

ریاست تغذی عامه، یادداشت رهنمود تغذیه فنی ویروس کرونا (کووید-19)، افغانستان

هدف از این یادداشت فنی ارائه هدایت و راهنمایی به تیم های مراکز صحتی به رهبری بسته های اساسی خدمات صحتی (مرکز صحتی در سطح ولسوالی، مرکز صحتی جامع، مرکز صحتی اساسی، مرکز صحتی فرعی) با پیام های کلیدی و مجموعه اقدامات پیشنهادی مرتبط با خدمات ضروری تغذیه ای در شرایط کووید-19.

پیام های کلیدی

پیام های کلیدی که از طریق کارکنان صحتی (مشاورین تغذیه و پرستاران تغذیه) و کارکنان صحتی جامعه / رضاکاران به مادران / مراقبت کنندگان اطفال ۰-۵۹ ماه و زنان باردار در دوران کووید-19، انتقال یابند:

1. تغذیه با شیر مادر بهترین غذا برای فرزند شما است. تا 6 ماهگی طفل تان را بدون دادن آب، مایعات یا دیگر مواد غذایی، تنها شیر مادر دهید. هنگامی که طفل شما به سن 6 ماهگی (180 روز) رسید، غذاهای مکمل متناسب با سن، کافی و بی خطر را شروع نمایند، ضمن اینکه شیر مادر را تا 2 سال یا بیشتر ادامه دهید. یک رژیم غذایی متنوع حاوی میوه و سبزیجات و همچنین دانه ها و پروتئین ها (لوبیاء، خسته باب، دانه ها، گوشت، مرغ، ماهی و تخم مرغ) به تقویت سیستم ایمنی طفل شما کمک می کند. مخصوصاً سبزیجات دارای برگ سبز تیره، میوه و سبزیجات با رنگ نارنجی / زرد برای معافیت مناسب هستند.
2. شستن دست با آب و صابون بسیار مهم است، به خصوص قبل از تهیه غذا و تغذیه طفل. مکان و وسایل آماده سازی غذا را با آب و صابون پاک کاری کنید. از یک بشقاب / قاشق جداگانه برای تغذیه طفل خود استفاده کنید. هنگام تغذیه با طفل بازی و صحبت کنید.
3. اگر از تب، سرفه مداوم یا مشکلات تنفس رنج می برید، باید اقدامات حفظ الصحة خوب را رعایت کنید: از تماس با چشم، بینی و دهان خودداری کنید و با یک کارمند صحتی تماس بگیرید.

پیام های کلیدی که از طریق کارکنان صحتی (مشاورین تغذیه و پرستاران تغذیه) و کارکنان صحتی جامعه / رضاکاران به مادران / به مراقبت کنندگان اطفال ۰-۵۹ ماه و زنان باردار که مشکوک / مصاب به کووید-19 هستند، انتقال یابند:

1. تغذیه با شیر مادر بهترین غذا برای فرزند شما است. به فرزند خود شیر دهید حتی اگر شما یا فرزندتان مشکوک / مصاب به کووید-19 هستید. تعداد دفعات شیردهی را در حین و بعد از بیماری افزایش دهید. با وجودیکه طفل تان شش ماهگی را پوره کرده تغذی با شیر مادر را ادامه داده و طفل را با رژیم غذای متنوع حتی اگر مریض باشد، تغذیه نمایند و برای وزن گرفتن مجدد، دفعات تغذیه بعد از بیماری را افزایش دهید.
2. دستان خود را با صابون در مواقع مهم بویژه قبل و بعد از لمس فرزند خود بشویید. سطوح خانه خود را به طور مرتب با صابون و آب بشویید. هنگام تغذیه و مراقبت از طفل از ماسک استفاده کنید.
3. اگر نوزاد یا طفل مبتلا به کووید-19 یا هر بیماری دیگر شود، مادر باید به شیردهی طفل ادامه دهد. شیر مادر حاوی مواد مغذی حیاتی و مایعات محافظتی از مادر برای کمک به نوزاد در مبارزه با عفونت و بهبود سریعتر است.
4. اگر نمی توانید فرزند خود را به طور مستقیم شیر دهید، شیر خود را با استفاده از یک گیلاس پاک و دست شسته شده در اختیار طفل خود قرار دهید. اگر مشکلات تغذیه با شیر مادر را دارید، برای حل مشکلات خود از یک مشاور کمک بگیرید تا بتوانید شیر دادن را مجدداً شروع کنید. گزینه دیگر جستجوی دایه است که میتواند طفل شما را شیر دهد.

پیام ها مطابق با راهنمایی های اضافی که در سطح جهانی نشر خواهد شد، مرور و تجدید خواهند گردید. هدف این است که از موجودیت مهمترین پیامها در اولویت، اطمینان حاصل نماییم. در صورت درخواست بیش از حد از ارائه دهندگان خدمات، اولویت های رقابتی به میان خواهد آمد و احتمال از بین رفتن پیام رسانی وجود دارد.

اقدامات توصیه شده در دوران ویروس کرونا (کووید-19)

الف. درمان سوتغذی حاد

در طول همه گیری های ویروس کرونا (کووید-19)، سوء تغذی ممکن است افزایش یابد و ممکن است افزایش در موارد سوء تغذی حاد شدید (SAM) و موارد سوء تغذی حاد متوسط (MAM) مشاهده شود. تطبیق موارد ذیل در زمینه دستیابی برای به حداقل رساندن انتقال در بیماران مبتلا به سوء تغذی حاد بسیار مهم است.

- پیش بینی کافی و به موقع وسایل درمانی (از جمله داروهای معمول)
- کاهش تعداد دفعات پیگیری برای خدمات سرپایی IMAM - هر دو هفته یکبار برای SAM، ماهانه در صورت نیاز و با تأیید ریاست تغذی عامه (PND-MoPH).
- تعداد دفعات ملاقات های تعقیبی خدمات IMAM را برای مریضان سرپایی کاهش دهید - هر دو هفته یکبار برای SAM، در صورت نیاز به شکل ماهوار و به اساس منظوری ریاست تغذی عامه - وزارت صحت عامه. با توجه به اینکه یک شهر یا ولایت خاص در قرنطین جزئی و یا کامل است، کلستر تغذی بازدید ماهوار را طبق راهنمایی های جهانی که نشر شده است توصیه می کند. درخواست ها برای بازدید های تعقیبی ماهانه واقعه به واقعه مرور شده تا امکانات دسترسی به اکمالات ارزیابی گردیده و این روش حفظ گردد. اگر این در مورد یک شهر یا منطقه در ولایت شما باشد، لطفاً با همکار BPHS هماهنگ کنید و با تیم ACO در کابل (داکتر نوید) برای حمایت و گرفتن منظوری از ریاست تغذی عامه - وزارت صحت عامه، در تماس شوید. بازدید منظم ماهانه برای خدمات MAM توصیه می شود.

- فقط در اندازه گیری های آنتروپومتریک، با تغییر به MUAC و بررسی وجود پندیده گی در اطفال، میزان قرار گرفتن در معرض خطر را کاهش دهید. در حال حاضر دستورالعمل های ملی تعقیب شوند.
 - **تغذیه درمانی (therapeutic)** در بستر باید به فاصله 1.5 متری بین تختخواب و ساحات تجرید (**Isolation**) به صورت جداگانه ادامه یابد. درمان موقت را برای بیمارانی که مبتلا به کووید-19 میباشند، در بخش تجرید ادامه دهید.
 - در صورت امکان و در مکان های باز، اطمینان حاصل کنید که مریضان در موقع دریافت خدمات، فاصله گیری اجتماعی 2 متری را رعایت کنند.
 - اقدامات احتیاطی معیاری و جلوگیری و کنترل از عفونت (IPC) را تعقیب نمایید.
 - تماس با چندین کارکن صحتی را محدود کنید
 - مقیاس ها و وسایل مورد نیاز را در مراقبت های داخل بستر (خارج از بستر) بعد از هر بار استفاده ضد عفونی کنید.
 - رعایت مسایل حفظ الصحه را بالای مراقبت کنندگان در هنگام تماس جلد به جلد و شیردهی تاکید کنید.
- تجهیزات درمانی SAM به ولایات تحویل داده شده و می توانند خدمات را تا پایان ماه اپریل حفظ کنند.

ب. خدمات و مشوره دهی MIYCN

تغذیه با شیر مادر به ویژه در برابر بیماریهای انتانی مؤثر است زیرا با انتقال مستقیم معافیت قوی از شیر مادر، سیستم معافیت بدن را تقویت می کند. اقدام کلیدی توصیه شده، ادامه استفاده از خدمات مشوره دهی در دسترس مادران و مراقبت کنندگان برای محافظت، ترویج و تغذیه با شیر مادر (تغذیه مقدم و خالص) و غذا های مکمل مناسب و محفوظ برای سن و شیوه های تغذیه است.

• IFA مکمل در طول ANC و PNC

- همه مادران باید مکمل IFA را در طول ملاقات های ANC و PNC در سطح تسهیلات صحتی و در سطح جامعه دریافت کنند
 - قابله ها مسؤل توزیع IFA در HF و CHW در جامعه هستند.
 - مشاوران تغذیه برای هماهنگی با قابله ها و CHW برای اطمینان از دریافت همه PLW ها تابلیت IFA را دریافت کرده و در مورد اهمیت این مکمل ها و استفاده از آنها به درستی مشاوره می شود
 - درحین توزیع مکمل IFA اندازه گیری ایمنی MOPH برای همه دواها باید از آلودگی تابلیت در نظر گرفته شود
- ### • مشاور تغذیه مادران
- مشاوران تغذیه خدمات خود را ادامه میدهند تامشوره تغذیه یک تایک را به همه مادران حامله و شیرده در مراکز صحتی ارایه دهند وبا CHW از طریق CHS هماهنگ شوند تا اطمینان حاصل شود که CHW ها همچنان در طول فعالیت های بازدید خود مشوره تغذیه را به PLW ها ارایه می دهند.
 - قابله ها مشوره تغذیه را برای همه خانم های حامله در طول ANC و خانم های شیرده در طول PNC ادامه میدهند.
- ### • حمایت صحت روانی از PLW
- NCs و قابله ها با مشاوران روانی در مراکز صحتی هماهنگ هستند تا سلامتی روان و PSC لازم را به PLWs ارایه دهند، مداخلات صحتی روان در غله براسترس، افسردگی و سایر نگرانی های روانی، اجتماعی زنان از اهمیت ویژه ای برخوردار است بسیار مهم است که کارکنان مراقبت های صحتی از رابطه بین تغذیه و صحت روانی به ویژه در مورد تغذیه مادر و طفل مطلع شوند
 - مشاوران ماهر صحت روانی در تمام CHC ها موجود هستند و در سطح BHC قابله ها مشوره های اساسی را ارایه میدهند از اینرو تمام قابله ها در سطح BHC در مورد مشوره های عمومی طبق استاندارد های وزارت صحت عامه توسط ریاست صحت روانی آموزش می بینند.

ج. برنامه تغذیه مبتنی بر جامعه (CBNP)

CBNP پلتفرم است که اعضای جامعه را با کارکنان صحتی جامعه و رضاکاران که خدمات MIYCN و آزمایشات را به پیش میبرند، پیوند می دهد. در زمینه کووید-19، تمام فعالیت ها ادامه نخواهد یافت.

اقدامات کلیدی مربوط به CBNP:

د. تیم بسیج تغذیه (NMT)، جلسه بسیج جامعه (CMS) و کارکنان صحتی جامعه و رضاکاران و آموزش مروری

- شرکت کنندگان در یک جلسه نباید بیش از 10 نفر باشند
- حداقل 1.5 متر فاصله در بین شرکت کنندگان در آموزش مراعت گردد.

- ضد عفونی کننده دست باید در دسترس باشد
- آب و صابون باید در دسترس باشد (ایستگاه شستشوی دستی)
- ضد عفونی در محل آموزش قبل و بعد از هر جلسه
- ضد عفونی سطوح اغلب لمس شده
- CMS: مادران باید به شستن دست های خود با صابون قبل و بعد از شیر دادن، تغذیه طفل، پاک کردن تشویق شوند
- آموزش کارکنان صحتی جامعه و رضاکاران: بسیار توصیه می شود که آموزش ها در فضای باز در سطح پسته صحتی انجام شود

د. معاینه اطفال زیر 5 سال و جلسات GMP ماهانه برای اطفال کمتر از دو سال

- معاینه اطفال زیر سن 5 سال و ارائه پیام های IYCF باید به صورت خانه به خانه انجام شود - از تجمع خودداری شود
- ضد عفونی نمودن نوار MUAC قبل و بعد از هر بار استفاده توسط ضد عفونی کننده دست.
- برای به حداقل رساندن شیوع ویروس، جلسه GMP باید در مناطق پرخطر متوقف شود تا شرایط به حالت عادی برگردد
- از آنجا که جلسه GMP اتفاق نمی افتد، بنابراین تا زمانی که وضعیت به حالت عادی برگردد، انجام جلسات نمایش مواد غذایی توصیه نمی شود.

ه. مدیریت معلومات تغذی

توافق شده است که اطلاعات مربوط به خدمات معمول از طریق دیتابیز HMIS و PND جمع آوری شود، و هیچ سیستم موازی با توجه به اولویت تمرکز به رسیدگی در این زمینه قرار نمی گیرد. اطلاعات موجوده مربوط به تغذیه هنوز به عنوان یک منبع ارزشمند برای تجزیه و تحلیل وضعیت تغذیه و عوامل / پیش بینی کننده های احتمالی در زمینه کووید-19 عمل می کند. از آنجا که گزینه های جمع آوری ارقام با توجه به اقدامات مسافت فیزیکی محدود می شوند، از ارقام تاریخی (قبلی) و ارقام جدید برنامه ها می توان به عنوان شاخص های نمایش دهنده استفاده کرد تا از وقفه در سرویس های کلیدی تغذیه اطلاع رسانی نمود.

اقدامات توصیه شده کلیدی برای مدیریت معلومات:

- برای اطمینان از ادامه عملکرد سیستم، از HMIS (و اطلاعات معمول تغذیه ای موجود در آن) پشتیبانی بیشتری کنید.
- اطمینان حاصل شود که به اشتراک گذاری ارقام و استفاده از آن بین همکاران، پلتفرم ها و سیستم های روتین (دیتابیز تغذیه، HMIS، NPC) انجام شده است. برای جلوگیری استفاده کاغذ برای راپوردهی، روشهای ابتکاری جدید را برای گزارش و اشتراک گذاری اطلاعات جستجو نمایید.
- منابع و راهنمایی های مربوط به تجزیه و تحلیل ارقام ثانوی و استفاده از آن را به اشتراک بگذارید.
- تمام نظرسنجی های سطح خانواده / جمعیت محور را به حالت تعلیق در آورید.
- در یک وضعیت کامل بسیج جمعیت، شاخص های مربوطه را که با گذشت زمان بطور منظم جمع آوری شده است شناسایی کنید و از آنها برای نظارت بر اختلال در خدمات تغذیه ای استفاده کنید.
- ظرفیت کشور را برای تجزیه و تحلیل و استفاده از روند ارقام ثانوی و تحلیل وضعیت افزایش داده شود.