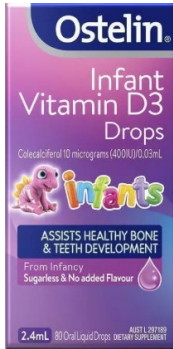


مكملات فيتامين د للأطفال

تتوفر بعض منتجات فيتامين د في الصيدليات

المنتج	القوة والجرعة
قطرات Ostelin® فيتامين د3 للرضع 	القوة: قطرة واحدة = 400 وحدة دولية الجرعة: قطرة واحدة يوميًا = 400 وحدة دولية
قطرات OsteVit-D® فيتامين د3 للأطفال 	القوة: قطرة واحدة = 200 وحدة دولية الجرعة: قطرتان يوميًا = 400 وحدة دولية
Ostelin® للأطفال، فيتامين د3 سائل 	القوة: 0.5 مل = 200 وحدة دولية الجرعة: 1 مل يوميًا = 400 وحدة دولية

لماذا يحتاج طفلك إلى فيتامين د؟

يُعدّ فيتامين د ضروريًا لما يلي:

- امتصاص الكالسيوم لعظام وأسنان صحية
- تقليل خطر هشاشة العظام
- تحسين قوة العضلات
- النمو وتقوية جهاز المناعة.

خلال فترة الحمل، يحصل طفلك على فيتامين د منك. بعد الولادة، تقلّ مستويات فيتامين د لدى طفلك، وقد تصبح منخفضة.

في المستشفى الملكي للنساء، نوصي بإعطاء جميع الأطفال مكملات فيتامين د للوقاية من نقص فيتامين د لديهم.

ما هي الجرعة المناسبة لطفلك؟

نوصي الإرشادات بإعطاء طفلك 400 وحدة دولية من فيتامين د3 مرة واحدة يوميًا.

على سبيل المثال، إذا كنت تستخدمين قطرات فيتامين د3 بتركيز 400 وحدة دولية في كل قطرة، فيجب إعطاء طفلك قطرة واحدة يوميًا.

ما هي مدة حاجة طفلك إليه؟

ننصح بإعطاء طفلك مكملات فيتامين د من الولادة وحتى بلوغه 12 شهرًا، أو حسب توصية الطبيب.

أين يمكن شراء فيتامين د؟

يمكنك شراء مكملات فيتامين د المناسبة لطفلك من أي صيدلية، ولا تحتاجين إلى وصفة طبية.

تتوفر خيارات عديدة بتركيزات وجرعات مختلفة. استشير الصيدلي لمعرفة الأنسب لطفلك.

كيف تُعطينها لطفلك؟

ضعي الجرعة المطلوبة مباشرةً على حلمة الثدي أو على إصبع نظيف مغسول أو على لهاية نظيفة، ودعي طفلك يمصّها لمدة 30 ثانية. إذا كنتِ تُفضلين، يمكنكِ وضع الجرعة المطلوبة على ملعقة نظيفة وإعطائها لطفلك بهذه الطريقة.

يرجى استشارة الصيدلي إذا كنتِ بحاجة إلى مساعدة في إعطاء طفلك الجرعة المناسبة من مُكمل فيتامين د.

للمزيد من المعلومات

إذا كانت لديك أي أسئلة أو استفسارات، يرجى الاتصال بخدمة معلومات الأدوية في المستشفى الملكي للنساء أو مراجعة الصيدلي المحلي.

خدمة معلومات الأدوية

مستشفى الملكي للنساء (The Royal Women's Hospital)
ساعات العمل: من 9 صباحًا إلى 4 عصرًا (من الاثنين إلى الجمعة)
الهاتف: 8345 3190 (03)
البريد الإلكتروني: drug.information@thewomens.org.au

الحمل والولادة والطفل

فيتامين د للأطفال

<https://www.pregnancybirthbaby.org.au/vitamin-d-for-babies>

هل تحتاجين إلى مترجم شفهي؟

يمكنكِ طلب مترجم شفهي إذا كنتِ بحاجة إلى ذلك.



دعم ضحايا العنف الأسري

خط مساعدة Respect 1800 الوطني

يمكنكِ الحصول على المساعدة إذا تعرضت للاعتداء الجنسي والعنف المنزلي أو الأسري والإساءة.

يمكنكِ الاتصال في أي وقت سواء كان ذلك في النهار أو الليل.

1800 737 732

1800respect.org.au