



Nunatsinni nakorsaaneqarfik

Meeqqanut vitaminit aagissaatillu pillugit ilitsersuut Juni qaammat 2016 nutartigaq

Ilitsersuut una meeqqanut nerisat saniatigut vitamininut, mineralinut aagissaatinullu tunngasoq siornatigut ilitsersuusiamut taartaavoq.

Meeqqap ukioq inuuffia siulleq tassaavoq nukissamik inuussutissanillu annertuumik pisariaqartitsivik. Meeraaqqap nukissamik pisariaqartitsinera inersimasup pisariaqartitaaniit kiilumut pingasoriaatip sisamariaatillu akornanniippoq, meeqqallu ukiup inuuffimmi siulliup ingerlanerani oqimaasutsi pingasoriaatinnortissavaa 25-cm-inillu tallissalluni.

Nerisassanut innersuussutit:

Milutitsineq: qaammatit siulliit arfinillit aamma/imal. milutitsisinnaanngikkaanni immittugassat.

Nerisaqarnermut ikaarsaarneq: tallimaniit qulaaluanut qaammateqarnermiit, iviangit immuata/immuttugassap nerisanik taarserneqariartuaarnerani.

Nalinginnarnik nerisaqarneq qulaaluanii aqqaneq marluk tungaannut qaammatillit, ilaqtariit nalinginnaasumik nerisaannik nerisaqaleriartorneranni.

Nerisat - ukiuni siullerni marlunni D-vitamin kiisalu qaammatini siullerni pingasuni K-vitamin (erninermut atatillugu tunniunneqartartoq) eqqaassanngikkaanni- meeqqap pisariaqartitaanik akoqarput.

Meeqqat inorlutik inuusut inunngornerminniit aap akuanik aagissaammik taasartakkatsinnik annikitsuinnarmik pissamaateqartarmata alliartorasuarnerusarlutillu aagissaammik pisariaqartitsipput.

Meeqqat inuuffissartik nallertoq inunngortut 2500 grammillu ataallugit oqimaassusillit arfinilinnik qaammateqalernissamik tungaanut aagissaatitornissamik pisariaqartitsipput

Meeqqat tamarmik aappaa affaaniit aqqaneq marlunnut ukiullit ilanngullugit meeqqanut vitaminimik iisartakkamik tunineqartarnissaat innersuussutaavoq. Vitamininik tamuasarisanik suloorsinnaaneq annikikkaluamik ulorianaateqarmat siusinnerpaamik meeqqat aappaa afaanik ukioqalernerinngaanniit tamakkutortinneqartariaqarput.

Paasisutissaq nalinginnaasoq:

Ilitsersuummut matumunnga tunngatillugu vitaminit aagissaatillu peqqinnissaqarfimmit tunniunneqartarput.

INNERSUUSSUTIT:

Inornatik inuusut:

K-vitamin: meeraq inunngorniariatoq 1 mg Fytomenadion nukikkut kapuutigalugu.

D-vitamin:

Sap. ak. marlunniit marlunnik ukiulinnut:

D-vitamin 10 mikrogram (400 IE).

Ullormut kuseriarnerit tallimat

Aagissaat:

Meeqqat 2500 gram inorlugu oqimaassusillit

Ullormut 8 mg qaammatini arfinilinni.

Kuseriarnerit amerlassusaat kuseriar-taammiit kuseriartaammut nikingassu-teqarsinnaasut atorneqassapput.

Meeqqat inuussutissamik aaffaa sinnertoq immuliamik inuussuteqartut, affaanik annertussusilimmik tassalu 4 mg-imik ullut tamaasa- imal 8 mg ullut allortarlugit aagissaatitussapput.

Inorlutik inuusut:

(sap. ak. 37-it sioqqullugit)

K-vitamin: meeraq inunngorniariartoq 1 mg
Fytomenadion nukiisigut kapputigalugu.

D-vitamin:

Sap. ak ataatsimiit marlunnik ukiulinnut:

D-vitamin 10 mikrogram (400 IE).

Ullormut kuseriarnerit tallimat

Aagissaat:

Sap. ak sisamaniit arfinilinnik

qaammatilinnut:

8 mg aagissaat ullormut. Kuseriarnerit

amerlassusaat kuseriartaammiit

kuseriartaammut nikingassu-teqarsinnaasut

atorneqassapput.

Meeqqat inuussutissamik affaa sinnerlugu
immuliamik immuttortut, ullormut affarmik
annertussusilimmik tassalu 4 mg imal. ullut
allortarlugit 8 mg aagissaatitussapput.

Meeqqat aagissaatitornissaannut vitaminitornissaannullu maleruagassat

	Inornatik inuusut Sap. ak. 37-it qaangiunnerani	Inorlutik inuusut Sap. ak. 37-it sioqqullugit
D-vitamin	Sap. ak. marlunniit marlunnik ukiullit: Vit. D: 10 mikrogram/400 IE Ullormut kuseriarnerit tallimat	Angerlareernermit marlunnik ukioqalernissap tungaanut: Vit. D: 10 mikrogram/400 IE Ullormut kuseriarnerit tallimat
Aagissaat	Meeqqat 2500 gram inorlugu oqimaassusillit ullormut 8 mg-ip missaa arfinilinnik qaammateqalernissaannut. Kuseriarnerit amerlassusaat kuseriartaammiit kuseriartaammut nikingassu-teqarsinnaasut atorpeqassapput. <i>Meeqqat inuussutissamik affaa sinnerlugu immuliamik immuttortut, ullormut affarmik annertussusilimmik tassalu 4 mg imal. ullut allortarlugit 8 mg aagissaatitussapput.</i>	Angerlareernermi aagissaatitorneq 1500 gram inorlugu oqimaassusillit: ullormut aagissaat 8 mg-ip missaa aqqaneq marlunnik qaammateqalernissap tungaanut. 1500 gram sinnerlugit oqimaassusillit:** ullormut aagissaat 8 mg-ip missaa arfinilinnik qaammateqalernissaannut. Kuseriarnerit amerlassusaat kuseriartaammiit kuseriartaammut nikingassu-teqarsinnaasut atorpeqassapput. <i>Meeqqat inuussutissamik affaa sinnerlugu immuliamik immuttortut, ullormut affarmik annertussusilimmik tassalu 4 mg imal. ullut allortarlugit 8 mg aagissaatitussapput</i>
K-vitamin	Meeraq inunngorniariartoq 1 mg Fytomenadion nukitsigut kapuutigalugu.	Meeraq inunngorniariartoq 1 mg Fytomenadion nukitsigut kapuutigalugu.
Vitami tamuasassaq	Aappaa affaanik ukiulinniit aqqaneq marlunnik ukiulinnut: ullormut vitamini tamuasassaq ataaseq.	

* Meeqqat inorlutik inuusut napparsimmavimmi uninnganerisa nalaani immikkoortortap innersuussutai malinneqartarput

** Inorlutik inuusut 1500 gram-it 2500 grammillu akornanni oqimaassusillit aagissaatitortinneqarnissaat ilisimatusarnikkut uppersaatissaqarpoq.

Inorlutik inuusut nalinginnaasumik aagissaammik peqqumaatikinnerusarput inornatillu inuusunut sanilliullutik alliartorasuarnerusarnertik pissutigalugu annertunerusumik pisariaqartitsisarlutik. Taamaammat inorlutik inuusunut tamanut (sap. ak. 37-it sioqqullugit) – 2500 grammit sinnerligit oqimaassusillit ilanngulugit - aagissaatitortitsinissaq innersuussutaavoq.

Aagissaat 8 mg. Kuseriarnerit amerlassusaat kuseriartaammiit kuseriartaammut nikingassu-teqarsinnaasut atorpeqassapput.

D-vitamin kusertitanngorlugu atorpeqarpoq ukiullu aappaa affaata qaangiunnerani iisartaganngortinneqartarluni.

Nunatsinni Nakorsaaneqarfik, juuni qaammat 2016

Henrik Trykker
Nunatsinni Nakorsaaneq

Ilitsesuut una Nunatsinni Nakorsaaneqarfiup ilitsersuusiaanut septembarip ulluisa 15-anni 2009-meersumut taartaavoq.