



## MIN FØRSTE TRAN

### TRAN TIL SPEDBARN

#### Hvorfor?

Tran anbefales av Norske helsemyndigheter til spedbarn fra 4 ukers alder fordi det er en god kilde til både vitamin D og viktige omega-3 fettsyrer. Vitamin D bidrar til normal funksjon av barnets immunforsvar og normal utvikling av barnets skjelett. Omega-3 fettsyren DHA (doko-saheksaensyre) bidrar til normal hjernefunksjon og utvikling av barnets syn. Gunstig effekt oppnås ved et daglig inntak på 250 mg DHA. I Möller's Pharma Min Første Tran er det 300 mg DHA pr 2,5 ml, som dekker den daglig anbefalte mengden.

Ved spørsmål om tran eller ernæring til spedbarn, snakk med din helsesøster eller kontakt Möller's fagekspertise.

Grønt nummer **800 80 555**  
[www.mollers.no](http://www.mollers.no)

#### Hvordan?

Noen opplever at det er vanskelig å gi tran til spedbarnet. Möller's Pharma Min Første Tran inneholder doseringssprøyte og målebeger som gjør den enklere å gi og det blir mindre søl.

#### Slik gjør du:

- Fra 4 ukers alder kan du starte med å gi barnet 2,5 ml daglig. Dosen kan deretter økes til 5 ml i løpet av de første 6 levemånedene slik at barnet får en gradvis tilvenning til tranen.
- Hell ønsket mengde tran oppi målebegeret, sett sprøyten ned i målebegeret og fyll sprøyten opp til ønsket mengde. Før sprøyten forsiktig inn i munnen til barnet, tett mott innsiden av kinnnet og trykk tranen sakte ut av sprøyten.
- Vær tålmodig og gi ikke opp! Ved å la barnet bli tidlig vant til tran, legger du grunnlaget for en god vane resten av livet.
- Gi tran med et smil! Barnet reagerer på dine ansiktsuttrykk!



**MÖLLER'S  
PHARMA**