

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

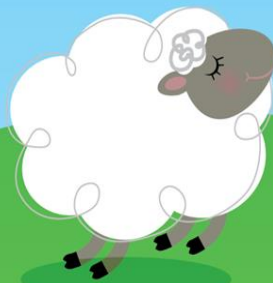


Barn under 1 år
skal ikke ha tran!

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

Mengde MME i døgnet ¹	Tilskudd av D-vit.dråper
0-399 ml	5 dråper
400-699 ml	3 dråper
700 ml →	-

- 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.



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