

Forældrevejledning

Vitamin og jerntilskud til børn indlagt på neonatal afdeling 08-3:

Anbefalinger af vitamintilskud til spædbarnets kost:

Barnets første leveår er en periode, hvor behovet for energi og næringsstoffer er stort, og hvor barnet adskiller sig væsentlig fra større børn og voksnes behov. Spædbarnets energibehov er 3-4 gange større pr. kg end den voksne, og barnet skal det første år tredoble vægten og øge længden med ca. 25 cm.

Børn født for tidligt (prætermt), har behov for jerntilskud, fordi de har mindre depot af jern ved fødslen og større væksthastighed.

Børn født til tiden (maturt) med en fødselsvægt under 2500 gram har behov for jerntilskud frem til 6 måneders alderen. Disse børn starter sædvanligvis jerntilskud 6 uger efter fødslen.

Børn født præmatur eller lavvægtige mature børn med fødselsvægt < 1500 gram starter jerntilskud 2-4 uger efter fødslen indtil 12 måneders alderen. Ved fødselsvægt > 1500 gram startes jerntilskud 6 uger efter fødslen til 6 måneders alderen.

D-vitaminbehovet dækkes ikke i kosten de første 4 leveår, dette gives derfor som tilskud. D-vitamin anbefales fra 2 uger til 4 år. Spædbørn som indtager 800 ml MME eller mere, dagligt skal ikke have D-vitamin.



Anbefaling til vitamin- og jerntilskud efter udskrivelse til hjemmet:

BØRN FØDT TIL TIDEN - Mature (Født efter 37 uger graviditet)	BØRN FØDT FOR TIDLIGT - Præmature (Født mindre end 37 uger graviditet)
<p>D-vitamin - fra 2 uger til 4 år</p> <p>10 mikrogram (400 IE) 5 dråber D-vitamin dagligt</p> <p>*Spædbørn, som indtager 800 ml eller mere dagligt af modermælkserstatning med 1,3 mikrogram vitamin D pr. 100 ml eller mere, skal ikke have D-vitamintilskud.</p> <p>Hvis barnet i takt med, at det spiser mere mad, senere drikker mindre end 800 ml modermælkserstatning dagligt, skal D-vitamintilskuddet genintroduceres.</p>	<p>D-vitamin – efter udskrivelse til 4 år</p> <p>10 mikrogram (400 IE) 5 dråber D-vitamin dagligt</p> <p>*Spædbørn, som indtager 800 ml eller mere dagligt af modermælkserstatning med 1,3 mikrogram vitamin D pr. 100 ml eller mere, skal ikke have D-vitamintilskud.</p> <p>Hvis barnet i takt med, at det spiser mere mad, senere drikker mindre end 800 ml modermælkserstatning dagligt, skal D-vitamintilskuddet genintroduceres.</p>
<p>Jerntilskud - fra 6 uger.</p> <p>Børn mindre end 2500 gram ca. 8 mg dagligt til 6 måneder</p>	<p>Jerntilskud efter udskrivelse</p> <p>FV mindre end 1500 gram: Ca. 8 mg jern dagligt til 12 måneder</p> <p>FV større end 1500 gram: Ca. 8 mg jern dagligt fra 6 uger til 6 måneder</p> <p>Børn som får mere end halvdelen af deres ernæring som modermælkserstatning, skal have 1/2 dosis jern, dvs. ca. 4 mg hver dag eller 8 mg hver anden dag</p>

Kilde:

D4 dokument nr. 180147 ”vitaminer og jerntilskud – børn”

SST - dato 21/12 2020 sagsnr 03-0102-6 ”Sundhedsstyrelsens vejledning til sundhedspersonale vedr. vitaminer og jerntilskud til børn”.