



AZ JAN PALFIJN  
GENT



*\* De prijzen in deze brochure zijn louter als richtprijzen bedoeld en wijzigen regelmatig op initiatief van de producent. Voor de meest recente prijzen, gelieve de website van de producent te raadplegen.*



AZ JAN PALFIJN  
GENT

**Meer inlichtingen**  
**Diëtisten Gewichtszorg**  
T +32 (0)9 224 84 27  
T +32 (0)9 224 84 28  
T +32 (0)9 224 84 29

Watersportlaan 5 - 9000 Gent  
T +32 (0)9 224 71 11 - F +32 (0)9 224 70 42  
info@janpalfijngent.be - www.janpalfijn.be

versie folder november 2019 - v.u.: Rudy Coddens, voorzitter

# Vitaminegebruik na een gastric sleeve

INFORMATIE VOOR PATIËNTEN

Correcte supplementen na een gastric sleeve zijn noodzakelijk, aangezien de opname van vitamines en mineralen verminderd is. Er zijn verschillende bedrijven op de markt, u kan zelf kiezen naargelang uw voorkeuren en uw budget. Het is bij elk bedrijf de bedoeling dat u een multivitamine als een calciumpreparaat neemt. De beide mogen niet gelijktijdig ingenomen worden want dit verstoort de opname.

## BARINUTRICS

- ▶ **Multivitamine:** 1 sliktablett per dag met tijdstip van inname bij voorkeur kort na de maaltijd OF 1 kauwtablett per dag (kers of citroen).
- ▶ **Calcium en vitamine D:** 1 tablet per dag met tijdstip van inname bij voorkeur 's avonds.

		Prijs* / 1 maand	Prijs* / 3 maand
Multi-vitamine	Slik	€ 18,99 (2 maand)	€ 52,99 (6 maand)
	Kauw	€ 19,99	€ 47,99
	Strooi	€ 29,99	€ 49,99 (2 maand)
Calciumcitraat		€ 26,99 voor 90 kauwtabletten (= 3 maand)	

### Let op!

Laat minstens 2 uur tussen de inname van de multivitamine en het calciumpreparaat. Voorbeeld: calcium na het ontbijt en multivitamine na het middagmaal.

## Hoe bestellen?

Barinutrics is zonder voorschrift en enkel via de apotheek te verkrijgen. Er geldt steeds een spaaractie 4 kopen + 1 gratis. Voor stalen kan u altijd bij de diëtisten terecht.

## ELAN

- ▶ **Multivitamine:** 1 tablet per dag (slik- of kauwtablett). Tijdstip van inname bij voorkeur kort na de maaltijd. Bij de kauwtabletten krijgt u er een apart ijzersupplement bij aangezien dit niet aanwezig is in de kauwtablett.
- ▶ **Calcium en vitamine D:** 1 sliktablett per dag OF 1 sliktablett 's avonds (aardbeismaak). Tijdstip inname bij voorkeur 's avonds.

	Prijs* / 6 maand	Prijs* / jaar
Mini voordeelpakket Believe (slik- of kauwtablett) + Calcium Vital	€ 64,5	€ 112

### Let op!

- ▶ Laat minstens 2 uur tussen de inname van de multivitamine en het calciumpreparaat. Voorbeeld: calcium na het ontbijt en multivitamine na het middagmaal.
- ▶ De multivitamine Believe is ook verkrijgbaar per 2 maand. Er is geen prijsverschil tussen slik- en kauwtabletten.
- ▶ Het calciumpreparaat kan ook apart gekocht worden per verpakking van 3 maand.

## Hoe bestellen?

Bestellen doet u online via [www.elan-products.be](http://www.elan-products.be). Voor stalen kan u altijd bij de diëtisten terecht of u kan een mini- proefpakket online aankopen.

## FITFORME

- ▶ **Multivitamine:** 1 tablet per dag (slik- of kauwtablett). Tijdstip van inname bij voorkeur kort na de maaltijd. Bij de kauwtabletten krijgt u er een apart ijzersupplement bij aangezien dit niet aanwezig is in de kauwtablett.
- ▶ **Calcium en vitamine D:** 1 sliktablett per dag met tijdstip van inname bij voorkeur 's avonds OF 1 kauwtablett per dag (munt of sinaasappelsmaak).

		Prijs* / 3 maand	Prijs* / 6 maand
Multivitamine Optimum	Slik	€ 29,65	€ 52,15
	Kauw	€ 38,65	€ 62,90
Calcium met vitamine D	Slik	€ 14,35	€ 26,95
	Kauw	€ 31,45	€ 44,95

### Let op!

- ▶ Laat minstens 2 uur tussen de inname van de multivitamine en het calciumpreparaat. Voorbeeld: calcium na het ontbijt en multivitamine na het middagmaal.

## Hoe bestellen?

Bestellen doet u online via [www.fitforme.be](http://www.fitforme.be) of telefonisch via 03 808 33 41. U kan, zowel van de slik- als de kauwtabletten, gratis een proefpakket voor 14 dagen bestellen. U kan ook kiezen voor de optie 'Fitforme Zeker', een abonnement waarbij de vitamines om de 3 of 6 maand automatisch opgestuurd worden met 10% korting. U kan dit op elk moment stopzetten.