



در صورت ابتلا کودک به بیماری امیکرون نکات زیر به مادران آموزش داده شود:

- تداوم تغذیه با شیر مادر یا شیرمصنوعی (در شیرخوارانی که شیر مادر خوار نیستند) در کودکان کمتر از ۶ ماه و تداوم تغذیه با شیر مادر همراه با غذاهای کمکی متناسب با سن در کودکان بالای ۶ ماه
- دادن آب و مایعات گرم نظیر انواع سوپ‌ها و آش‌های محلی سبک مانند آش برنج و آش سبزیجات به کودک و دادن آب میوه تازه و به ویژه مرکبات (پرتقال، لیموشیرین و نارنگی)
- شستشوی دستها قبل از غذا دادن به کودک و خودداری از غذا دادن به کودک در صورتی که خواب آلود است. در ضمن اسباب بازی‌های کودک نیز مرتب شستشو شود.
- افزایش تعداد دفعات تغذیه به ۵-۶ بار در روز و با حجم کم جهت جبران کاهش اشتهاى کودک
- جذاب نمودن غذای کودک با استفاده از مواد غذایی رنگی مانند هویج، کدو حلوائی، نخود فرنگی، گوجه فرنگی و لوبیا سبز جهت افزایش تمایل کودک به غذا خوردن
- افزایش استفاده از منابع غذایی حاوی پروتئین، آهن، روی، ویتامین‌های C و A با استفاده از گروههای غذایی اصلی در هرم غذایی و جایگزین‌های آنها
- مغذی کردن غذای کودک مانند استفاده از پودر جوانه غلات و حبوبات به سوپ، فرنی و کته برای کودکان زیر یکسال و افزودن آنها به غذا برای کودک بالای یک سال، اضافه کردن منابع پروتئین از جمله انواع حبوبات مانند عدس، ماش و حبوبات محلی کاملاً پخته شده به غذای کودک، اضافه کردن عصاره استخوان قلم گوسفند یا گاو به غذای کودک (سوپ یا آش)، رنده کردن تخم مرغ کاملاً پخته شده به داخل سوپ، ماکارونی یا کته پس از طبخ غذا و مقوی کردن غذای کودک با افزودن یک قاشق مرباخوری کره، روغن زیتون یا روغن مایع به غذای کودک
- تازه بودن و خوب پخته شدن غذاهای کودک، استفاده از صبر و حوصله بیشتر برای غذا دادن به کودک بیمار، استفاده از غذاهای مورد علاقه کودک در زمان سلامت
- مراقبتهای تغذیه‌ای در دوران نقاهت بیماری امیکرون: افزایش تعداد وعده‌های غذایی (یک وعده غذایی اضافی) پس از بیماری برای جبران وزن از دست رفته و تامین انرژی بیشتر و مقوی و مغذی سازی غذای کودک

