

Sữa cho trẻ dị ứng đạm bò

Trẻ bị dị ứng sữa bò nên uống sữa gì? Là câu hỏi của nhiều cha mẹ. Ngày nay, ba mẹ có trẻ bị dị ứng đạm sữa bò không còn quá khó khăn trong việc lựa chọn sữa nữa vì trên thị trường đã có nhiều dòng sản phẩm khác nhau. Tuy nhiên, việc chọn làm sao cho phù hợp với tuổi, khẩu vị, chế độ ăn uống cũng cần ba mẹ phải chú ý để con hấp thu dưỡng chất và phát triển tốt nhất. Để giải quyết vấn đề này, chúng tôi xin gợi ý những loại sữa tốt nhất cho trẻ bị dị ứng đạm sữa bò.

5 Tiêu chí chọn sữa chuẩn cho trẻ bị dị ứng đạm sữa bò

Thành phần dinh dưỡng

Trẻ bị dị ứng đạm sữa bò khuyến cáo không nên sử dụng sữa động vật khác. Do đó ưu tiên số 1 là dòng sản phẩm protein đã thủy phân. Nó chứa protein có cấu trúc phân tử nhỏ giúp dễ tiêu hóa và không gây dị ứng.

Nếu trẻ khó sử dụng sữa thủy phân thì ba mẹ có thể chọn sữa công thức amino acid không chứa chuỗi protein giúp trẻ không bị dị ứng.

Các thành phần khác trong công thức sữa cũng vô cùng quan trọng giúp đảm bảo đủ dinh dưỡng cho trẻ phát triển. Chúng bao gồm:

- Năng lượng cung cấp.
- Hàm lượng chất béo, bột đường.
- Vitamin và khoáng chất tối thiểu như Calci >90mg/100kcal, Kali >80mg/100kcal, Natri từ 20-85mg/100kcal, Kẽm>0,5mg/100kcal...

Sữa có tốt cho hệ tiêu hóa không?

Lựa chọn sữa tốt cho hệ tiêu hóa của trẻ bị dị ứng đạm sữa bò

Lựa chọn sữa tốt cho hệ tiêu hóa của trẻ bị dị ứng đạm sữa bò

Hệ tiêu hóa ở trẻ bị dị ứng đạm sữa bò thường kém hơn những trẻ khác, do đó lựa chọn những dòng sản phẩm tốt cho đường ruột sẽ giúp ngăn ngừa tổn thương niêm mạc ruột, làm giảm các triệu chứng như táo bón, tiêu chảy, phân nhầy ra máu... Vì vậy ba mẹ nên chọn những dòng sản phẩm giúp bổ sung lợi khuẩn tốt cho đường tiêu hóa ở trẻ.

Phù hợp với tuổi

Đối với trẻ trên 6 tháng tuổi, đây là giai đoạn trẻ bắt đầu ăn dặm do đó nên lựa chọn dòng sản phẩm phù hợp với độ tuổi. Mẹ cần tránh hoàn toàn sữa bò và các chế phẩm từ sữa bò để ngăn ngừa khả năng trẻ bị dị ứng.

Đến 4 tuổi, phần lớn trẻ có thể tự khỏi. Ba mẹ có thể bắt đầu cho con dùng các sản phẩm có chứa sữa bò bình thường.

Chi phí tốt

Việc sử dụng sữa cho trẻ cần được duy trì do đó nên lựa chọn những sản phẩm phù hợp với tài chính của gia đình.

Các dòng sản phẩm là protein thủy phân thường có giá cao hơn những loại sữa thông thường. Nếu tài chính ít hơn có thể lựa chọn dòng sữa có nguồn gốc từ thiên nhiên.

Thương hiệu của sữa và địa chỉ mua tin cậy Quan trọng là chọn những sản phẩm sữa đảm bảo chất lượng và an toàn cho trẻ. Mẹ nên chọn những sản phẩm có thương hiệu nổi tiếng chuyên cung cấp các sản phẩm sữa cho mẹ và bé như Meiji từ Nhật Bản, Friso từ Hà Lan...

Bên cạnh đó, ngày nay rất nhiều hàng giả hàng kém chất lượng tràn lan trên thị trường nên chọn mua ở những cơ sở uy tín có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng để đảm bảo sức khỏe cho trẻ.

Xem thêm: <https://dinhduongtoiuu.com/sua-thuy-phan-cho-tre-di-ung-dam-sua-bo/>

Sữa cao năng lượng cho trẻ

Sữa cao năng lượng là gì?

Sữa cao năng lượng thường dùng cho các đối tượng suy dinh dưỡng (trẻ biếng ăn, người đang bị bệnh, người gầy, người mới ốm dậy) đặc biệt là đối với trẻ biếng ăn và trẻ bị suy dinh dưỡng, tức là bé thiếu cân so với cân nặng chuẩn theo lứa tuổi hoặc theo chiều dài của bé.

Sữa cao năng lượng thường được thêm sau mỗi ăn chính nếu bé không ăn hết xuất. Khi bé đã ăn hết xuất hoặc tăng cân tốt phù hợp theo lứa tuổi, bé không còn bị suy dinh dưỡng thì nên ngừng và chuyển sang sữa công thức bình thường.

Tiêu chuẩn sữa cao năng lượng 2021

Theo tiêu chuẩn CODEX châu Âu, sữa cao năng lượng khi pha theo công thức chuẩn của nhà sản xuất thì trong 1000 ml sẽ cho khoảng 800-1.000 Kcal.

Các thành phần cung cấp năng lượng cao trong sữa bao gồm:

- Protein: 1 g cho 4 Kcal
- Glucid (chất bột đường/Carbohydrate): 1 g cho 4 Kcal
- Chất béo/Lipid: 1 g cho 9 Kcal

Ngoài ra, trong loại sữa này cũng chứa nhiều loại vitamin và khoáng chất khác.

Có nên cho trẻ uống sữa cao năng lượng? sua-cao-nang-luong-1

Sữa cao năng lượng phải dùng theo từng độ tuổi thích hợp

Sữa cao năng lượng chỉ nên dùng sau bữa ăn, tức là sau khi bé không ăn hết xuất. Do đó không nên cho bé uống sữa này trước khi ăn 2 giờ, chỉ cho uống sau bữa ăn khi bé không ăn hết xuất hoặc cho uống thêm vào buổi tối nhằm bù cho lượng năng lượng thiếu hụt do bé không ăn hết xuất vào ban ngày.

Sữa cao năng lượng cũng như các sữa công thức chuẩn khác cần sử dụng phù hợp theo lứa tuổi. Có loại sữa dành cho bé < 12 tháng tuổi; 1-3 tuổi, hoặc > 4 tuổi.

Xem thêm:

<https://dinhduongtoiuu.com/top-5-sua-cao-nang-luong-me-nen-lua-chon-cho-con-bi-bieng-an-cha-m-tang-can-moi-nhat/>

Sữa cho người ung thư

Sữa tách béo, ít đường hoặc các sản phẩm từ sữa là một phần quan trọng trong chế độ ăn uống lành mạnh, cân bằng. Vậy, sữa dành cho người ung thư thì sao? Cùng Hello Bacsì tìm hiểu rõ hơn về lợi ích của sữa dành cho người bị ung thư và nên uống bao nhiêu là đủ trong bài viết này nhé!

Chưa có một nghiên cứu nào chứng minh bệnh nhân ung thư không nên uống sữa hay sữa có thể làm tăng nguy cơ mắc bất kỳ loại bệnh ung thư nào. Ngoài ra, sữa và các sản phẩm từ sữa có thể làm giảm nguy cơ ung thư đại trực tràng.

Bạn có thể quan tâm: Những lưu ý trong chế độ ăn uống cho người bệnh ung thư sau điều trị
Lợi ích của sữa dành cho người ung thư

Sữa mang lại nhiều lợi ích về dinh dưỡng và sức khỏe, đặc biệt là đối với những bệnh nhân ung thư đang trong quá trình điều trị. Bệnh nhân ung thư thường rất hay mệt mỏi và cơ thể cần được bổ sung protein hoặc calo trong chế độ ăn uống hàng ngày thông qua sữa.

Sữa dành cho người ung thư và các sản phẩm từ sữa như sữa chua, phô mai là nguồn dinh dưỡng dồi dào. Chúng cung cấp nhiều canxi, cùng với protein, vitamin A, vitamin B12, magiê, photpho, kali, riboflavin và kẽm.

Lợi ích của sữa dành cho người ung thư

Sữa dành cho người ung thư mang đến nhiều lợi ích sức khỏe cho bệnh nhân bao gồm:

Cung cấp thêm dưỡng chất và nguồn năng lượng giúp cơ thể khỏe mạnh hơn để chống chọi với bệnh tật.

Sữa dành cho người sau phẫu thuật ung thư giúp thúc đẩy quá trình cơ thể phục hồi và tự chữa lành.

Canxi trong sữa góp phần làm giảm nguy cơ ung thư đại trực tràng. Canxi cũng góp phần giúp xương và răng chắc khỏe hơn. Giảm nguy cơ mắc bệnh tim.

Giúp kiểm soát cân nặng.

Xem thêm: <https://dinhduongtoiuu.com/danh-muc/sua-nguoi-lon/sua-cho-nguoi-ung-thu/>

Nguồn: [H&H Nutrition](#)