**Thông điệp truyền thông Ngày Vi chất dinh dưỡng (1 - 2/6/2021)**

***Vi chất dinh dưỡng rất cần thiết cho quá trình phát triển, tăng trưởng về thể lực, tầm vóc và trí tuệ, góp phần quan trọng để nâng cao sức khỏe và sức đề kháng cho cơ thể!***

**Để phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng, toàn dân hãy thực hiện:**

1. Sử dụng đa dạng, phối hợp nhiều loại thực phẩm cho bữa ăn hàng ngày; Khuyến khích lựa chọn và sử dụng thực phẩm có tăng cường vi chất dinh dưỡng.
2. Cho trẻ bú sớm, nuôi trẻ hoàn toàn bằng sữa mẹ trong 6 tháng đầu và tiếp tục cho trẻ bú sữa mẹ cùng với ăn bổ sung hợp lý đến 24 tháng tuổi hoặc lâu hơn.
3. Sử dụng các thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng cho bữa ăn bổ sung của trẻ; thêm mỡ hoặc dầu ăn để tăng hấp thu vitamin A, vitamin D.
4. Cho trẻ trong độ tuổi uống vitamin A liều cao 2 lần/ năm, bà mẹ sau sinh trong vòng một tháng uống một liều vitamin A.
5. Trẻ từ 24 đến 60 tháng tuổi uống thuốc tẩy giun 2 lần/ năm. Thực hiện vệ sinh ăn uống, vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường phòng chống nhiễm giun.
6. Phụ nữ tuổi sinh đẻ, phụ nữ có thai cần uống viên sắt/ axit folic hoặc viên đa vi chất theo hướng dẫn.

**Ngày 1-2 tháng 6, hãy cho trẻ trong độ tuổi**

**uống vitamin A theo hướng dẫn của trạm y tế xã/ phường.**

**VIỆN TRƯỞNG**

(Đã ký)

**Lê Danh Tuyên**