

# Csecsemőtáplálási tanácsok



## Az anyatej a legjobb a babának és az anyának is

- ha nincs anyatej, a tápszer biztonságos megoldás
- a megfelelő tápszer kiválasztásához kérjen segítséget orvostól, védőnőtől



## Cumi: csak mértékkel

- megnyugtatja a babát
- nem tesz jót a fogaknak, nehezíti a szoptatást



## Adjunk gyümölcsöt és zöldséget a cukor helyett:

- kerülje az édességek, cukros ételek és italok adását
- ezek ártanak a fogaknak, elhízáshoz vezetnek
- helyettük adjon gyümölcsöt, zöldséget



## Segítséget kérni természetes dolog:

Szülőnek lenni nem könnyű.

Bátran merjen segítséget kérni védőnőtől, orvostól, szakembertől.



## Nincs egyedül! A baba egészsége közös ügyünk.

Segítségért, tanácsért forduljon bizalommal a Máltai Egészségpont munkatársaihoz!

