



شماره: ۹۶/۵/۱۲۵/۱۸۱۱

تاریخ: ۱۳۹۶/۰۳/۳۰

پیوست: دارد

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

معاونت بهداشتی

“ محیط کار ایمن و سالم در گرو بهینه سازی اطلاعات ایمنی و سلامت کار ”

مدیر محترم شبکه بهداشت و درمان شهریار، قدس، ملارد، رباط کریم و بهارستان

رئیس محترم مرکز بهداشت غرب و شمال غرب

موضوع: ارسال دستورالعمل ویتامین دی و استعمال در خصوص نحوه مصرف آن

با سلام و احترام؛ به پیوست نامه شماره ۳۰۲/۲۱۳۰۷ مورخ ۹۵/۱۱/۲۵ معاون محترم بهداشت وزارت متبوع، در خصوص دستورالعمل مصرف ویتامین دی در دوران بارداری و نامه شماره ۳۰۲/۴۷۳۸ مورخ ۹۶/۳/۲۹ مدیر کل محترم دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس در خصوص پاسخ به استعمال در خصوص نحوه مصرف ویتامین دی جهت استحضار و دستور اقدام مقتضی ارسال می شود. طبق بند ۱ دستورالعمل، به کلیه مادران باردار باید توصیه شود از ابتدای بارداری روزانه ۱۰۰۰ واحد ویتامین دی مصرف نمایند. این مقدار ویتامین می تواند به صورت مجزا یا از پایان هفته شانزدهم بارداری در قالب مولتی ویتامین دوران بارداری مورد استفاده قرار گیرد. با توجه به اینکه حداکثر میزان مجاز مصرف ویتامین دی برای مادران باردار، ۴۰۰۰ واحد بین المللی (۱۰۰ میکرو گرم) در روز می باشد و مصرف بیش از ده هزار واحد موجب مسمومیت می شود لذا مصرف روزانه ویتامین دی هزار واحدی به همراه مولتی ویتامین حاوی ۴۰۰ واحد ویتامین دی در مادران باردار بلا مانع است. ویتامین دی در دوران بارداری توسط مراقبین سلامت توصیه و تهیه آن بر عهده مادر باردار خواهد بود. کد ۱۴

دکتر احمد جنیدی جعفری
معاون بهداشتی

آدرس: تهران تقاطع خیابان جمهوری اسلامی و خیابان حافظ. تلفن: ۶۶۷۰۹۰۸۹-۶۶۷۰۲۲۳۶-۶۶۷۰۷۵۹۰