

Как давать поливитамины беременным женщинам

У беременных женщин повышенная потребность в витаминах и минералах на протяжении всей беременности. Предоставление дополнительного питания в виде ежедневного приема поливитаминов - отличный способ удовлетворить эту повышенную потребность.

- Обеспечение сбалансированным питанием улучшает исход беременности.
- Чем раньше женщина начинает принимать поливитамины, и соблюдает дозировку 1 таблетка в день, тем большее влияние витамины и минералы оказывают на ее здоровье и здоровье будущего ребенка.



Витамины и минералы, которые содержат в себе поливитамины, могут помочь:

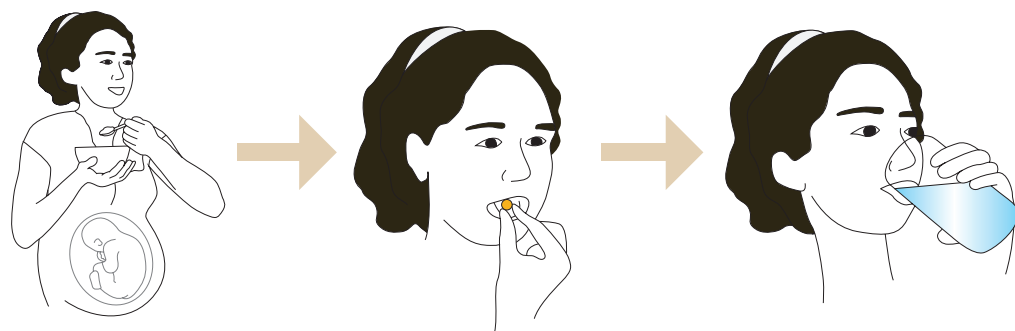
- Повысить вес при рождении, уменьшить количество новорожденных детей с малым гестационным возрастом (АГА), уменьшить количество преждевременных родов и снизить смертность среди новорожденных в возрасте 6 месяцев.
- Уменьшить анемию, ночную слепоту и другие симптомы, вызванные дефицитом витаминов и минералов.
- Укрепить иммунную систему.
- Способствует физическому и когнитивному развитию у новорожденных.

Рекомендации:

- Новорожденные в течении первых шести месяцев жизни должны получать исключительно грудное вскармливание. Затем, через 6 месяцев, начните дополнительное питание.
- Беременные женщины и дети, начиная с 6 месяцев должны придерживаться сбалансированного питания, которое содержит разнообразные цветные фрукты и овощи; продукты животного происхождения, такие как молочные продукты и мясо; орехи, масла и бобовые.

Инструкции по дозировке поливитаминов:

Прием поливитаминовой таблетки



Беременные женщины должны принимать по одной таблетке в день, после еды, целиком, запивая водой.

как часто



Поливитаминовые таблетки должны приниматься каждый день, но только одна таблетка в день.



Упаковка (бутылочка) поливитаминов передается женщине для ежедневного применения на протяжении всей беременности в домашних условиях. Если после беременности остаются поливитамины, то женщина продолжает принимать оставшиеся поливитамины во время лактации/грудного вскармливания

Хранение:

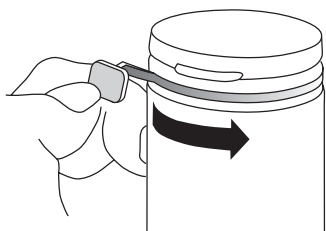
Храните в **прохладном, сухом** месте. Держите упаковку (бутылочку) плотно закрытой.

Как открыть колпачок с «детской защитой»:

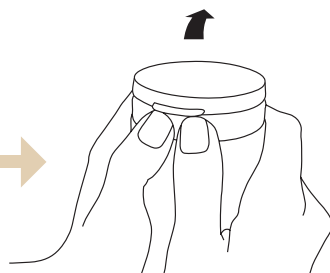
Прежде чем разрешить беременным брать упаковку (бутылочку) с собой домой, убедитесь, что они могут открыть крышку с «детской защитой»

Упаковка (бутылочка):

Содержит: Осушитель.



Для того чтобы открыть: захватите пластиковую полоску и потяните вправо, чтобы полностью ее удалить.

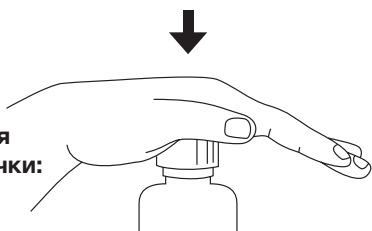


Используйте пальцы чтобы открыть крышку.

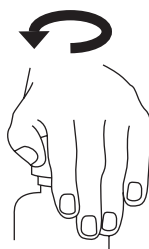


Как закрыть бутылочку: Нажмите на колпачок, чтобы закрыть. Убедитесь, что крышка плотно закрыта.

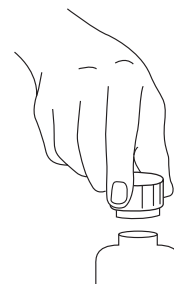
Закручивающийся колпачок бутылочки:



Сильным нажатием руки надавите на колпачок.



Поверните колпачок в направлении, указанном стрелками (против часовой стрелки).



Попробуйте снять колпачок, чтобы убедиться что он закрыт.



НЕ ЕСТЬ: Маленький пакет внутри бутылочки содержит силикагель; хотя он не токсичен и не вреден при проглатывании (как песок), его нельзя есть. Пакет должен оставаться в бутылочке/контейнере, поскольку он помогает поглощать влагу (воду) и поддерживает качество витаминов и минералов. Однако следует соблюдать осторожность, чтобы держать пакет в недоступном для детей месте, поскольку пакет силикагеля может представлять опасность удушья.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Случайная передозировка железосодержащих продуктов является основной причиной смертельного отравления у детей младше 6 лет. **ХРАНИТЕ В НЕДОСТУПНОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЕСТЕ.** В случае случайной передозировки немедленно позвоните врачу токсикологу или в скорую помощь