



ASMBS YÖNERGELERİ

Ayarlanabilir Gastrik Band

MULTİVİTAMİN

Thiamin	En az 12 mg/gün*
Folik Asit	400 - 800 mcg/gün 800 - 1000 mcg/gün (Doğurganlık yaşındaki kadınlar)
B12	350 - 1000 mcg/gün
Vitamin D	3,000 IU (75 mcg)
Vitamin A	5,000 IU (1,500 mcg) / gün
Vitamin E	15 mg/gün
Vitamin K	90 - 120 mcg/gün
Bakır	1 mg/gün
Çinko	8 - 11 mg/gün

Çinko/Bakır Oranı: Her 1 mg bakır için 8 – 15 mg çinko

DEMİR | Tüm takviyelerden

En az 18-60 mg/gün*
Kalsiyum ile alınmaz.

KALSİYUM | Gıda ve takviyelerden

1.200 – 1.500 mg/gün
Bölünmüş dozlarda alın.
Kalsiyum Sitrat yemekle birlikte veya yemeksiz alınabilir.

DIĞER

Protein (genellikle kişiselleştirilmiş) Minimum 60 gr/gün, bazı hastaların ise daha yüksek miktarlara 80 – 90 gr/gün ihtiyacı vardır.

Sıvılar (genellikle kişiselleştirilmiş) Yeterli hidrasyonu sağlamak için en az 1,5 litre/gün

* Risk altındaki hastalar: hızlı kilo kaybı, uzun süreli kusma, parenteral beslenme ihtiyacı, aşırı alkol, nöropati, ensefalopati ve/veya kalp yetmezliği. Risk altındaki hastaların günde en az 50 – 100 mg tiamin alması gerekir.

** Düşük riskli hastalar (erkekler ve anemi öyküsü olmayan hastalar) multivitaminlerinden 18 mg demire ihtiyaç duyarlar. Daha yüksek riskli hastalar (VSG, RNY veya BPD/DS geçirmiş adet gören kadınlar veya anemisi olanlar) günde en az 45-60 mg demire ihtiyaç duyarlar.

Kaynak: SOARD

