NEW YORK STATE | Department of Health

וויטאמין K איינשפריץ: פארוואס דארף מיין בעיבי דאס באקומען?

וואס איז וויטאמין K?

וויטאמין K איז א וויכטיגע נוטריענט. עס ווערט גענוצט דורך דעם קערפער צו העלפן מיט בלוט פארגליווערונג און צו אפשטעלן בלוט.

פון וואו באקומען מיר נאטורליך וויטאמין K?

ערוואקסענע באקומען וויטאמין K פון די עסנווארג וואס מיר עסן, און פון באקטעריע וועלכע לעבן אין אונזער מאגן. בעיביס ווערן געבוירן מיט נידריגע שטאפלען פון וויטאמין K, און האבן נישט גענוג באקטעריע צו אליינס פראדוצירן וויטאמין K.[1] די וויטאמין K איינשפריץ העכערט זייער נידריגע וויטאמין K שטאפלען ביים געבוירן.

פארוואס דארפן בעיביס האבן וויטאמין K?

אלע בעיביס ווערן געבוירן מיט נידריגע שטאפלען פון וויטאמין K.[2] די צאל דערפון איז נישט גענוג אויף צו פארמיידן א בלוטונג פראבלעם וואס ווערט אנגערופן "וויטאמין K מאנגל בלוטונג (vitamin K deficiency bleeding) ".

וואס איז וויטאמין K מאנגל בלוטונג?

וויטאמין K מאנגל בלוטונג איז א בלוטונג פראבלעם אין בעיביס. מען קען עס פארמיידן דורך אן איינציגע איינשפריץ פון וויטאמין K באלד נאכ'ן געבורט. אן דעם איינשפריץ, קען וויטאמין K מאנגל בלוטונג זיין טויטליך פאר א בעיבי אפילו אויב עס פאסירט נישט קיין פיזישע וואונד. וויטאמין K מאנגל בלוטונג פאסירט ווען בעיביס קענען נישט אפשטעלן בלוטונג וויבאלד זייער בלוט האט נישט גענוג וויטאמין K זיך צו פארגליווערן. דאס בלוטונג קען פאסירן אינעווייניג אדער אינדרויסן פונעם קערפער. ווען די בלוטונג איז אינעווייניג אינעם קערפער, קען עס זיין שווער צו באמערקן. א בעיבי מיט וויטאמין K מאנגל בלוטונג קען בלוטונג אין זייערע אינערליכע גלידערן, אדער אין די מח, וועלכע קען פירן צו שאדן אינעם מח אדער אפילו טויט. מערסטנס פעלער פון וויטאמין K מאנגל בלוטונג פאסירן אין די ערשטע צוויי וואכן פון לעבן, אבער בעיביס וועלכע באקומען נישט די וויטאמין K איינשפריץ קענען זיין אין געפאר פון וויטאמין K מאנגל בלוטונג ביז זיי זענען זעקס מאנאטן אלט.[1]

מוזן אלע בעיביס אין ניו יארק באקומען וויטאמין K?

יא. ניו יארק סטעיט פארלאנגט פון אייער בעיבי'ס דאקטער צו געבן וויטאמין K ביז זעקס שעה נאכ'ן געבורט צו פארמיידן וויטאמין K מאנגל בלוטונג. דער אמעריקאנער אקאדעמיע פון פידיאטריקס (American Academy of Pediatrics) רעקאמענדירט אז די וויטאמין K איינשפריץ זאל געגעבן ווערן פאר אלע ניי-געבוירן קינדער אלס א דאזע וואס ווערט ארייגעשפריצט אין די מוסקלען.[3] וויטאמין K איינשפריצן זענען שוין אין באנוץ זייט עס איז ערשט רעקאמענדירט געווארן דורך די אמעריקאנער אקאדעמיע פון פידיאטריקס אין 1961.

וועט עסן דורך זייגן העכערן מיין בעיבי'ס וויטאמין K?

מאמע'ס מילך איז די געזונטסטע עסן פאר אייער בעיבי, אבער עס פארמאגט נישט גענוג וויטאמין K. אפילו אויב א מאמע וועט עסן מער וויטאמין K-רייכע עסנווארג אדער נעמען וויטאמין K וויטאמינען דורכאויס די שוואנגערשאפט און בשעת'ן זייגן, וועלן בעיביס נאכאלץ נישט האבן גענוג וויטאמין K צו פארמיידן וויטאמין K מאנגל בלוטונג.[1] די אמעריקאנער אקאדעמיע פון פידיאטריקס רעקאמענדירט אז אלע בעיביס, וועלכע זייגן אדער באקומען פארמולע, זאלן באקומען די וויטאמין K איינשפריץ.[4]

וואס איז מיט וויטאמין K דורך די מויל?

מינדליכע וויטאמין K פאר בעיביס ארבעט נישט אזוי גוט צו באשיצן אייער בעיבי, און עס איז נישט באשטעטיגט פאר באנוץ פאר בעיביס דורך די אמעריקאנער עסנווארג און דראג אדמיניסטראציע (United States Food and Drug Administration).[5] א וויטאמין K איינשפריץ וואס ווערט געגעבן ביים געבורט איז די בעסטע וועג צו פארמיידן וויטאמין K מאנגל בלוטונג.

זענען דא סיי וועלכע מעגליכע געפארן פארבינדן מיט די וויטאמין K איינשפריץ?

ניין. וויטאמין K ווערן שוין גענוצט זיכערערהייט צו פארמיידן די געפאר פון בעיביס בלוטונג זייט 1961. די וויטאמין K איינשפריץ איז פארזיכערט און נוטיג פאר אייער בעיבי.

וועט די וויטאמין K איינשפריץ וויי טון?

עלטערן האבן נישט ליב צו זען זייערע בעיביס האבן ווייטאג. בעיביס שפירן אביסל אומבאקוועמליכקייט נאכ'ן באקומען די וויטאמין K איינשפריץ.[6] אויב איר ווילט בארואיגן אייער בעיבי נאך די וויטאמין K איינשפיץ, קענט איר זייגן, האלטן אייער בעיבי הויט-אויף-הויט, אדער איינוויקלען אייער בעיבי.[5] די אלע זאכן זענען גוטע וועגן צו בארואיגן בעיביס.

[1] www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html
[2] www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn
[3] https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Pages/Where-We-Stand-Administration-of-Vitamin-K.aspx
[4] www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html
[5] www.med.umich.edu/1libr/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf
[6] www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life