

Vitamins After Bariatric Surgery Sleeve or Gastric Bypass

Option #1

Vitamin	Amount per day	Type
Bariatric Fusion Multivitamin CHEWABLE	4 tablets (2 in the morning and 2 in the evening)	chewable
Vitamin D3	2000 IU	chewable or soft gel capsule

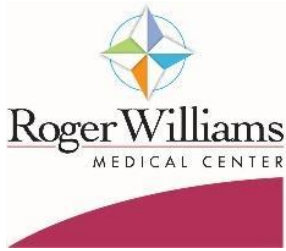
Option #2

Vitamin	Amount per day	Type
Bariatric Fusion Multivitamin CAPSULE with iron	1 capsule	capsule- take whole or open and mix with liquid or pureed food
Vitamin D3	2000 IU	chewable or soft gel capsule
Calcium citrate	1200 -1500 mg take up to 600 mg at a time; take at a different time than multivitamin	chewable tablet, soft chew, powder or liquid

Option #3

Vitamin	Amount per day	Type
Multivitamin with iron (any type)	2 tablets (1 in the morning and 1 in the evening)	chewable
Vitamin D3	5000 IU	chewable or soft gel capsule
Calcium	1200-1500 mg take up to 600 mg at a time; take at a different time than iron	chewable tablet, soft chew, powder or liquid
Iron	45 mg take at a different time than calcium	chewable, liquid or dissolvable
B Complex (should include B1, B6 and B12)	1	chewable, soft gel capsule, liquid, or powdered capsule

- [Optional] Biotin - 10,000 mcg, chewable or soft gel capsule.
- You can purchase Bariatric Fusion vitamins in our office or online at www.bariatricfusion.com



Vitaminas Después de la Cirugía Bariátrica Manga o Bypass Gástrico

Opción #1

Vitamina	Cantidad por día	Tipo
Bariatric Fusion Multivitamínico MASTICABLE	4 tabletas (2 por la mañana y 2 por la noche)	masticable
Vitamina D3	2000 IU	cápsula masticable o de gel blando

Opción #2

Vitamina	Cantidad por día	Tipo
Bariatric Fusion Multivitamínico CÁPSULA con hierro	1 cápsula	cápsula- puede tomar entero o abrir y mezclar con alimentos líquidos o en puré
Vitamina D3	2000 IU	cápsula masticable o de gel blando
Citrato de calcio	1200 -1500 mg tomar hasta 600 mg a la vez; tomar en un tiempo diferente al multivitamínico	tableta masticable, masticable suave, polvo o líquido

Opción #3

Vitamina	Cantidad por día	Tipo
Multivitamínico con hierro (cualquier tipo)	2 tabletas (1 por la mañana y 1 por la noche)	masticable o cápsula
Vitamina D3	5000 IU	cápsula masticable o de gel blando
Citrato de calcio	1200 -1500 mg tomar hasta 600 mg a la vez; tomar en tiempo diferente al hierro	tableta masticable, masticable suave, polvo o líquido
Hierro	45 mg tomar en tiempo diferente al calcio	masticable, líquido o soluble
Complejo B (debe incluir B1, B6 y B12)	1	cápsula masticable, de gel blando, líquida o en polvo

- [Opcional] Biotina - 10,000 mcg, cápsula masticable o de gel blando.

- Puede comprar *Bariatric Fusion* vitaminas en nuestra oficina o en línea en www.bariatricfusion.com