



RĪGAS DOMES
LABKLĀJĪBAS
DEPARTAMENTS



Bērnu klīniskā
universitātes
slimnīca

VINNIJA PŪKA SKOLA



“UZTURA BAGĀTINĀTĀJU UN VITAMĪNU LIETOŠANA BĒRNIEM”

12. martā plkst. 10:00-15:00

VSIA “Bērnu klīniskā universitātes slimnīca”

Vienības gatvē 45, Rīgā

Pieteikšanās - pa tālruni 27597546 vai e-pastā: vinnijapukaskola@gmail.com.

Dalība – bez maksas.

Vadīs: klīniskā farmaceite I. Sviestiņa, bērnu gastroenteroloģe dr. I.Kaže, bērnu endokrinoloģe doc. I.Dzīvīte – Krišāne un bērnu gastroenteroloģe dr. I.Pučīte

**UZTURA BAGĀTINĀTĀJI BĒRNIEM FARMACEITA SKATĪJUMĀ – CIK
DROŠI UN PIEEJAMI?**

VITAMĪNU UN MINERĀLVIELU LOMA BĒRNU VECUMĀ

Ca un D VITAMĪNU VIELMAIŅA BĒRNIEM

PROBIOTIKAS BĒRNIEM

Vecāki semināru aicināti apmeklēt kopā ar bērniem! Būs arī atpūtas pauze.

Vitamīniem un minerālvielām līdz ar vielmaiņas procesiem organismā katram savs uzdevums. Tā kā vitamīni organismā neveidojas nemaz vai nepietiekami, tos mums jāuzņem ar uzturu. Kādēļ vecāki savu bērnu maltītes vēlas papildināt ar vitamīniem vai uztura bagātinātājiem? Uzskats, ka bērna ikdienas uzturs nespēj nodrošināt visu nepieciešamo vitamīnu devu, pastiprināta fiziskā vai garīgā slodze, vēlme uzlabot ārstēšanas procesu vai tieši pretēji – pasargāt no iespējamās saslimšanas un uzlabot imunitāti, ir tikai daži no iespējamiem variantiem. Tomēr nepareizas devas, to pārdozēšana vai iespējamās blakusparādības ir riska faktors īpaši cilvēkiem ar hroniskām saslimšanām, bet ikviena bērna vecākam pirms izvēles par labu uztura bagātinātājiem vai probiotikām jākonsultējas ar speciālistu – kuri no tiem bērnam būtu piemērotāki un – vai vispār bērnam ir nepieciešami?

Jums būs iespēja uzzināt visu sev interesējošu un objektīvu informāciju par šīm uztura piedevām, vitamīniem un to lomu bērna veselības veicināšanā vai atveseļošanās procesā, kā arī varēs kalpot par „ceļvedi” uztura bagātinātāju un vitamīnu lielajā piedāvājumā klāstā.

www.veseligrizinieks.lv