

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan



1. Thành phần:

Trong 1 thìa café (5ml) có chứa:

L-Lysine Hydrochloride.....	624,870 mg
Vitamin B3 (Nicotinamide).....	6,000 mg
Vitamin A Acetate	4,000 mg
Vitamin B5 (D- Panthenol).....	3,000 mg
Vitamin B6 (Pyridoxine Hydrochloride).....	2,430 mg
Vitamin B1 (Thiamine Hydrochloride).....	1,680 mg
Vitamin B2 (Riboflavin).....	1,500 mg
Vitamin B12 (Cyanocobalamin).....	0,002 mg

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

1. VAI TRÒ CỦA LYSINE TRONG CƠ THỂ

Vai trò của Lysine đối với trẻ nhỏ



Tổng hợp Collagen

- Có vai trò quan trọng trong quá trình tổng hợp collagen.
- Chỉ khi lysine được cung cấp đầy đủ thì quá trình hình thành collagen mới được thực hiện.
- Xương của trẻ dễ bị gãy do không có lysine nên việc hình thành collagen chậm hơn nhiều.

“

Thiếu hụt Lysine có thể làm trẻ chậm lớn, biếng ăn, thiếu men tiêu hóa. Vì vậy cần bổ sung Lysine cho trẻ để giúp trẻ ăn ngon miệng hơn, đồng thời gia tăng chuyển hóa và hấp thụ dinh dưỡng tối đa để phát triển chiều cao và trí tuệ.

Đây là chất dinh dưỡng quan trọng để bé phát triển, nó có những vai trò như sau:

Hấp thụ canxi tốt hơn để phát triển chiều cao

- Lysine làm tăng cường sự đồng hóa và hấp thu canxi.
- Đảm bảo cho sự hình thành sụn, xương, mô liên kết và collagen.
- Ngăn cản sự bài tiết khoáng chất ra khỏi cơ thể.
- Xương chắc khỏe hơn.
- Giúp chống lão hóa cột sống và duy trì trạng thái cân bằng nơ-đơn có trong cơ thể.
- Tránh được hiện tượng giãn cơ và mệt mỏi.
- Phát triển chiều cao tốt nhất và xương chắc khỏe cho bé.
- Hỗ trợ cơ thể hấp thụ canxi từ thức ăn hàng ngày.
- Ngăn chặn sự bài tiết canxi trong nước tiểu.
- Hạn chế sự hao hụt canxi đảm bảo lượng canxi cần thiết cho bé.

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

1. VAI TRÒ CỦA LYSINE TRONG CƠ THỂ

Là thành phần của nhiều Protein

- Là thành phần quan trọng của nhiều protein như: Các enzyme, kháng thể và hormone.
- Nó trực tiếp tham gia sản xuất L-carnitine (đây là chất cần thiết cho sự vận chuyển và sử dụng các chất béo).
- Làm giảm lượng cholesterol có hại nên giảm thiểu nguy cơ mắc các bệnh tim mạch.

Tăng cường hệ miễn dịch cho trẻ

- Giúp cơ thể tăng cường sức đề kháng và chống lại với bệnh tật.
- Ngăn cản sự phát triển của vi khuẩn, virus gây bệnh.

Giúp trẻ ăn ngon miệng

- Tốc độ tăng cân khi trẻ em biếng ăn được bổ sung Lysin cao hơn 40%.
- Trẻ em bị thiếu hụt Lysine làm chậm lớn, dễ thiếu men tiêu hoá và nội tiết tố.

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

1. VAI TRÒ CỦA LYSINE TRONG CƠ THỂ

Bổ sung lysine cho trẻ bằng cách nào?

Để đảm bảo cung cấp đầy đủ Lysine cho trẻ, mẹ cần biết hàm lượng Lysine cần bổ sung hàng ngày cho con. Với mỗi độ tuổi sẽ cần hàm lượng khác nhau, cụ thể như sau:

- Trẻ sơ sinh (từ 3-4 tháng) cần 103 miligam lysine/1kg khối lượng cơ thể.
- Trẻ em (từ 2 tuổi) cần 64 miligam lysine/1kg khối lượng cơ thể.
- Trẻ em (từ 10-12 tuổi) cần 44-60 miligam lysine/1kg khối lượng cơ thể.

Một số thực phẩm giàu Lysine mà mẹ có thể bổ sung qua đường sinh dưỡng cho con đó là:

- Các loại đậu: Đậu lăng, đậu, đậu Hà Lan, đậu phụ, sữa đậu nành...
- Sữa và các chế phẩm chế biến từ sữa.
- Hoa quả màu đỏ như: Cà rốt, cà chua, cam, quýt,...
- Các loại hạt như: Hạt điều, hạnh nhân, quả óc chó, quả hồ đào.
- Thịt và các động vật có vỏ như tôm, hào.

Tuy nhiên, Lysine trong các loại thực phẩm sẽ dễ bị phá hủy trong quá trình đun nấu. Theo chuyên gia dinh dưỡng, cung cấp Lysine tiện lợi nhất là dùng thực phẩm được chế biến sẵn có bổ sung chất này vừa đủ dùng cho người

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

2.Vai trò của Vitamin

Vitamin B là gì?

Vitamin B là tên gọi để chỉ một nhóm các vitamin hòa tan trong nước có vai trò quan trọng trong quá trình trao đổi chất của tế bào. Các vitamin nhóm B từng được cho là một loại vitamin duy nhất và thường được gọi chung là vitamin B. **Vitamin B** là một trong những loại vitamin thiết yếu của cơ thể. Vitamin là những thành phần thiết yếu cho cơ thể trong quá trình chuyển hóa của cơ thể, nhưng cơ thể lại không thể tự sản xuất được.

- Vitamin B1 còn được gọi là thiamin – Vitamin B1 là một dẫn xuất có chứa lưu huỳnh của thiazole và pyrimidine. Vitamin B1 có công thức hoá học $C_{12}H_{17}N_4OS$, được tìm thấy đầu tiên trong 8 loại Vitamin B tổng hợp gồm: B2 B3, B5, B6, B7, B8, B9, B12. Loại Vitamin này tồn tại ở dạng tinh thể màu trắng, rất nhạy cảm với nhiệt độ, phân hủy khi nấu chín, hàm lượng không thay đổi khi được trữ đông lạnh, được hòa tan trong nước.
- Vitamin B6 còn được gọi là pyridoxine. Vitamin B6 là một loại vitamin nhóm B tan trong nước, hoạt động như một coenzym giúp chuyển hóa tryptophan thành niacin. Vitamin B6 là chất tham gia trong sự chuyển hóa nitrogen, sinh tổng hợp acid nucleic.

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

2.Vai trò của Vitamin

Chức năng vitamin B1

- Vitamin B1 ngăn chặn bệnh tê phù Beriberi: Những người bị suy dinh dưỡng hoặc uống quá nhiều rượu thường có nguy cơ mắc bệnh beriberi cao. Thiếu hụt vitamin B1 (thiamine) gây ra bệnh tê phù beriberi - một căn bệnh ảnh hưởng đến tim, hệ tiêu hóa và hệ thần kinh. Ngoài ra Vitamin B1 cũng giúp tăng tuần hoàn máu.
- Vitamin B1 tốt cho hệ thần kinh: Vitamin B1 là một chất chuyển vận thần kinh có dẫn truyền xung đột thần kinh tại hệ thần kinh trung ương (não, tủy sống) cũng như hệ thần kinh ngoại biên. Vai trò của B1 cũng rất quan trọng trong chức năng của cơ nói chung và tim nói riêng, cũng như đối với trí nhớ.
- Vitamin B1 đối với tế bào: giúp chuyển hóa năng lượng, nhất là chuyển hóa glucid, cho phép và điều hòa khả năng sử dụng glucid.

Chức năng Vitamin B6

- Vitamin B6 có thể giảm nguy cơ mắc bệnh tim.
- Nhu cầu vitamin B6 cần thiết hàng ngày là 1,3 mcg đối với người lớn. Những thực phẩm giàu vitamin B6 bao gồm chuối, đậu, cà rốt, phô mai, thịt gà, đậu lăng, gạo nứt, cá ngừ, hạt hướng dương, bột ngũ cốc nguyên hạt, tôm, rau bina và cá hồi.
- Giúp cơ thể chuyển hóa thức ăn thành năng lượng, giúp cơ thể chống lại nhiễm khuẩn. Phụ nữ mang thai và cho con bú cần cung cấp đủ vitamin B6 giúp phát triển não bộ của trẻ.

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

2.Vai trò của Vitamin

Chức năng Vitamin B12

- Vitamin B12 để ngăn ngừa bệnh thiếu máu: Vitamin B12 giúp các tế bào máu và các tế bào thần kinh luôn khỏe mạnh.
- Người trưởng thành cần 2,4 mcg vitamin B12 mỗi ngày. Thực vật và các thực phẩm có nguồn gốc thực vật không chứa vitamin B12, vì vậy người ăn chay có thể bị thiếu hụt loại vitamin này. Các nguồn cung cấp vitamin B12 tự nhiên là cá và các sản phẩm từ thịt, men dinh dưỡng và ngũ cốc.
- Vitamin B12 là tham gia vào việc sửa chữa, tái tạo thần kinh ngoại biên.

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

2.Vai trò của Vitamin

Vitamin A là gì?

Vitamin A là một chất dinh dưỡng thiết yếu cho con người. Nó không tồn tại dưới dạng một hợp chất duy nhất, mà dưới một vài dạng. Vitamin A có ở trong nhiều loại thực phẩm, nó tồn tại trong thực phẩm có nguồn gốc động vật dưới dạng retinol, còn trong thực vật dưới dạng caroten (tiền vitamin A). Gan, lòng đỏ trứng, bơ, sữa, pho mát, rau muống, rau ngót, rau cải xanh, bí đỏ, cà rốt, xoài có chứa nhiều vitamin A.

Công dụng của Vitamin A

Vitamin A có vai trò quan trọng đối với quá trình tăng trưởng, giúp cho trẻ phát triển bình thường.

- Vitamin A tham gia vào chức năng nhìn của mắt trong điều kiện ánh sáng yếu. Biểu hiện của nó được gọi là "Quáng gà", đây là dấu hiệu sớm của thiếu vitamin A.
- Vitamin A tham gia vào chức năng thị giác của mắt, đó là khả năng nhìn thấy trong điều kiện ánh sáng yếu. Khi thiếu vitamin A khả năng nhìn thấy của mắt lúc ánh sáng yếu sẽ bị giảm, hiện tượng này thường xuất hiện vào lúc trời nhá nhem tối nên được gọi là "Quáng gà". Quáng gà là biểu hiện sớm về lâm sàng của thiếu vitamin A.
- Vitamin A cần thiết để bảo vệ sự toàn vẹn của giác mạc và các tổ chức biểu mô dưới da, khí quản, các tuyến nước bọt, ruột non, tinh hoàn... Khi thiếu vitamin A, sản xuất các niêm mạc giảm, da bị khô và xuất hiện sừng hóa, biểu hiện này thường thấy ở mắt, lúc đầu là khô kết mạc rồi **tổn thương đến giác mạc**. Các tế bào biểu mô bị tổn thương cùng với sự giảm sức đề kháng tạo điều kiện cho vi khuẩn xâm nhập.
- Vitamin A tham gia vào các quá trình **đáp ứng miễn dịch** của cơ thể, làm tăng sức đề kháng của cơ thể đối với bệnh tật. Nếu thiếu vitamin A, trẻ em dễ mắc các bệnh nhiễm khuẩn và khi bị mắc bệnh, thời gian bệnh

Siro Ăn Ngon Gokiti

Nhập khẩu Thái Lan

3. Vì sao trẻ biếng ăn?

1. Vì sao trẻ biếng ăn?

Biếng ăn có nhiều mức độ: Trẻ ăn ít hơn so với bình thường, chỉ ăn rất ít một vài loại thức ăn hoặc nặng hơn là từ chối ăn, sợ, nôn ói khi nhìn thấy thức ăn. Có những nguyên nhân chính dẫn tới tình trạng biếng ăn ở trẻ như:

1.1. Khẩu phần ăn thiếu cân đối hoặc ăn dặm quá sớm

Nhiều cha mẹ cho trẻ ăn bổ sung quá sớm, khẩu phần ăn thiếu cân đối như chỉ ăn thiên lệch một nhóm thực phẩm hoặc ăn không đủ 4 nhóm thực phẩm chính gồm protein, **chất béo**, tinh bột và khoáng chất. Việc này khiến trẻ bị thiếu **vitamin nhóm B** (gồm B1, B2, B6 và B12), làm chậm quá trình chuyển hóa thức ăn; thiếu kẽm và selen khiến trẻ lười ăn, hạn chế hấp thu dinh dưỡng; thiếu chất xơ khiến trẻ bị táo bón, chướng bụng, khó chịu dẫn tới chán ăn hoặc thiếu protein khiến trẻ chậm tăng cân,...