NATIONAL AGENCY FOR EUROPEAN EDUCATIONAL PROGRAMMES AND MOBILITY

SynergyEd

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Специфичности исхране деце са Дауновим синдромом

Проблеми са варењем (опстипација):

Потрудите се да Ваше дете уноси довољно течности.

Подстакните Ваше дете да уноси храну богату у влакнима.

Већи ризик за гојазност

Пратитите колико зашећерених напитака пије Ваше дете.

Смањите количину хране коју ваше дете конзумира уз савет лекара.

Потрудите се да Ваше дете има свакодневну лагану физичку активност.

Ако Ваше дете има медицински потврђену алергију на глутен избаците пшеницу, јечам, раж, у почетку и овас из исхране вашег детета.

Ваше дете је подложније интолеранцији на лактозу (млечни шећер). Пратите да ли дете има стомачне тегобе након уноса млечних производа.

Подстичите Ваше дете да уноси храну богату у хранљивим састојцима (воће, поврће и немасно месо) користећи цртеже и слике намирница.

MAAP

LUX VERA

www.imi.bg.ac.rs