

Thông điệp truyền thông ngày Vi chất dinh dưỡng từ 1 - 2/6 năm 2013

Vi chất dinh dưỡng rất cần thiết đối với sức khỏe, tầm vóc và trí tuệ con người.

Để Phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng, hãy:

- Sử dụng phối hợp 15 – 20 loại thức ăn từ 4 nhóm thực phẩm trong bữa ăn hàng ngày. Tăng cường sử dụng các loại thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng.
- Cho trẻ bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu. Cho trẻ ăn bổ sung hợp lý, ưu tiên sử dụng các thực phẩm sẵn có tại địa phương.
- Không bắt trẻ ăn kiêng khem khi trẻ bị bệnh.
- Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm trong quá trình lựa chọn, chế biến và bảo quản thức ăn cho trẻ.
- Cho trẻ em trong độ tuổi uống Vitamin A một năm 2 lần. Bà mẹ ngay sau khi sinh con cần được uống một liều vitamin A.
- Tẩy giun 2 lần một năm cho trẻ em từ 24 – 60 tháng tuổi, thực hiện vệ sinh môi trường, vệ sinh ăn uống để phòng chống nhiễm giun.
- Phụ nữ mới kết hôn, bà mẹ trước và trong khi mang thai cần ăn, uống đầy đủ và uống thêm viên sắt/ axit folic hoặc viên đa vi chất theo hướng dẫn.
- Sử dụng muối I-ốt hoặc bột canh I-ốt trong chế biến thức ăn.

Ngày 1 – 2 tháng 6 hãy đưa trẻ em trong độ tuổi đi uống Vitamin A tại các điểm uống ở xã, phường.

VIỆN TRƯỞNG

(Đã ký)

Lê Thị Hợp