

معاونت سلامت

معاونت محترم بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی (۴۱ دانشگاه)
با سلام

احتراماً با توجه به بخشنامه های ارسالی در خصوص تجویز مکملهای دارویی کودکان (قطره آهن و قطره آ + د یا مولتی ویتامین) و نیز مفاد برنامه کشوری کودک سالم، متأسفانه برخی از گزارشات رسیده از مراکز بهداشتی درمانی کشور حاکی از اجرا نشدن دستورعمل های کشوری و توصیه به مصرف مکمل های تجارتي نامناسب برای کودکان توسط برخی از کارکنان بهداشتی می باشد، لذا در این خصوص نکات ذیل را، جهت ابلاغ به کلیه مراکز بهداشتی درمانی به استحضار می رساند :

- برای کلیه شیرخوارانی که با وزن طبیعی متولد می شوند (اعم از کودکانی که با شیر مادر و یا شیرمصنوعی تغذیه می شوند) دادن قطره آهن از پایان ۶ ماهگی و یا همزمان با شروع تغذیه تکمیلی تا پایان ۲۴ ماهگی به میزان روزانه حداکثر ۱۵ میلی گرم آهن المنتال (خالص) معادل حداکثر ۱۵ قطره آهن در روز توصیه می شود. در صورتی که بدلیل اختلال رشد کودک، تغذیه تکمیلی بین ۴ تا ۶ ماهگی شروع شود ، قطره آهن همزمان با شروع غذای کمکی به میزان ۱۵ قطره درروز باید به شیر خوار داده شود.
- در مورد کودکان نارس و شیر خوارانی که با وزن تولد کمتر از ۲۵۰۰ گرم متولد می شوند (اعم از کودکانی که با شیر مادر و یا شیرمصنوعی تغذیه می شوند) از زمانی که وزن آنها به دو برابر وزن هنگام تولد می رسد تا پایان ۲۴ ماهگی به میزان روزانه حداکثر ۱۵ میلی گرم آهن المنتال (خالص) معادل حداکثر ۱۵ قطره آهن در روز توصیه می شود .
- به مادران توصیه شود که قطره آهن را بین دو وعده شیردهی در عقب دهان شیرخوار چکانده و سپس مقداری آب به او بدهند تا از تیره شدن رنگ دندان ها جلوگیری شود ، به مادران نیز یاد آوری شود که قطره آهن بطور طبیعی موجب تیره شدن رنگ مدفوع می گردد که جای نگرانی ندارد.
- مواد غذایی حاوی ویتامین C مانند میوه ها و آب میوه های تازه و خانگی به ویژه مرکبات موجب افزایش جذب آهن می شوند و می توان قطره آهن را همراه با آن ها که متناسب با سن کودک باشد توصیه نمود .
- در آموزش تغذیه تکمیلی به مادران، استفاده از مواد غذایی حاوی آهن (گوشت ، جگر ، زرده تخم مرغ ، حبوبات و سبزی هایی مانند جعفری و گشنیز) و مواد غذایی حاوی ویتامین C نظیر میوه ها و سبزی های تازه که موجب افزایش جذب آهن رژیم غذایی می شوند توصیه شود .



معاونت سلامت

- تجویز روزانه قطره مولتی ویتامین یا آ+ د از روز پانزدهم پس از تولد، به میزان ۱ سی سی در روز انجام می شود ، لذا با توجه به انواع مختلف قطره چکان مورد استفاده توسط شرکتهای دارویی، توجه به مندرجات روی جعبه قطره آ+ د، به منظور مشخص نمودن تعداد قطره های معادل ۱ سی سی جهت تجویز و آموزش به مادر ضروری است .
 - در آموزش تغذیه تکمیلی به مادران مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین A مانند جگر ، زرده تخم مرغ ، کره ، زرد و نارنجی رنگ مانند هویج و کدو حلوایی و سبزی های سبز رنگ مثل جعفری، شوید و گشنیز در غذای کودک متناسب با سن او توصیه می شود ، همچنین مصرف میوه هایی مانند طالبی، موز ، آلو، زرد آلو ، هلو و شلیل که غنی از ویتامین A هستند برای کودکان توصیه گردد.
 - در هنگام ارائه قطره آهن و قطره مولتی ویتامین یا آ+ د به مادران مراجعه کننده، در مورد لزوم دادن این قطره ها به کودک ، نحوه و مقدار مصرف آن ها آموزش های لازم داده شده و زمان مراجعه بعدی برای دریافت قطره ها به او با توجه به زمان مراجعات دوره ای کودکان در برنامه کودک سالم تاکید شود .
 - با توجه به اینکه قطره مولتی ویتامین یا آ+ د با فرمول دریافت روزانه ۱۵۰۰ واحد ویتامین A و ۴۰۰ واحد ویتامین D و آهن المنتال (خالص) با فرمول حداکثر ۱۵ میلی گرم در روز مطابق با دستورعمل وزارت بهداشت در کشور تولید می گردد، الزامی است، کارکنان شاغل در مراکز بهداشتی درمانی اکیداً از توصیه و مصرف هرگونه مکمل های دارویی تجارتي که فرمولاسیون آن ها با نسبت فوق الذکر مغایرت دارد خودداری نمایند.
- در خاتمه با توجه به اهمیت آموزشهای دوره ای در افزایش آگاهی، نگرش و عملکرد کارکنان بهداشتی و توانمندی ایشان در انتقال آموزش های صحیح به مادران، لطفا دستور فرمائید، ترتیبی اتخاذ گردد که در برنامه های باز آموزی بهورزان، کاردان ها و کارشناسان نکات فوق مورد توجه قرار گرفته و در پایش های دوره ای از اجرای صحیح مفاد این بخشنامه به طور مکرر اطمینان حاصل گردد.

دکتر سید حسن امامی رضوی
معاون سلامت

۱۳۸۸/۰۵/۲۶

۱۳۸۸ / ۱۶ / ۱۵

رونوشت :

- جناب آقای دکتر مرندي ، استاد ارجمند و عضو محترم کمیته کشوری تغذیه کودکان بازگشت به نامه شماره ۷۵۹ مورخ ۸۸/۵/۲۶ جهت استحضار
- جناب آقای/سرکار خانم.....عضو محترم کمیته کشوری تغذیه کودکان جهت استحضار