

Thông điệp truyền thông Ngày Vi chất dinh dưỡng (1-2/6/2019)

Hưởng ứng Ngày Vi chất dinh dưỡng (Kèm theo công văn số: 225, 226/VDD-PEM, ngày 22/4/2019)

Vi chất dinh dưỡng giúp tăng trưởng, nâng cao tầm vóc, sức khỏe, trí tuệ và chất lượng cuộc sống.

Để phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng:

1. Sử dụng đa dạng, phối hợp nhiều loại thực phẩm cho bữa ăn hàng ngày; khuyến khích lựa chọn thực phẩm có tăng cường vi chất dinh dưỡng.
2. Cho trẻ bú sớm, nuôi trẻ hoàn toàn bằng sữa mẹ trong 6 tháng đầu và tiếp tục cho trẻ bú sữa mẹ đến 24 tháng tuổi hoặc lâu hơn.
3. 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 Vitamin A, Vitamin D.
4. Cho trẻ trong độ tuổi uống Vitamin A liều cao 2 lần/ năm, bà mẹ sau sinh trong vòng một tháng uống một liều Vitamin A.
5. 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.
6. 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 Vitamin A tại các điểm uống ở xã, phường.**

Hà Nội, ngày 06 tháng 05 năm 2019

Viện Trưởng

Lê Danh Tuyên