



D-VITAMIINILISÄ

lapsille sekä raskaana oleville ja imettäville naisille

IKÄ/KOHDERYHMÄ

Mikrogrammaa (µg)/vrk*

2 viikkoa – 12 kuukautta

Täysimetetty lapsi 10

Lapsi, joka saa vähemmän kuin 500 ml/vrk
äidinmaidonkorviketta/vieroitusvalmistetta** 10

Lapsi, joka saa päivittäin 500–800 ml
äidinmaidonkorviketta/vieroitusvalmistetta** 6

Lapsi, joka saa päivittäin enemmän kuin 800 ml
äidinmaidonkorviketta/vieroitusvalmistetta** 2

Yksivuotiaat 10

2–17-vuotiaat 7,5

Raskaana olevat ja imettävät naiset 10

*D-vitamiinilisä valmistena ympäri vuoden

**Äidinmaidonkorvikkeen/vieroitusvalmisteen määrään lasketaan mukaan lapsen päivittäin nauttimat D-vitamiinoidut lastenvellit ja -puurot.

thl.fi/d-vitamiinisuositus-vauvalle

