

mada090234 / August 05, 2015 10:51AM

[快樂森林托嬰中心提醒養成聰明兒 鐵質攝取不可少](#)

易緊張的媽媽，容易使寶寶變得較敏感；反之，樂觀的媽媽，養出來的寶寶也會比較快樂，因此寶寶的情緒與個性，會依據媽媽與照顧者的情況而有所影響，所謂「身教重於言教」，媽媽的影響雖然是無聲無息，卻是一點一滴，淺移默化著孩子。專業醫師表示，孩子成長過程中，父母總是希望給寶寶最好的，但是如果你秉持樂觀且歡樂的生活環境教育他，遠比補充各種昂貴維他命都來的有效果。

缺乏鐵質的高危險群寶寶可能為早產兒、體重太輕的寶寶、懷孕時媽媽貧血所產下的寶寶及首年未餵母乳的寶寶；專業醫師表示若寶寶缺鐵可能引起，學習力下降、語言發展障礙、容易恍神、反應遲鈍等等狀況。快樂森林托嬰中心專業團隊表示，家長若發現家中寶寶出現以上情況，建議先行調整食物攝取，是最為安全且自然的吸收方式，若仍然不足，在考慮補充鐵劑。

相信每位家長都希望寶寶能夠頭好壯壯，聰明伶俐，但研究顯示國內約10%至30%的幼童缺乏鐵，專業醫師建議寶寶約四個月後，應開始從副食品中攝取鐵質，若單純飲用母乳已經不足鐵質的攝取。快樂森林托嬰中心專業團隊表示，本托嬰中心為了使寶寶能夠攝取均衡營養，特別選用有機蔬菜，及富有豐富鐵質之瘦肉泥與穀類泥，搭配多元的食譜，使寶寶能夠開心吃飯。

快樂森林托嬰中心專業團隊表示，攝取鐵質來源除了正確食物的攝取以外，充足的運動量以及適當的流汗，也是提升寶寶聰穎頭腦與健康身體的不二法門。本托嬰中心規劃出適合寶寶動態與靜態的課程，搭配全腦課程開發以及各種互動式教學，使寶寶能夠藉此訓練小肌肉肌群與培養音樂美術素養，充實的白天活動，讓寶寶養成規律的作息，便可減少生病住院的機率唷!

快樂森林托嬰中心 板橋 托嬰中心 鐵質攝取 均衡營養

★快樂森林托嬰中心網站：<http://mvp091.104web.com.tw/cetacean/front/bin/home.phtml>

★快樂森林托嬰中心部落格：<http://happyforest.pixnet.net/blog>

★快樂森林托嬰中心地址：新北市板橋區忠孝路28號2樓

★快樂森林托嬰中心電話：02-29633660

---