



כ"ה בכסלו, התשע"ג
9 דצמבר 2012

61063212
(בתשובה נא ציין מספרנו)
מס' תיק - חוזרים

לכבוד
רשימת תפוצה חוזר ראש שירותי בריאות הציבור

הנדון: ההבדלים העיקריים בין המהדורות של המדריך להזנת התינוק

מצורף בואת "המדריך לאנשי מקצוע להזנת התינוק והפעוט", המעודכן לשנת 2012. המדריך כולל הנחיות לגבי תינוקות ופגים בשנת החיים הראשונה והשנייה. מצורפת להלן גם טבלה המדגישה את עיקרי ההבדלים בין המהדורות.

נושאים	2009	2012
טעימות מזון / התחלת מזון משלים עיתוי	יש לתת טעימות מזון בכמות קטנה, אך לא לפני גיל 17 שבועות ולא אחרי גיל 26 שבועות	לאחר גיל 6 חודשים, הזנה בלעדית בחלב אם או תמ"ל אינה מספקת את כל צרכי התינוק. הכנסה מדורגת של מזונות מוצקים, תוך המשך ההנקה או ההזנה בתמ"ל, תתקיים כאשר התינוק מראה מוכנות, אך לא לפני גיל 4 חודשים. כאשר נעשית חשיפה לפני גיל 6 חודשים החשיפה תעשה בכמויות מזעריות. לאחר גיל 6 חודשים כמויות המזון תגדלנה בהדרגה, עד להגעה לכמות המתאימה לארוחה.



**משרד
הבריאות**
לחיים בריאים יותר

ראש שרותי בריאות הציבור

Director of Public Health Services

<p>מוצרי חלב - מהווים מקור דל לברזל. מאידך, מוצרי חלב לא ממותקים הם חלק מהתזונה המגוונת המומלצת לתינוקות. לכן, לאחר החשיפה למוצרי חלב (לא ממותקים), חשוב להקפיד שמוצרי החלב לא יהוו מרכיב מרכזי בתזונת התינוק. בשל השכיחות הגבוהה של אנמיה בישראל, חשוב תחילה להרגיל תינוקות לאכילת מקורות עשירים בברזל (כגון: בשר, עוף, הודו) ובוויטמין C: כגון פירות וירקות.</p>	<p>אין לתת מוצרי חלב לפני גיל 9 חודשים</p>	<p>עיתוי הוספת מוצרי חלב</p>
<p>3 שלבים בטבלה (ללא שלב 7-9 ח'): לידה עד 6 חודשים; תחילת 7 ח' עד שנה; החל מגיל שנה; אין שלב לטעימות אלא סוגי מזון וארוחות בלבד</p>	<p>4 שלבים בטבלה: לידה עד 6 חודשים (ב-4 חוד' מופיעות הטעימות); 7 ח' עד 9 ח'; 10 ח' עד שנה; החל מגיל שנה;</p>	<p>טבלה מסכמת: קיים מנחים להזנת התינוק לפי גיל</p>
<p>אותם מינונים לפי הגילאים. מגיל 6 ח' יש להמשיך את מתן הברזל עד תום גיל 18 ח'. ניתן להפסיק את תוסף הברזל בגיל 12 חודש, בילדים שביצעו ספירות דם והם לא נמצאו אנמיים, ולא נמצאה עדות לחוסר ברזל בדמם, כפי שמתבטא בערך MCV של 74 ויותר. ילדים עם אנמיה יש להפנות לטיפול באנמיה במינון מתאים.</p>	<p>החל מגיל 4 חודשים 7.5 מ"ג עד גיל 6 ח', ו-15 מ"ג עד גיל 12 ח'</p>	<p>מתן תוסף ברזל לתינוקות</p>

בברכה,

פרופ' איתמר גרוטו
ראש שרותי בריאות הציבור