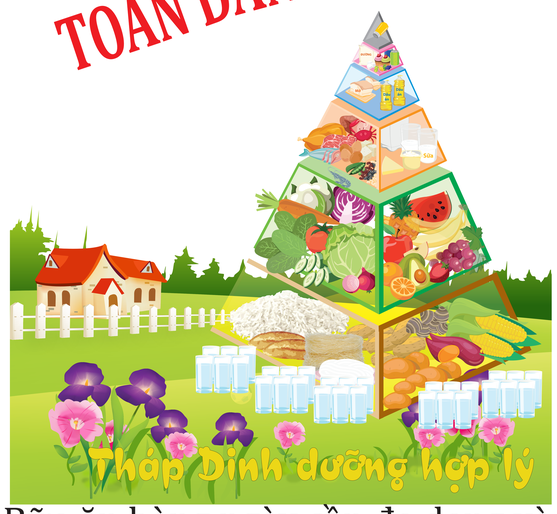
Vi chất dinh dưỡng cần thiết cho tăng trưởng, phát triển trí tuệ và nâng cao chất lượng cuộc sống

Hưởng ứng Ngày Vi chất dinh dưỡng 1 – 2/06/2018

TOÀN DÂN THỰC HIỆN DINH DƯỠNG HỢP LÝ ĐỂ PHÒNG CHỐNG THIẾU VI CHẤT DINH DƯỠNG



Bữa ăn hàng ngày cần đa dạng và phối hợp nhiều loại thực phẩm. Lựa chọn và sử dụng thực phẩm có tăng cường vi chất dinh dưỡng.

Cho trẻ bú sớm, nuôi trẻ hoàn toàn bằng SỮA MẸ trong 6 tháng đầu và cho trẻ bú sữa mẹ đến 24 tháng hoặc lâu hơn.

Cho trẻ trong độ tuổi uống vitaminA liều cao 2 lần/ năm. Bà mẹ sau sinh trong vòng một tháng uống một liều vitaminA.

Sử dụng các thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng cho bữa ăn bổ sung của trẻ. Thêm mỡ hoặc dầu để tăng hấp thu vitaminA, vitaminD.

Trẻ từ 24 đến 60 tháng tuổi uống thuốc tẩy giun 2 lần/ năm.
Thực hiện vệ sinh ăn uống, vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường phòng chống nhiễm giun.

Phụ nữ tuổi sinh đẻ, phụ nữ có thai cần uống viên sắt/axit folic hoặc viên đa vi chất theo hướng dẫn.

Ngày 1-2 tháng 6, hãy đưa trẻ trong độ tuổi đi uống vitaminA tại các điểm uống ở xã, phường