

奶量不够补什么钙比较好_宝宝每天奶量不多，需要补钙粉呢？-股识吧

一、宝宝7个月有点缺钙，要补什么钙比较好呢？而且还能好吃点呢？

你好，如果宝宝缺钙不是很严重，建议食补效果比较好，平时多给宝宝吃一些含钙高的食物如，牛奶、奶酪、鸡蛋、豆制品、海带、紫菜、虾皮、芝麻、山楂、海鱼、蔬菜等。

特别是牛奶，每天喝牛奶500克，便能供给600毫克的钙；

再加上膳食中其他食物供给的300毫克左右的钙，便能完全满足人体对钙的需要。

另外，要给宝宝吃鱼肝油或晒太阳促进钙的吸收，鱼肝油可选择伊可新的吸收效果比较好。

二、牛奶既然那么危险，那缺钙用什么来补呢？

大骨头，吃里面的骨髓，还有就是钙片了。

三、怎样给婴儿补钙，补什么钙好？

补钙关键在吸收和利用。

宝宝选钙，应从多方面考虑：首先是选择药品，缺钙是疾病，治病要用药，如果预防，可以食补，治疗还是应选择药物。

第二，补钙同时要加维生素D促进钙的吸收。

第三、小宝宝建议服用有机钙如葡萄糖酸钙和乳酸钙，比碳酸钙更易吸收。

第四、安全，建议选用知名企业的知名品种，特别是经过时间验证的。

综上所述，建议选用龙牡壮骨颗粒，含有机钙源葡萄糖酸钙和乳酸钙和维生素D，还有中药能调理脾胃、促进宝宝食欲消化、治疗发育迟缓。

而且销售20多年，作为国家基本药物，非处方药，中药保护品种，中国药典2000版和2005版（最新版）收录品种，值得信赖！每袋龙牡壮骨颗粒中含有钙元素100mg和维生素D120个国际单位，按说明书的用量已经可以满足儿童日常需求量，无需

再加其他钙剂和维生素D类药物或鱼肝油。

另外，平时可以多吃些含钙量高的食物，如骨、虾皮、骨头汤、鲜鱼、活虾、海带、蛋黄、紫菜、牛奶和豆制品等。

以及多晒太阳。

四、宝宝应该补什么样的钙比较好？

不要给宝宝乱开方子哦。

。必竟他还很小呢。

。

。

你可以带他去妇婴医院，做一个微量元素的检查，结果出来后，医生自然会对症下药。

。

如果缺的少的，就可以食补拉。

。

宝宝是要吃鱼肝油的，现在秋天了，抱宝宝出去晒太阳的机会少了，要隔天吃一粒鱼肝油，里面含有维生素D有助于钙的吸收，预防佝偻病，维生素A有助于宝宝的视力发育，这些都是从母乳里得不到的。

我家宝贝七个月了，一直都在隔天吃鱼肝油。

。

我家宝宝五个月的时候做的微量元素，少量缺铁，医生说买伊威的肝粉就可以了。少量缺锌，开了药。

不缺钙，钙补多了也不好的，妈妈可以每天吃粒钙尔奇D。

。

五、宝宝每天奶量不多，需要补钙粉呢？

都这样的了，她哭你就要给她吃，现在胖点有什么关系，补钙我看还是早点了吧！

六、婴儿补什么钙好

面对层出不穷的补钙广告，许多妈妈都心存疑问，该给孩子补钙补到几岁。

根据现行的儿童保健常规，服用钙制剂补钙补到孩子两岁时就可以了。

两岁以后最好通过食物来满足孩子生长发育所需要的钙质，才是正确的补钙方法。

需不需要给婴幼儿补钙，不同的国家和地区的医生有不同的要求。

由于我国北方地区阳光照射强度较弱，营养结构不够全面，所以医生一般建议在两岁之前给孩子补充一定量的钙质。

两岁大的宝宝已经开始吃各种各样的食物，可以从中吸收各种营养，其中也包括钙。

。

牛奶是钙的最好来源，每100毫升牛奶中通常含有110到130毫克的钙，每日喝500毫升的牛奶就可以满足孩子对钙的需求。

如果孩子不喜欢喝牛奶，喝一定量的酸奶、豆浆，吃豆制品可以起到一些辅助的作用。

有的家长误解了钙的作用，以为单纯补钙就能给孩子补出一个健壮的身体，把钙片作为“补药”或“零食”长期给孩子吃是错误的。

营养学家指出，只要坚持平衡膳食的原则，如每天吃1—2杯牛奶，再加上蔬菜、水果和豆制品中的钙已经足够满足人体所需，这就不必另外再补充钙片。

如果盲目给孩子吃钙片，反而可能造成体内钙含量过高。

根据国外的研究表明，儿童长期吃钙过多会使血压偏低，增加日后患心脏病的危险。

。

眼内房水中的钙浓度过高，可能沉淀为晶体蛋白聚合，引起白内障；

尿液中钙度过高，在膀胱中容易形成结石，给尿路埋下隐患。

如果同时摄取较多维生素D，肝、肾等重要生命器官都会像骨骼一样“钙化”，后果非常严重。

另外，体内钙水平升高，可能抑制肠道对锌、铁、铜等元素的吸收，孩子易患微量元素缺乏症。

因此，您家里的孩子是否需要补钙，到底要补多少，还是要请儿科医生指导，决不可滥补。

七、婴儿因该在出生后几个月开始补钙？在母乳不足的情况下。

。。 什么牌子的比较好？

不要给宝宝乱开方子哦。

。

毕竟他还很小呢。

。

。你可以带他去妇婴医院，做一个微量元素的检查，结果出来后，医生自然会对症下药。

。如果缺的少的，就可以食补拉。

。宝宝是要吃鱼肝油的，现在秋天了，抱宝宝出去晒太阳的机会少了，要隔天吃一粒鱼肝油，里面含有维生素D有助于钙的吸收，预防佝偻病，维生素A有助于宝宝的视力发育，这些都是从母乳里得不到的。

我家宝贝七个月了，一直都在隔天吃鱼肝油。

。我家宝宝五个月的时候做的微量元素，少量缺铁，医生说买伊威的肝粉就可以了。少量缺锌，开了药。

不缺钙，钙补多了也不好的，妈妈可以每天吃粒钙尔奇D。

。

八、给宝宝补哪种钙最有效果

骨头汤补钙好这是传说，实际并不理想。

另外，宝宝刚出生，还消化不了油腻，给宝宝喝骨头汤容易拉肚子的。

推荐还是用迪巧小儿碳酸钙D3颗粒吧。

这个牌子很好的，宝宝补钙首选。

产品易冲调，一勺水就可以调开，不占宝宝肚子。

此外，巧小儿碳酸钙D3颗粒含钙高，淡奶味，易吸收，很安全，美国FDA认证。

九、宝宝应该补什么样的钙比较好？

宝宝从满月开始就要补钙，建议一直补到2、3岁。

补钙还有一个吸收的问题，补得再多，不吸收也是白搭。

同时补充AD（鱼肝油）能帮助钙的吸收，预防佝偻病，多晒太阳也会帮助钙的吸收，一定要到户外，不能隔着玻璃，因紫外线是不能穿透玻璃的。

另外，婴儿胃肠道系统的不完善，也会影响吸收。

建议补钙的同时补充一些肠道有益菌，如妈咪爱、合生元等（放心，有益菌不是药

，是多多益善的），胃肠道系统的不完善也是诱发小儿湿疹的根源，所以说小儿的大多数病，改善胃肠道是关键。

钙吃的最普遍的是“金箍棒L-乳酸钙冲剂”和“爱儿钙冲剂”。

鱼肝油吃“贝特令”或“伊可辛”都可以。

我推荐“伊可辛”，有一种花生油的香味，宝宝比较爱吃，而“贝特令”则比较腥。

鱼肝油每天最多一粒，多吃会中毒。

另外还有一种选择，“健胜海洋钙”分0~1岁与1岁以上的，要注意的是此种钙粉里已经含有了鱼肝油的成分，故不必再另外添加鱼肝油了，鱼肝油不可以多吃，要中毒的。

它非常易溶于水，极易被吸收，二来也省去了鱼肝油的费用，比较经济。

补充VD的误区——不要滥服鱼肝油！

有的妈妈觉得鱼肝油是维生素D，多吃几滴只有好处没有坏处。

殊不知维生素A或D过量会造成中毒。

孩子维生素A、D急性中毒，可引起颅内压增高，头痛、恶心、呕吐、烦躁、精神不振、前凶隆起，常被误认为是患了脑膜炎。

慢性中毒表现为食欲不好、发烧、腹泻、口角糜烂、头发脱落、皮肤瘙痒、贫血、多尿等。

如发现以上症状，要停服鱼肝油，少晒太阳，立即到医院急诊。

这位家长，如果你确认宝宝每天都能晒足够的太阳，主要是屁股、小手小脚，同时又担心多补了鱼肝油会中毒的话，可以隔天吃一粒鱼肝油。

其实主要看宝宝肠胃吸收好不好（若宝宝爱长湿疹也表示肠胃功能不好），我的宝宝就是吸收不好，我每天都给他吃钙加鱼肝油，并且好天都带他出去晒很久太阳的。

注意，钙剂不宜与奶混合吃。

因为钙粉与奶混合后，奶会结成小块，影响吸收。

钙与鱼肝油宜在喂完奶，半小时以后吃。

参考文档

[下载：奶量不够补什么钙比较好.pdf](#)

[《2021年铝股票龙头股是什么》](#)

[《什么条件下买入股票上涨概率大》](#)

[《黑马股和妖股有什么特征》](#)

[《股票除权除息日会提前通知吗》](#)

[下载：奶量不够补什么钙比较好.doc](#)

[更多关于《奶量不够补什么钙比较好》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/author/52299248.html>