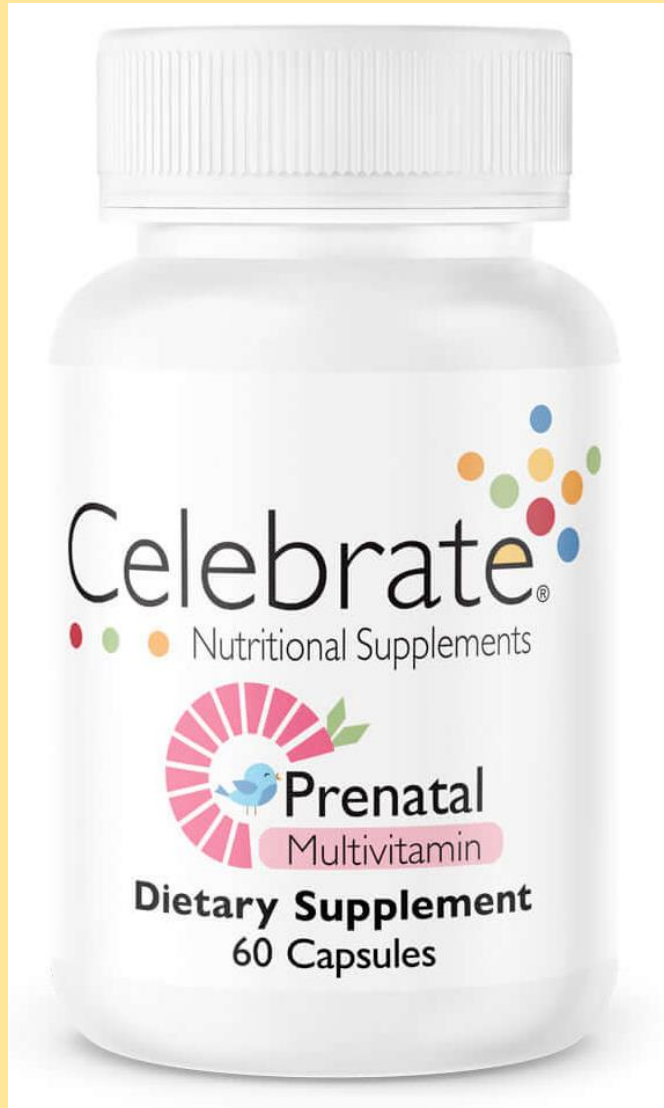
Bariatric Advantage



- Für Schlauchmagen gut geeignet.
- Für RYGB und MGB zu gering dosiert.

Eisen: 28 mg
Vitamin A: 800 mcg
16,04 € / Monat

Bariatrische Schwangerschaftsvitamine



Eisen: 45 mg
Vitamin A: 1500 mg
22,95 / Monat



Eisen: 45 mg
Vitamin A: 800 mcg
22,82 € / Monat

Die Testsieger

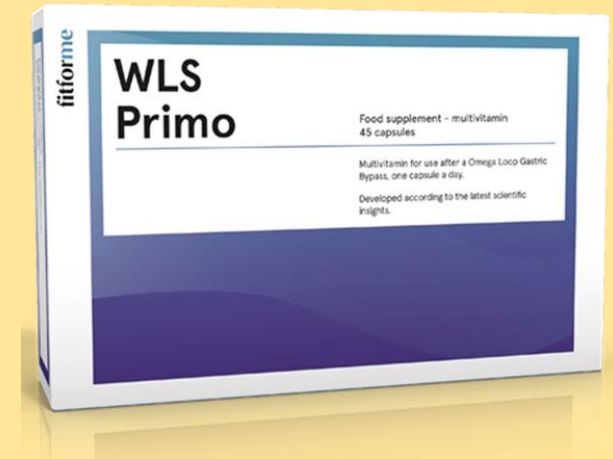


Preis:
WLS Products
6,50 €



Beste Gesamtversorgung:

- **Celebrate Multi Complete**
21,95 €
- **Bariatric fusion**
Multivitamin Capsules one
per day
14,83 €



Eisen: FitForMe
14,10 – 18,00 €

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Fragen?



