

## 婴儿吃的鱼肝油哪个牌子好？

目前市面上有很多种类鱼肝油品牌，但比较受欢迎的是伊可新这个品牌。因为这款鱼肝油不仅可以添加辅食，而且对于宝宝的身体补充效果也是比较不错的。但买的时候注意看单位，至少是每粒含维生素D400单位以上，维生素D的含量要400IU，要不然就属于保健品了，还价格昂贵，而且里面的含量不够，就不是鱼肝油，而是鱼油了，一字之差，成份区别是很大的，像伊可新这种含量都是在500IU。但是在服用之前也应该根据宝宝的身体状况进行判断，不要盲目的服用，也可以带宝宝到医院进行检查，这样也能够有针对性的补充体内所需的东西。

## 鱼肝油 什么 牌子 比较好 - 九州 醉 餐饮 网

我们说的鱼肝油有补充维生素D3的，这是促进钙吸收的，预防佝偻病的；而维生素A的则是保护眼镜，预防夜盲症的；还有补充DHA的，促进大脑细胞发育的。

我们老百姓说的鱼肝油就是补充这些的统称，补一种也叫鱼肝油，两种也是鱼肝油，三种也是这个说法。

国外品牌好多都是三者同补，只是含量不一样。

第一款是美国童年时光是有机维生素D3，补充维生素D3的。第二款是挪威小鱼，补充了DHA、维生素D3、维生素A，三种同补，主要补DHA。这款不要同时和别的鱼肝油服用了。第三款是Ddrops,也是主要补充维生素D3的。网上宝妈说这三种还不错，但我家孩子只吃过国内的。第一种她们分享的最多，请大家购买国外品牌产品安全第一，不要买到假的。

国内的品牌最常见的就是这三种，一般都是补充维生素D3，维生素A也就前三个月补补。因为维生素A吃久了会中毒。

我的经验是第一月吃伊可新维生素AD滴剂第二月开始吃的星鲨维生素D滴剂如果是早产儿，出生时缺氧或者脑瘫建议吃一些补充DHA的鱼肝油，我老二是早产儿并患有先天性甲状腺减退症。

我给他吃了这两种DHA，宝宝吃了还不错，一岁以内吃的第一种，一岁以上吃的第二种。没有特殊情况的我认为还是不要吃比较好。

服用时间吃鱼肝油一般是早上吃比较好，吃完早餐半小时吃。

爸爸妈妈们每天记得给孩子吃，如果忘了一两天不要太自责，因为这不是治疗病，只是预防而已，别搞得太紧张。