Māmiņām dāvinās informatīvu materiālu par joda nozīmi uzturā

10.maijā, Mātes dienā, Rīgas Dzemdību namā topošajām un jaunajām māmiņām sāks dalīt informatīvu materiālu par joda nozīmi uzturā „Tavs draugs jods", kura autore ir Rīgas Stradiņa universitātes docētāja diētas ārste Lolita Vija Neimane.

Rīgas Dzemdību nama galvenā ārste, prof. Dace Rezeberga norāda, ka beidzamo piecu gadu laikā ir veikti vairāki pētījumi par joda nodrošinājumu grūtniecēm Latvijā, un šie pētījumi apstiprina, ka joda trūkst. Prof. D.Rezeberga: "Jods ir svarīgs jau no pirmajām dienām, un tā nepietiekamība traucē attīstīties cilvēka intelektam līdz tā ģenētiski noteiktajam līmenim. Ir svarīgi sniegt risinājumu, kā šo trūkumu var viegli novērst. Jaunais informatīvais materiāls paskaidro vienkāršas, ikdienišķas lietas, kā arī sniedz interesantus ieteikumus ēdienkartei ar jodu bagātiem produktiem, kas palīdzēs nodrošināt daļu no nepieciešamā joda daudzuma. Paldies autorei un projekta atbalstītājiem par šo vērtīgo devumu Latvijas bērnu nākotnei!"

Jaunajā izdevumā ir iekļautas ar jodu bagātīgas ēdienkartes septiņām dienām mātei un bērnam; ēdienkartes sastādītas, izmantojot Latvijā plaši pieejamas un veselīgas produktu grupas.

500 izdevuma eksemplārus Dzemdību namam kā dāvinājumu nodevis izdevējs „Mēness aptieka".

ŠEIT49.36 KB apskatāmas dažas no izdevumā iekļautajām receptēm