

# Bijsluiter: WLS Optimum



## Essentiële aanvulling na een vermageringsoperatie

Als u een gewichtsverminderende operatie gaat of heft ondergaan moet uw levensstijl vrijwel altijd worden aangepast. U gaat gezond eten en meer doen aan lichamelijke beweging. Het gevolg van een WLS is dat u vaak de rest van uw leven alleen nog maar erg kleine hoeveelheden voeding kan gebruiken. Dit vergt psychisch gezien vaak veel inspanning.

Naast de veranderde voeding wordt door artsen en diëtisten geadviseerd dagelijks een multivitamine te gebruiken om een vitaminetekort te voorkomen. FitForMe heeft daarom de supplementen WLS Optimum en WLS Forte ontwikkeld. De samenstelling van deze producten is afgestemd op de behoefte van het lichaam na een vermageringsoperatie.

Heeft u een maagband of sleeve operatie ondergaan? Dan heeft u de juiste keuze gemaakt door voor WLS Optimum te kiezen. Deze kunt u het beste gebruiken in combinatie met Calcium Plus. Heeft u echter een Gastric bypass of Duodenal Switch ondergaan? Dan kunt u beter kiezen voor WLS Forte in combinatie met Calcium Plus. Veelal is het verstandig om 2 maanden voor aanvang van de operatie te beginnen met de juiste supplementen.

## Kenmerken

- Speciaal ontwikkeld voor mensen die een vermageringsoperatie, zoals een maagband of sleeve, hebben ondergaan.
- Bevat, behalve calcium, alle belangrijke vitamines en mineralen.
- Slechts één makkelijk te slikken capsule per dag.

## Allergenen informatie

WLS Optimum bevat de allergenen peulvruchten en maïs. Dit supplement is gegarandeerd glutenvrij, lactosevrij en bevat geen resten of sporen van pinda's. Aan dit product zijn geen kleur-, en smaakstoffen toegevoegd.

## Ingrediënten

Mineralen, vitamines, capsule (gelatine), vulmiddel (microkristallijn cellulose), choline, natuurlijke geurstof.

# Bijsluiter: WLS Optimum



## Samenstelling WLS Optimum

Actieve ingrediënten per capsule		% ADH*
<b>Vitamines</b>		
Vitamine A	1 mg	125%
Vitamine B1 (Thiamine)	2 mg	182 %
Vitamine B2 (Riboflavine)	2 mg	143 %
Vitamine B3 (Niacine)	25 mg	156 %
Vitamine B5 (Calcium Panthotenaat)	9 mg	150 %
Vitamine B6 (Pyridoxine)	2 mg	143 %
Vitamine B8 (Biotine)	150 mcg	300 %
Vitamine B11 (Foliumzuur)	300 mcg	150 %
Vitamine B12	10 mcg	400 %
Vitamine C	100 mg	125%
Vitamine D3	7,5 mcg	150%
Vitamine E (Tocoferolsuccinaat)	12 mg	100%
Vitamine K1	90 mcg	120%
<b>Mineralen</b>		
Chroom (Chroompolynicotinaat)	40 mcg	100 %
IJzer (Ferro fumeraat)	21 mg	150 %
Jodium (Kalium jodaat)	150 mcg	100 %
Koper (Koper gluconaat)	1 mg	100 %
Magnesium (Magnesium aminochelaat)	30 mg	8 %
Mangaan (Mangaan citraat)	3 mg	150 %
Molybdeen (Natrium molybdaat)	50 mcg	100 %
Selenium (Selenium methionine)	55 mcg	100 %
Zink (zink citraat)	15 mg	150 %
<b>Overige actieve ingrediënten</b>		
Choline	10 mg	-

\* Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid

## Aanbevolen dosering

Eén capsule per dag. Bij voorkeur bij een maaltijd en met voldoende water innemen. Aanbevolen hoeveelheid niet overschrijden. Een gezonde levensstijl en een gevarieerde, evenwichtige voeding zijn belangrijk. Een voedingssupplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding.

Dit product is niet geschikt voor mensen die geen kans hebben op hoge deficiënties voor vitamines en mineralen. Bij medicijngebruik de bijsluiter goed lezen. In geval van overdosering, raadpleeg uw arts.

# Bijsluiter: WLS Optimum



## **Bewaren**

Beneden 25°C en op een droge plaats bewaren. Na gebruik verpakking goed sluiten. Buiten het bereik van kinderen houden. Ten minste houdbaar tot: zie achterzijde verpakking.

## **Tips om in te nemen**

FitForMe maakt haar supplementen zo klein mogelijk. Desondanks is het voor sommige mensen lastig om de capsule in zijn geheel in te nemen. Als u door de grootte van de capsule moeite heeft met het innemen, probeer dan tijdens het doorslikken uw kin naar uw borst te bewegen in plaats van naar achteren. Lukt dit niet, dan kunt u de capsule openen en de vitamines door bijvoorbeeld yoghurt mengen. Zo kunt u ook als u moeite heeft met het slikken van capsules gebruik maken van dit supplement.

## **Het hele jaar door**

Wanneer u een gewichtsverminderende operatie heeft ondergaan, is het van groot belang dat u dagelijks uw vitamine- en mineralenname kunt aanvullen. Daarom heeft FitForMe haar WLS Optimum zo samengesteld dat u dit product het hele jaar door dagelijks kunt gebruiken.

## **Vraag en antwoord over dit product**

### **Waarom een speciale multivitamine voor mensen die een vermageringsoperatie hebben ondergaan?**

Na een vermageringsoperatie neemt uw lichaam minder voedingsstoffen op. De unieke samenstelling van WLS Optimum en WLS Forte is afgestemd op de behoeften van uw lichaam na een vermageringsoperatie. Zo voorkomt u tekorten en werkt u aan het behoud van een gezond lichaam.

### **Welke supplementen moet ik nog meer gebruiken?**

Niet alle voedingsstoffen passen in voldoende mate in een multivitamine. Daarom wordt geadviseerd naast WLS Optimum ook Calcium Plus te gebruiken. Deze krachtige calciumtabletten bevatten bovendien extra vitamine D voor een goede opname. WLS Optimum en Calcium Plus zijn tevens samen verkrijgbaar als voordeelpakket.

### **Wordt het vergoed?**

Bij iedere bestelling ontvangt u een factuur. Afhankelijk van uw zorgverzekeraar en hoe u verzekerd bent, worden uw supplementen vergoed. Vraag uw specialist een brief waarin wordt aangegeven dat u de supplementen dient te gebruiken en stuur vervolgens een kopie van deze brief en de factuur naar uw zorgverzekeraar.

# Bijsluiter: WLS Optimum



## Meer vragen?

Heeft u vragen of wenst u extra informatie? Kijk dan op [www.fitforme.nl](http://www.fitforme.nl) of neem contact op met de FitForMe klantenservice. Dit kan per telefoon en email.

FitForMe Klantenservice  
Postbus 428  
3000 AK Rotterdam  
klantenservice@fitforme.nl  
010-2235528 (lokaal tarief)

## FitForMe, Vitamines afgestemd op uw behoefte!

FitForMe gelooft dat niemand hetzelfde is. Mensen verschillen van leeftijd, geslacht, voedingspatroon en op nog veel meer kenmerken. FitForMe helpt u gezond en fit te blijven door uw supplement af te stemmen op uw persoonlijke behoefte.

Met de gratis FitForMe voedingstest, gebaseerd op de Richtlijnen Goede Voeding van de Gezondheidsraad, krijgt u inzage in uw dagelijkse vitamine inname. Een eventueel tekort vult u eenvoudig aan met een supplement dat past bij uw persoonlijke behoefte.

Als klant van FitForMe heeft u altijd de mogelijkheid om gratis telefonisch of per email te overleggen met één van onze voedingsdeskundigen.

## Hoge kwaliteit

Om de hoogste kwaliteit van haar producten te garanderen, worden alle producten van FitForMe in Nederland geproduceerd volgens de Good Manufacturing Practice (GMP) en Nederlandse Apothekersnorm (NAN) richtlijnen.

Alle producten van FitForMe worden verpakt in zogenaamde doordrukstrips. Dit biedt de beste bescherming tegen invloeden van licht, vocht en zuurstof. Op deze manier behouden uw producten hun hoge kwaliteit en goede hygiëne tot en met het moment van gebruik.