

DaliVit®

VITAMIN D3

શિશુઓ અને બાળકો માટે સનશાર્ઠન વિટામીન

એક માતા-પિતા તરીકે તમારે D3 વિશે જાણવા જોવી બાબત.

- સરેરાશ શિશુ પોતાના આહારમાંથી પોતાને જરૂરી વિટામીન D ની માત્ર આશરે 27% જે ટલીમાત્રા મેળવે છે, જે કોઈપણ પ્રકારનું વિટામીન પૂરક લેનાર 10 માંથી 1 થી ઓછાં શિશુ દ્વારા લેવાતા વિટામીન પૂરક જેટલું હોય છે.
- વિટામીન D હાડકાં ના વિકાસમાં અને કેલ્શિયમ ચૂસી લેવામાં નિર્ણાયક ભૂમિકા ભજવે છે, જે ના વગર હાડકાં યોગ્ય રીતે વિકસશે નહિ, બરડ બનશે અને ગંભીર કિસ્સાઓમાં હાડકાં પોચા અને વિકૃત બનશે.
- ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ (DoH) ભલામણ કરે છે કે 6 મહિનાથી 5 વર્ષ વરચેની ઉંમરના તમામ બાળકોએ વિટામીન D નું ઓછામાં ઓછું 200iu સહિત રોજીંદું પૂરક મેળવવું જોઈએ.
- ખાદ્ય પદાર્થોમાં કુદરતી રીતે વિટામીન D ની માત્ર સીમિત માત્રા હોય છે. તેથી શિશુને રોજીંદું જરૂરી તમામ વિટામીન D માત્ર આહારથી પૂરું પાડવું બહુ મુશ્કેલભર્યું હોય છે.

- ચક્રત (લિવર), તૈલી માછલી અને ઈંડાની જરૂદી આ વિટામીન D થી ભરપૂર ખોરાકો છે અને દર અઠવાડિયે આહારમાં આનો સમાવેશ કરવો જોઈએ. જોકે આ શિશુઓની પસંદગીનો આહાર હોતો નથી!
- આપણાં શરીર પરની ચામડી સૂર્યપ્રકાશના સંપર્કમાં આવીને વિટામીન ડી ઉત્પન્ન કરે છે, જે તેને 'સનશાર્ઠન વિટામીન' નું નામ અપાવે છે.
- શિશુઓ પોતાની ઉંમરની શરૂઆતના સમયગાળા દરમિયાન વિટામીન D ની ઊંચી પોષક જરૂરિયાત ધરાવતા હોય છે. આ માત્ર આહારથી મેળવવું મુશ્કેલભર્યું હોઈ DaliVit વિટામીન D આહાર પૂરક વિટામીનનું સંતુલન હાંસલ કરવામાં સહાયતા કરી શકે છે.

મગફળી રહિત

વધુ માહિતી અહીં ઉપલબ્ધ છે...

www.dalivit.co.uk



દવાની દુકાને ઉપલબ્ધ



DaliVit® Drops

શિશુઓ અને ભૂલકાઓ માટે દિવસમાં એક વાર
લેવાનું મલ્ટી-વિટામીન-સ (બહુ વિધવિટામીનો)

એક માતા-પિતા તરીકે તમારે મલ્ટી-વિટામીન-સ વિશે જાણવા જોવી બાબત.

- વિટામીનો સારા આરોગ્ય માટે અનિવાર્ય હોય છે અને બાળકોમાં વિટામીનો સામાન્ય વૃદ્ધિ અને વિકાસ માટે ખાસ કરીને મહત્વના હોય છે.
- જરૂરી વિટામીનો આરોગ્યપ્રદ સંતુલિત અને વિભિન્ન આહાર મારફતે પૂરા પાડવામાં આવશે, જોકે જો લાંબા સમય સુધી કોઈ અનિવાર્ય વિટામીનો ગેરેહાજર હોય, તો નબળી વૃદ્ધિ કે ચોક્કસ ઉણપના રોગો થઈ શકે.
- મગફળીની એલર્જી હોવાની બાબત બહુ વધારે જોવા મળી રહી છે, તાજે તરના અભ્યાસો બતાવે છે કે મગફળીની એલર્જી થવાનો દર પાંચ વર્ષના ગાળામાં અહીં યુરોપ અને યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ, બંનેમાં બમણો થયો છે. મગફળીની એલર્જી 50 માંથી 1 જુ વાનશિશુનો અસર કરે તેવો અંદાજ રાખવામાં આવી રહ્યો છે.

- કટુંબમાં અન્ય સભ્યો કોઈ એલર્જીથી પીડાતા હોય ત્યાંના બાળકોમાં ખોરાકની એલર્જી હોવી એ સૌથી સામાન્ય બાબત છે. ખરજવાથી પીડાતા શિશુઓને ખાસ કરીને ખોરાકની એલર્જી કોઈ સ્વરૂપે થવાનું જોખમ રહેતું હોય છે.
- વિટામીનની ઉણપ ટાળવાના હેતુસર DaliVit મલ્ટી-વિટામીન ટીપાઓમાં સાત અનિવાર્ય વિટામીનો સામેલ હોય છે. રોજંટી માત્ર એક માત્રા (ડોઝ) દરેકે શિશુના બાળપણમાં સામાન્ય આરોગ્ય અને વૃદ્ધિ માટે ભલામણ કરેલી માત્રાઓ છે.

મગફળી રહિત



વધુ માહિતી અહીં ઉપલબ્ધ છે...

www.dalivit.co.uk



દવાની દુકાને ઉપલબ્ધ