

Дефицит витаминов как фактор риска возникновения наиболее распространенных алиментарно-зависимых заболеваний

25 апреля состоялась встреча преподавателей клинических дисциплин с Ивановой И.Е. доктором медицинских наук, профессором, заведующей кафедрой педиатрии ГАУ ДПО «Институт усовершенствования врачей Чувашии». Ирина Евгеньевна ответила на вопросы преподавателей: Нужны ли витаминно-минеральные комплексы ребенку? Как правильно выбирать витамины?

Нет родителей, которые бы сомневались в том, нужны ли ребенку витамины. А вот вопрос «какие» вызывает споры. Даже самые продвинутые мамы и папы порой считают, что если ребенок получает достаточно свежих фруктов и овощей, то аптечные витамины ему ни к чему. И на первый взгляд, казалось бы, они правы. Тем более что европейские и американские диетологи настойчиво твердят: достаточно ежедневно съедать 5 порций свежих овощей и фруктов (одно большое яблоко или одно овощное блюдо) и все будет в порядке. Так ли это на самом деле выясняли преподаватели вместе с Ивановой И.Е.

Преподаватели Малова О.М., Савоськина И.М.



