



اعلامیه وزارت صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان

فراخوان به حمایت از تغذی مناسب اطفال شیرخوار و خردسال و جلوگیری از کمکهای ناخواسته و توزیع فرمولای شیرخواران و جایگزین های شیر مادر در افغانستان تحت شرایط فعلی کووید-19

می-2020

وزارت صحت عامه (MOPH) با همکاری یونسف، سازمان جهانی صحت، برنامه جهانی غذا، سازمان غذا و زراعت، ای.سی.اف (ACF)، حفاظت از اطفال (Save the Children) و کلیه شرکای کلستر تغذی افغانستان خواستار حفاظت، ترویج و پشتیبانی از تغذی مصون و مناسب نوزادان و خوردهسالان در جریان وضعیت اضطراری فعلی کووید-19 و بکارگیری از احتیاط در برابر اهدای غیرضروری و مضر شیر بودری، توزیع و استفاده از شیر بودری، فرمول شیرخوار و شیر سویا (پودر / مایع) میباشد.

در شرایط اضطراری فعلی کووید-19، صحت و تغذی تمام نوزادان و خوردهسالان مشخصاً مورد تهدید و در معرض خطر بیشتری قرار دارند. خطر مرگ و میر مشخصاً به دلیل تأثیر مرتبط شیوع بیشتر بیماریهای واگیر / بیماریهای مربوط به بهداشت مانند اسهال و افزایش احتمالی میزان سوء تغذی، زیاد است. این امر به ویژه در افغانستان با چندین عامل تشدید کننده از جمله عدم امنیت غذایی بیشتر است.

استراتژی جهانی برای تغذی شیرخواران و خوردهسالان چنین شرح میدهد که: "نوزادان و خوردهسالان از آسیب پذیرترین قربانیان حالات اضطراری طبیعی یا غیر طبیعی (ساخته دست انسان) هستند. یک تصور غلط رایج وجود دارد که در مواقع اضطراری، بسیاری از مادران به دلیل استرس یا تغذی ناکافی دیگر نمی توانند به اندازه کافی شیر دهی کنند. قطع تغذی با شیر مادر و تغذی تکمیلی نامناسب، خطر سوء تغذی، بیماری و مرگ و میر را افزایش می دهد." همانطور که در رهنمودهای سازمان جهانی صحت تأکید صورت گرفته است، ایجاد محیط پایدار که باعث تشویق شیردهی برای شیرخواران تا 6 ماهگی و همچنین تغذی تکمیلی مناسب و ادامه شیردهی برای اطفال در 6 ماهگی الی 2 سالگی و فراتر از آن باید ارتقاء، محافظت و پشتیبانی با مداخلات چند سکتوری صحی و غیرصحی منسجم صورت گیرد. همچنان، وزارت صحت عامه خواستار حمایت از تغذی مناسب شیرخواران و خوردهسالان و جلوگیری از اهدای غیر مجاز جایگزین شیر مادر (یعنی شیر بودری) در افغانستان در جریان بیماری همه گیر کووید-19 میباشد.

تغذی با شیر مادر در شرایط اضطراری، باعث محافظت اساسی در برابر عفونت میشود. مطابق مقررہ حمایت و تقویت تغذی طفل توسط قانون شیر مادر در افغانستان، و همچنین رهنمود بین المللی، کمک های مالی، تدارک و ارتقاء فرمول شیرخوار، یا هر نوع فرآورده های شیر (پودر یا مایع) از جمله شیر سویا مایعات و پودرها، غذاهای شیرخوار و چوشک را نباید در مراکز صحی و یا جامعه تهیه کرد. استفاده از غذاها، بوتل ها تغذی فقط خطر ابتلا به عفونت ها را بیشتر می کند زیرا تمیز کردن صحیح و ضد عفونی منظم آنها دشوار است.

تجربه شرایط اضطراری گذشته در افغانستان و همچنین مناطق دیگر نشان داده شده است که چنین محصولاتی که به صورت کم مورد هدف قرار گرفته اند، جان نوزادان را به خطر می اندازد و اغلب مادران را از شیر دادن منصرف می کند و متعاقباً موجب

تضعیف عادات و فرهنگ شیردهی می شود. هرگونه استفاده، کمک مالی، پذیرش کمکهای مالی، تدارکات و ارتقاء چنین محصولاتی باید مبتنی بر ارزیابی دقیق نیازمندی ها باشد که وزارت صحت عامه، با پشتیبانی فنی شرکاء، در شرایط سخت پس از گزینه های دیگر مانند re-lactation (ترشح دوباره شیر توسط غدوات پستانی)، پرستاری و شیر اهدا شده مادر که امکان پذیر نباشند و در صورت لزوم، محصولات باید از معیارهای (Codex Alimentarius) و لایحه حمایت و تقویت تغذی طفل باقانون شیر مادر افغانستان، پیروی نماید.

شروع زود هنگام و تغذی خالص با شیر مادر از زمان تولد الی 6 ماهگی

تقریباً تمام مادران در افغانستان شیردهی را آغاز می کنند. با این حال، بسیار مهم است که همه مادران طبق توصیه های سازمان جهانی صحت و شرایط کووید-19 به شیردهی ادامه دهند:

- در جریان یک ساعت پس از تولد، شروع به شیردادن به نوزادان نمایید و به طور خالص شیردهی را تا شش ماهگی (180 روز) ادامه دهید. برای تأمین نیازهای غذایی و مایعات یک نوزاد در طول شش ماه اول زندگی، هیچ غذایی و مایعی به غیر از شیر مادر - حتی آب - نیز لازم نیست.

طبق توصیه های فعلی سازمان جهانی صحت، زنان مبتلا به کووید-19 می توانند با تطبیق اصول حفظ الصحه تنفسی در هنگام تغذی، مانند پوشیدن ماسک؛ و شستن دستها قبل و بعد از لمس کردن طفل؛ به طور مرتب سطوح را تمیز و ضد عفونی کردن، اطفال خود را با شیر مادر تغذیه نمایند. خانم هایی که خیلی به شیر دادن مایل نیستند، باید مورد حمایت قرار گیرند تا با اقدامات ممکن، قابل دسترس و قابل قبول، از جمله تغذیه با شیرکشیده شده مادر، دریافت پشتیبانی تخصصی برای شیردهی دوباره، و در صورت امکان توصل به اهدا شیر انسانی، اطفال خود را با شیر مادر تغذی نمایند.

در شرایط فعلی کووید-19، شرایطی باید ایجاد شود که تغذی با شیر مادر را تسهیل کند، تا از ایجاد گوشه ها و پناهگاه های ایمن برای مادران و نوزادان، مشاوره یک به یک و از حمایت های مادر به مادر، اطمینان حاصل گردد. تشویق و حمایت از مادران برای شروع بی درنگ شیردهی پس از زایمان و ادامه دادن شیردهی به نوزاد الی شش ماهگی بسیار مهم است. در حالی که تأکید بیشتر بر اقدامات بهداشتی و تنفسی به مادران شیرده آلوده به کووید-19 دستور داده میشود، این اقدامات بهداشت شخصی / تنفسی و کلیه اقدامات کاهش خطر کووید-19 باید توسط تمام ذیدخلان در ترویج و حمایت از شیردهی و توسط همه مادران / پرستاران عملی شود.

تغذی طفل کمتر از شش ماه که از شیر مادر تغذی نشده اند

اولین انتخاب روش های تغذی برای نوزادان کمتر از شش ماه که از شیر مادر تغذی نشده اند، باید شیردهی مجدد (شروع مجدد شیردهی) باشد. اگر این امکان پذیر نباشد یا وقتی تغذی مصنوعی توسط کارمندان ماهر مانند ارائه دهندگان خدمات صحتی و یا مشاوران تغذی نوزاد تجویز شود، فرمول های شیرخوار لازم است و باید تحت کنترل دقیق پزشکی استفاده شود، همراه با آموزش بهداشت، تهیه و استفاده (از جمله نحوه تغذی با یک گیلاس یا از تکنیک های مکمل مکیدن که توسط یک فرد آموزش دیده پشتیبانی شود) برای به حداقل رساندن خطرات مرتبط با آنها استفاده کنید. استفاده از محصولات مانند فرمول شیرخوار، سایر فرآورده های شیری و شیر سویا پودر آن / مایع در مواقع اضطراری افزایش خطر مصاب شدن به سوء تغذی و بیماری را به دنبال داشته و زندگی را در معرض خطر قرار می دهد و این آخرین گزینه تنها زمانیکه اولین گزینه های مصون تر به طور کامل مورد بررسی قرار می گیرد، میباشد.

تغذی مکمل اطفال که بالاتر از شش ماه سن دارند

اطفال بالاتر از سن شش ماهگی علاوه بر شیر مادر به غذاهای مکمل حاوی مواد مغذی، متناسب با سن و بی خطر نیاز دارند. اولویت باید غذاهای محلی در دسترس، غذاهای مورد قبول فرهنگی، مواد مغذی مناسب و متناسب با سن، متنوع، پاک و مصون باشد.

- حداقل چهار گروه غذایی مختلف (حبوبات، پروتئین، گوشت و میوه و سبزیجات) در روز. به طور کلی، اطفال بسته به سن خود باید مقدار 2-4 بار در روز با مقدار حدود 2 قاشق غذاخوری تا 250 میلی لیتر گیلاس در هر وعده غذایی، مطابق به سن تغذیه شوند.

پرستاران باید بتوانند با استفاده از غذاهای متنوع و محلی، و دستورالعمل های پخت و پزغذاهای کمکی، خوردسالان را تغذی کنند. همچنین باید به کاهش حجم کار مادر توجه شود و زمان لازم برای آمادگی و تغذیه صحیح اطفال خوردسال فراهم شود.

شناختن این نکته ضروری است که در طول همه گیری های کووید-19، در دسترس بودن مواد غذایی و دسترسی خانواده ها ممکن است محدود باشد، تا جایی که زنان باردار و شیرده (PLWs) و اطفال خوردسال به طور ویژه آسیب پذیر هستند، خوردن طیف گسترده ای از غذاها برای اطمینان از دریافت مقادیر کافی از عناصر مکمل برای بدن حائز اهمیت است که برای مصونیت کلی نیز بسیار مهم میباشد. سهم های غذایی تحت توزیع عمومی مواد غذایی باید شامل منابع پروتئینی (حبوبات، گوشت، ماهی، تخم مرغ) و میوه و سبزیجات تازه تا حد امکان باشد و از هر نوع محصولات جایگزین شیر مادر و غذاهای بسته بندی شده و فرآوری شده خودداری کنید.

برای جلوگیری از ابتلا به بیماری و مرگ و میر نوزادان و خوردسالان، که با تمام انواع جایگزین های شیر مادر همراه است، وزارت صحت عامه از تمام دولت و شرکای خود می خواهد که دستورالعمل های ارائه شده برای محافظت، ترویج و پشتیبانی از تغذی با شیر مادر (شروع زودهنگام و خالص شیردهی) و متناسب با سن را رعایت کنند. و مکمل های غذایی مصون و مکمل و شیوه های تغذی به عنوان مؤلفه مهم برنامه ریزی و پاسخ برای اطفال خوردسال در زمینه کووید-19 پیروی نمایند.

جلالتماب
اسم و امضاء وزیر
وزیر صحت عامه

زود