

Begynn med
tilskudd av
D-vitamin når
barnet er 1 uke!

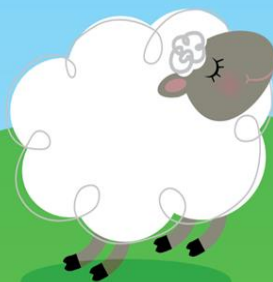


Barn under 1 år
skal ikke ha tran!

Anbefaling om tilskudd av D-vitamin til barn fra 0-12 måneder

Mengde MME i døgnet ¹	Tilskudd av D-vit.dråper	Total mengde D-vit. ²
0-200 ml	5 dråper	10-13 µg
200-400 ml	3 dråper	9-13 µg
400-600 ml	2 dråper	10-14 µg
600 ml →	-	9 µg →

- Målet er at spedbarn 0-12 måneder skal få totalt ca 10 mikrogram (µg) D-vitamin per dag.
- Spedbarn 0-6 måneder bør ikke få mer enn 25 µg per dag over tid.
- Spedbarn 6-12 måneder bør ikke få mer enn 35 µg per dag over tid.
- Om barnet har hatt høyere inntak i en kortere periode, så er det ingen grunn til å engste seg for det.



¹ Mengden morsmelk i tillegg til erstatningen er ikke av betydning.

² Tallene er basert på næringsinnhold i Hipp Combiotik 1-3 (1,5 µg/100ml) og NAN PRO 1 & 2 (1,7 µg/100ml) morsmelkerstatning, samt D-vitaminråper (10 µg/5 dråper). Ved bruk av andre produkter må mengdene tilpasses D-vitamininnholdet.