

# SURGERY PROGRAM



## DESCRIPTION

Like any type of invasive procedure, surgical outcome tends to improve when a patient is in good physical health. Optimizing nutritional status is an important part of this process and is essential for proper wound healing.

VitaMedica's Surgery Program is a comprehensive pre-operative and post-operative nutritional supplement system designed specifically for patients undergoing operative procedures. The Surgery Program provides nutrients to speed wound healing, support the immune system, prevent infection, minimize inflammation and reduce bruising. The Surgery Program includes *Clinical Support for Surgery*, *Bromelain with Quercetin* and homeopathic *Arnica Montana 30X*.

The targeted nutrients in the Surgery Program were selected based on extensive use of the best evidence and research, currently available in the nutritional science literature. In particular, nutrients such as vitamin A and vitamin C have been well-studied in the plastic surgery, wound healing, and nutrition literature.

What is unique about the Surgery Program is that it provides nearly all of the key nutrients that are beneficial for surgery in a single convenient kit. At the same time, it excludes those nutrients such as vitamin E, which should not be taken during the peri-operative period. And, because the VitaMedica Surgery Program was formulated by an anesthesiologist, it is designed to be safe, effective and simple to use.

## INDICATIONS AND USAGE

The Surgery Program is indicated for patients undergoing more extensive surgical procedures such as hip, knee or shoulder surgery; plastic surgery procedures such as rhytidectomy (face lift), rhinoplasty (nose reshaping), breast reconstruction, abdominoplasty and liposuction.

## CONTRAINDICATIONS

Nutritional supplements have a very safe track record. Because these products are natural, they are generally milder, safer and less likely to cause negative reactions or side-effects than prescription medications. However, if a side-effect or adverse reaction occurs, please notify your physician or contact VitaMedica customer service toll free at **888-367-8605**. Certain individuals should seek the advice of their doctor before beginning any nutritional supplement program particularly diabetics and pregnant or lactating women.

CLINICAL SUPPORT FOR SURGERY contains vitamin A. If you are presently taking Accutane® (isotretinoin) for the treatment of acne, please refrain from taking CLINICAL SUPPORT FOR SURGERY until the end of the treatment cycle. This product also contains niacin, which may cause temporary redness of the skin and flushing.

BROMELAIN WITH QUERCETIN is contraindicated in patients with a history of abnormal heart rhythms (arrhythmias); taking blood thinners like Coumadin® (warfarin); or who have allergies to pineapple.

## NOTICE

Do not take if safety seal on bottle is broken. KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN. CLINICAL SUPPORT FOR SURGERY contains soy (hydrolyzed soy protein chelates). This product is not a significant source of soy isoflavones.

## SUPPLEMENTS TO DISCONTINUE

The following nutritional supplements should be discontinued two weeks prior to, and for up to two weeks after surgery: bilberry, cayenne, dong quai, echinacea, feverfew, fish oil caps, garlic, ginger, ginkgo biloba, ginseng, hawthorne, kava kava, licorice root, ma huang (ephedra), melatonin, red clover, St. John's Wort, valerian, vitamin E and yohimbe.

CAUTION: Energy drinks often contain ingredients like guarana, ginseng, ginkgo biloba and other herbs which can be contraindicated around the time of surgery. Prior to surgery, consult with your physician regarding their use.

## DOSAGE AND ADMINISTRATION

While taking the Surgery Program, NO additional vitamin, mineral or herbal supplements should be taken.

### Clinical Support for Surgery

For optimal results, begin taking Clinical Support for Surgery 14 days prior to a scheduled surgery and for two weeks post-operatively. If the two-part supplement is started fewer than 14 days prior to surgery; the supplement should be continued after surgery for a longer period of time (until the product is completely used up).

As a dietary supplement, take 3 tablets of AM Clinical Support for Surgery with breakfast or lunch. Take 3 tablets of PM Clinical Support for Surgery with dinner or before bedtime.

About 10% of people experience the so-called "niacin flush" with high-potency vitamins. This involves a temporary reddening of the skin that lasts 10-15 minutes. It is a normal response and is harmless. Usually it will disappear after 1-2 days of taking the vitamins.

### Bromelain with Quercetin

For optimal results, begin taking Bromelain with Quercetin 3 days prior to surgery and continue for 7 days following surgery (example, if your surgery is on Thursday, start taking Bromelain on Monday). Take 2 capsules 3 times a day. For optimal results, Bromelain with Quercetin should be taken between meals preferably on an empty stomach. For example: upon awakening, late morning and late afternoon.

### Arnica Montana 30X

Begin taking Arnica Montana immediately after your surgery and continue taking until the bruising and swelling has subsided (usually 7-14 days). Take 3 tablets, 3 times a day. Place tablets under the tongue and let dissolve naturally. For optimal results, do not brush your teeth, eat, or drink anything but water, 15 minutes before or 15 minutes after taking Arnica Montana. Do not handle the tablets.

## IMPORTANT

Do not eat or drink anything by mouth (including the Surgery Program) after midnight prior to surgery. Following anesthesia and surgery, it is not uncommon for some patients to experience decreased appetite or gastrointestinal upset. If you develop these symptoms after surgery, delay taking the Surgery Program until your stomach is feeling better and you are able to eat a normal diet.

## MAINTAIN YOUR SURGICAL RESULTS

VitaMedica's Surgery Program is aptly formulated to support healing during the peri-operative period. However, this unique program kit is not intended for long-term use. Instead, VitaMedica's Age Management supplements are designed to provide patients with optimal nutrition to maintain their surgical results. To learn more about VitaMedica's Age Management products, visit our website at [www.vitamedita.com](http://www.vitamedita.com).

# PROGRAMA DE CIRUGÍA



*La Ciencia de la Salud Natural®*

## DESCRIPCIÓN

Al igual que cualquier tipo de procedimiento invasivo, el resultado de una cirugía tiende a mejorar cuando un paciente se encuentra en buen estado de salud. La optimización del estado nutricional es una parte fundamental de este proceso, y resulta esencial para lograr la apropiada curación de las heridas.

El Programa de Cirugía de VitaMedica es un sistema de suplementos nutricionales comprensivos para el período prequirúrgico y posquirúrgico diseñado específicamente para pacientes sujetos a cirugías. El Programa de Cirugía brinda nutrientes para acelerar el proceso de sanación de la herida, para apoyar al sistema inmunológico, prevenir infecciones, minimizar la inflamación y reducir las contusiones. El Programa de Cirugía incluye el *Apoyo Clínico para Cirugía, Bromelina y Quercitina y Árnica Montana 30X* homeopática.

Los nutrientes contenidos en el Programa de Cirugía, han sido seleccionados en base al uso extensivo de la mejor evidencia e investigación actualmente disponible en la literatura científica nutricional. En particular, nutrientes tales como las vitaminas A y C han sido bien estudiadas en la literatura relacionada a la cirugía plástica, curación de heridas y nutrición.

El Programa de Cirugía es único porque le brinda casi todos los nutrientes clave que resultan beneficiosos para un proceso quirúrgico más exitoso, en un solo y conveniente kit. Al mismo tiempo que excluye a aquellos nutrientes —tales como la vitamina E—, que no deben ser ingeridos durante el período perioperatorio. Y, gracias a que el Programa de Cirugía de VitaMedica ha sido formulado por un anestésista, ha sido diseñado para ser seguro, efectivo y simple de utilizar.

## INDICACIONES DE USO

El Programa de Cirugía está indicado para pacientes sujetos a procedimientos quirúrgicos más extensivos, como: cirugías de cadera, rodilla u hombro; cirugías plásticas como ritidectomías (cirugía de rostro para eliminación de arrugas), rinoplastias (cirugías de nariz), reconstrucciones mamarias, abdominoplastias y liposucción.

## CONTRAINDICACIONES

Los suplementos nutricionales tienen un historial de ingesta muy seguro. Debido a que estos productos son naturales, generalmente resultan más suaves, más seguros y menos propensos a causar reacciones negativas o efectos secundarios que los medicamentos prescritos. Sin embargo, si algún efecto secundario o reacción adversa ocurriera, por favor consulte a su médico o contacte al servicio de atención al cliente de VitaMedica, comunicándose gratuitamente al: **888-367-8605**. Ciertos individuos, particularmente personas diabéticas, mujeres embarazadas o en estado de lactancia, deben consultar a su médico antes de comenzar con la ingesta de cualquier programa de suplementos nutricionales.

El APOYO CLÍNICO PARA CIRUGÍA contiene vitamina A. Si usted está actualmente consumiendo Accutane® (isotretinoína) como tratamiento para el acné, por favor evite ingerir el Apoyo Clínico para Cirugías, hasta que culmine el ciclo de tratamiento. Este producto también contiene niacina, pudiendo causar el enrojecimiento de la piel y sofocos.

La BROMELINA (también llamada BROMELAÑA) CON QUERCITINA (también llamado CUARCITÍN) está contraindicada en pacientes con historial de ritmos cardíacos anormales (arritmias); en pacientes ingiriendo anticoagulantes como Coumadin® (warfarina sódica cristalina); o en personas alérgicas a la piña (ananá).

## PRECAUCIÓN

No ingiera el producto si el sello de protección ha sido adulterado. MANTENGA FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. El APOYO CLÍNICO PARA CIRUGÍA contiene soja (quelato hidrolizado proteico de soja). Este producto no constituye una fuente significativa de isoflavones de soja.

## DESCONTINUIDAD DE INGESTA

La ingesta de los siguientes suplementos nutricionales debe ser descontinuada con dos semanas de antelación y por un período de dos semanas posteriores a la intervención quirúrgica: arándano negro, cayena, dong quai, equinácea, matricaria o santamaría, cápsulas de aceite de pescado, ajo, jengibre, ginkgo biloba, ginseng, espino albar o baya, kava kava, raíz de regaliz u orozuz, ma huang (efedra), melatonina, trébol rojo, hierba de San Juan, valeriana, vitamina E y yohimbe.

ADVERTENCIA: Las bebidas energizantes a menudo contienen ingredientes como guaraná, ginseng, ginkgo biloba y otras hierbas que pueden estar contraindicadas durante el período perioperatorio. Antes de la cirugía, consulte a su médico respecto a la ingesta de dichos productos.

## POSOLOGÍA Y ADMINISTRACIÓN

Durante la ingesta del Programa de Cirugía, NINGUNA otra vitamina, mineral o herbal debe ser ingerida.

### Apoyo Clínico para Cirugía

Para obtener resultados óptimos, comience a ingerir el Apoyo Clínico para Cirugía 14 días antes a la intervención quirúrgica programada, y por el término de dos semanas durante el postoperatorio. Si la ingesta del suplemento de dos partes ha comenzado con menos de 14 días de anterioridad a la cirugía, el suplemento debe continuar siendo administrado luego de la cirugía por un período de tiempo más prolongado (hasta finalizar el producto).

Como suplemento dietario, tome 3 tabletas del Apoyo Clínico para Cirugía AM con el desayuno o el almuerzo. Tome 3 tabletas del Apoyo Clínico para Cirugía PM con la cena o antes de acostarse.

Alrededor del 10% de las personas experimentan el tan conocido “sofoco de niacina” a partir de vitaminas de alta potencia. Esto involucra un enrojecimiento temporal de la piel, que dura de 10 a 15 minutos. Esta es una respuesta normal y no perjudicial. Generalmente desaparece luego de 1-2 días de ingerir la vitamina.

Para disminuir las posibilidades de un sofoco de niacina, nosotros recomendamos la ingesta gradual del Apoyo Clínico para Cirugía. Al comenzar con la ingesta del suplemento, simplemente reduzca la dosis a 1 tableta durante 1-2 días, luego 2 tabletas durante 1-2 días y así sucesivamente. Este tipo de administración también le ayudará a prevenir cualquier sensación estomacal incómoda que algunas personas experimentan luego de ingerir vitaminas.

### Bromelina con Quercitina

Para obtener resultados óptimos, comience a ingerir Bromelina con Quercitina 3 días antes de la cirugía, y continúe tomándolas durante los 7 días posteriores a la cirugía (por ejemplo, si su cirugía será el día Jueves, comience a tomar Bromelina el día Lunes). Tome 2 cápsulas, 3 veces por día. Para resultados óptimos, la Bromelina con Quercitina debe ser ingerida entre comidas, preferiblemente con el estómago vacío. Por ejemplo: al levantarse, a última mañana o a la tardecita.

### Árnica Montana 30X

Comience a ingerir Árnica Montana en forma inmediatamente posterior a su cirugía y continúe tomándola hasta que las contusiones e hinchazón hayan subsanado (generalmente entre 7 y 14 días). Tome 3 tabletas, 3 veces por día. Coloque las tabletas debajo de su lengua y deje que se disuelvan naturalmente. Para resultados óptimos, no cepille sus dientes, no coma ni beba otra cosa que no sea agua, durante 15 minutos antes, y 15 minutos después de la ingesta de Árnica Montana. No manipule las tabletas.

## IMPORTANTE

No coma ni beba nada por boca (incluyendo el Programa de Cirugía) luego de la medianoche anterior a la cirugía. No resulta inusual que algunos pacientes experimenten falta de apetito o malestar estomacal luego de la anestesia e intervención quirúrgica. Si usted desarrolla estos síntomas luego de la cirugía, retrase la ingesta del Programa de Cirugía hasta que su estómago se sienta mejor y usted pueda alimentarse mediante una dieta normal.

## MANTENGA LOS RESULTADOS DE SU CIRUGÍA

El Programa de Cirugía es apto y ha sido formulado para asistir al proceso de curación durante el período perioperatorio. Sin embargo, este kit de suplementos únicos, no ha sido creado con la intención de brindar un tratamiento a largo plazo. Con esa finalidad, VitaMedica ha diseñado los Suplementos Gestión de Edad que brindan a los pacientes una nutrición óptima para mantener los resultados de su cirugía. Para mayor información acerca de los productos Gestión de Edad de VitaMedica, visite nuestro sitio web en [www.vitamedita.com](http://www.vitamedita.com).