



د افغانستان اسلامي جمهوریت د عامې روغتیا وزارت اعلامیه

د ماشومانو او نو زېږو د تغذیې لپاره د مناسبې مرستې غوښتنه، او په افغانستان کې د کویډ-۱۹ اوسني وضعیت ته په کتو د ماشومانو لپاره د نه غوښتل شویو مرستو او د پوډرې شیدو یا دمورد شیدو د بدیلونو ویشولو څخه ډډه کول

د ۲۰۲۰ کال می میاشت

د عامې روغتیا وزارت د ملګرو ملتونو د ماشومانو د ملاتړ صندوق (UNICEF)، د روغتیا نړیوال سازمان (WHO)، د خورو نړیوال سازمان (WFP)، د ملګرو ملتونو د کرنې او خوراک ادارې (FAO)، د افغان سیکو فاونډیشن (ACF)، د ماشومانو ژغورنه (Save the children) او په افغانستان کې د تغذیې ټولو فعالینو په مرسته د دې لپاره کار کوي چې د کویډ-۱۹ په دې نازک او اضطراري حالت کې د ماشومانو د تغذیې ساتنې، ترویج، او ملاتړ وکړي تر څو د غیر ضروري او زیان رسونکو مرستو، پوډرې شیدو د وپس او استعمال، او د ماشومانو لپاره د سویا شیدو (پوډرې/مایعات) د ګټې اخیستنې څخه مخنیوی وکړي.

د کویډ-۱۹ په اوسني بیړني حالت کې د ټولو ماشومانو او نو زېږو روغتیا او تغذیه ګواښل شوي او په ډیر خطر کې ده. د مریني خطر ځکه لوړه شوی چې د ساري ناروغیو د لیرد کچه لوړه شوې ده او یا د حفظ الصحي اړوند لکه نس ناستي (اسهال) او د خوارځواکۍ کچه هم پورته شوې ده. د مریني کچه په افغانستان کې په خاص ډول لوړه شوې ده ځکه دلته ډیر منفي لاملونه شتون لري چې د هغې څخه یو هم د خوارو نشته والی دی.

د ماشومانو د تغذیې لپاره په نړیواله ستراتیژي کې داسې ذکر شوي: "ماشومان او نو زېږي (ماشومان) د طبیعي یا غیرطبیعي (د انسان په واسطه جوړ شوي) بیړني حالت څخه د تر ټولو ډیر زیانمن شویو قربانیان له ډلې څخه دي. د خلکو تر منځ یوه غلطه انگیزه شتون لري، چې په اضطراري حالتونو کې میندې نشي کولی خپلو ماشومانو ته د روحي فشار یا کمې تغذیې له امله شیدې شپږې ورکړي. د مور لخوا کمې شیدې ورکول او غیر مناسب بشپړ تغذیه کول په ماشومانو کې د خوارځواکۍ، ناروغتیا، او مریني د خطر کچه پورته وړي." لکه څنګه چې د روغتیا نړیوال سازمان (WHO) لارښوونو پر دې ټینګار کوي د یو باثباته چاپیریال رامینځته کول چې په خاصه توګه د مور شیدې ورکول هغه ماشومانو ته چې د ۶ میاشتو څخه کوچني دي وهڅول شي همدارنګه، د ۶ میاشتو څخه تر ۲ کلونو پورې عمر لرونکي ماشومانو لپاره مناسب بشپړ خواره او دمورد شیدو دوام باید د متعدد روغتیايي او غیر روغتیايي سکټور لخوا وده، ساتنه او ملاتړ وشي. او همداسې، MOPH (د عامې روغتیا وزارت) د ماشومانو او نوی زېږیدل شوی ماشومانو د مناسبې تغذیې لپاره غوښتنه کوي او کویډ-۱۹ په حالت کې د مور د شیدې بدیل (پوډرې شیدې) د نه غوښتل شوي مرستو څخه د ډډه کولو غوښتنه کوي.

په بیړني حالت کې د مور په شیدو تغذیه کولی شي چې د ساری ناروغۍ پروراندې لازمي محافظت چمتو کړي. په افغانستان کې د ماشوم تغذیه کولو قانون لخوا د ماشوم تغذیه پیاوړي کولو او تقویه کولو کې د مقرراتو، او د نړیوال لارښود د مخې، هغه مالی مرستې، د ماشوم فارمولا (پوډرې شیدې) چمتو کول او ترویج، یا د سویا شیدو، مایعاتو او پوډرو په شمول د شیدو هر ډول محصولات (پاؤډر یا مایع) د شیدو چوشک، د ماشوم خواره (سیریلک)، باید روغتیايي مرکزونو یا ټولنه کې چمتو نشي. د خوارو او د تغذیې بوتلونو کارول یوازې د انتاناتو خطر ډیروي ځکه چې دا ستونزمن کار دی چې دوی په سمه توګه پاک کړي او په منظم ډول یې غیر منتن کړي.

په افغانستان او نورو ځایونو کې پخوانی بیړني تجربو ته په کتو داسې معلومیږي چې د نوموړو تولیداتو (پوډرې شیدې) څخه ډیره ګټه اخیستنه د دې لامل ګرځي چې میندې خپلې شیدې ماشومانو ته ورنکړي او د ماشومانو ژوند په خطر کې اچوي او د هغې فعالیتونو څخه مخنیوی کوي چې د ماشومانو ژوند ژغوري، او د شیدې ورکولو فرهنگ د مینځه وړي. د دې تولیداتو څخه ګټه اخیستنه، مرسته کول، د

مرستی منل، اخیستل او ترویج باید د عامې روغتیا وزارت سره یوځای وروسته د اړتیاوو د ارزونې د ترسره کولو څخه ترسره شي. د همکارانو تخنیکي ملاتړ سره وروسته د نورو بدیلونو لکه تغذیه کول، لمده پالنه، او مرسته شوي شیدې ورکول امکان نلري د سخت شرایطو لاندې ترسره کيږي. که اړتیا وي، دا محصولات باید د کودیکس الیمینتریوس (Codex Alimentarius) سیندریونو او د ماشوم د تغذیه کولو ساتنې او تنظیم قانون چې د افغانستان د شیدې ورکولو قانون لخوا وړاندې شوی مطابقت ولري.

دمخه پیل د زیږون څخه تر ۶ میاشتو پورې د ماشوم تغذیه کول یوازې د مور په شیدو

تقریباً ټولې میندې په افغانستان کې شیدې ورکول پیل کوي، بیا هم، دا اړینه ده چې ټولې میندې د WHO سپارښتنو سره سم د کوید-۱۹ په حالاتو کې شیدې ورکولو ته دوام ورکړي.

- د ماشوم د زیږیدو څخه وروسته په لومړۍ ساعت کې باید شیدو ورکول پیل شي او تر ۶ میاشتو وروسته (۱۸۰ ورځې) پورې باید دوام ورکړل شي. د ماشوم د تغذیه کولو اړتیاوې او مایعاتو پوره کولو لپاره تر ۶ میاشتو پورې بغير دمور شیدو څخه بل هېڅ ډول مایعاتو او خواړو ته اړتیا نشته حتا اوبه هم.

د WHO د اوسني وړاندیزونو سره سم، په کوید-۱۹ اخته میرمنې کولی شي د تغذیه کولو پرمهال د تنفسي حفظ الصحي توکو په کارولو ورکړي، لکه: ماسک اغوستل؛ په ماشوم د لاس و هلو څخه مخکې او وروسته د لاسونو مینځل او په منظم ډول د ځای پاکول. د هغه میرمنو څخه باید ملاتړ وشي چې دومره ډیرې ناروغې دي چې نشي کولی خپل ماشوم ته شیدې ورکړي، دا ملاتړ باید په ممکنه، شته او د منلو وړ لارو ترسره شي، چې په هغې کې د بیا شیدو ورکولو کې مرسته، د انسان د شیدو د مرسته کوونکو سره اړیکه او همداسې نور شامل دي.

د کوید-۱۹ په اوسني حالت کې، داسې شرایط باید چمتو شي چې د مور شیدې ورکولو پرمهال اسانتیاوې رامنځته کوي ترڅو د امن ځایونو/پتځایونو د جوړولو په واسطه ماشومانو او میندو ته محرمیت تامین شي، او تک په تک مشوره ورکولو او د یوې مور څخه بلې مور ته ملاتړ وړاندې شي. دا اړینه ده چې میندې و هڅول شي او ملاتړ ترې وشي ترڅو د ماشوم د زیږیدو څخه وروسته ژر تر ژره شیدې ورکړل شي، او خپل ماشوم ته تر ۶ میاشتو پورې شیدې ورکړي. پداسې حال کې چې د شخصي / تنفسي حفظ الصحي تدابیرو ډیر ټینګار په هغه میندو کې چې په کوید-۱۹ ناروغې اخته دي، دا شخصي / تنفسي د حفظ الصحة تدابیر او د کوید-۱۹ د خطرونو د کچې کمولو تدابیر باید د ټولو میندو او نرسانو یا قابله کانو له خوا ترسره او عملی شي.

د شپږ کلن څخه د کم عمر لرونکي ماشومانو تغذیه چې د مور شیدې نه ورکول کيږي

د هغه ماشومانو لپاره چې د شپږ کلن څخه کوچیني دي او د مور شیدې نه ورکول کيږي تر ټولو اړین کار د مور شیدو د ورکولو بیا پیل کول دی. او که دا کار امکان نه لري او یا مصنوعي تغذیه د مهارت لرونکو کارکوونکو لکه د روغتیا وړاندې کوونکو او یا د ماشومانو د تغذیې سلاکارانو لخوا ترسره کيږي، نو بیا باید د ماشومانو د فورمولو (پوډری شیدو) کارول اړین دی او باید جدې طبي کنترول لاندې وکارول شي، او باید د حفظ الصحة، چمتووالي او گټه اخیستنې په اړه ټریننگ بې لاسته راوړی وي (ددې په شمول چې د یوې پیالې څخه په گټه اخیستو څنګه خواړه ورکړل شي او یا د یو روزل شوی شخص په مرسته د شیدو اخیستو تخنیکونه وکارول شي) ترڅو د خطرونو کچه کمه شي. بیړنۍ حالت کې د ماشومانو فورمولو (پوډری شیدې)، او نور شیدو او سویا شیدو پوډری/مایع تولیداتو کارول د خواړو ځواکي خطر ډیر وی ډیر خطر لري، او د ناروغیو لامل ګرځي او د ماشومانو ژوند په خطر کې اچوي او دا باید هغه وخت وکارول شي چې نور د تغذیې لارې شتون ونلري

د شپږو میاشتو عمر لرونکو ماشومانو بشپړه تغذیه کول

د مور د شیدو ترڅنګ، د شپږو میاشتو څخه ډیر عمر لرونکي ماشومان تغذیه کوونکي خوراکی توکو ته اړتیا لري چې عمر سره یې مناسب او خوندي وي. داسې خواړو ته باید لومړیتوب ورکړل شي چې په سیمه کې شتون وي، د کلتوری لحاظه د منلو وړ وي، د تغذیې لپاره مناسب وی او د ماشوم عمر-ته مناسب، پاک او خوندي خواړه وي.

- په عمومي ډول، کوچني ماشومان باید د دوی عمر ته په کتو په ورځ کې شاوخوا 2-4 ځلې خواړه ورکړل شي چې د دوی د عمر سره سم د خواړو په اندازه د 2 چمچو څخه تر 250 ملي لیتر کپ پورې وي.

قابلہ گانی او نرسان باید وکولای شی ماشومانو ته د خوارو چمتو کولو او پخولو لارښود څخه په استفاده خواره چمتو کری او دوی ته خواره ورکړي، او دا کار باید په سیمه کې د شته د بیلابیل خوارو څخه په استفاده وکړي. د میندو د کار کچه باید کمه شی تر څو دوی دې ته وخت ولري چې خپلو ماشومانو ته خواره چمتو او ورکړي.

دا اړینه ده چې په دې پوه شو چې د کوید-۱۹ په جریان کې به د خوارو شتون او لاسرسی به کورنیو ته کم وي، او د دې له امله به امیندواره او شیدې ورکونکی بنځي او کوچني ماشومان په خاصه توګه زیانمن شي. د خوارو د بیلابیل ډولونو خوړل د دې لپاره اړین دي چې بدن ډیر مقدار مایکرونیوټریټونه ترلاسه کوي چې هغه د مصونیت سیستم لپاره ډیر اړین دي. د خوارو په کې باید پروټین لرونکي خواره (حبوبات، غوښه، کب، هګۍ) او تازه میوی او سبزیجات هر څومره ډیر چې ممکن وي شامل وي او د هر ډول تولیداتو، بستې او پروسس شوی خوارو څخه چې د مور شیدو پرځای کارول کیږي ډډه وشي.

تر څو چې د مور شیدو پر ځای د ګټه اخیستل شوی موادو له امله د ماشومانو د غیر ضروری ناروغیو او مړینې څخه مخنیوی وشي، د عامې روغتیا وزارت د ټولو دولتي سکټورونو او شریکانو څخه غوښتنه کوي چې د هغو وړاندې شویو لارښوونو څخه پیروي وکړي چې د مور د شیدې ورکولو د تشویق، محافظت او ملاتړ لپاره وړاندې شوي او د پروګرام یو اساسی برخې پر ډول د هغو لارښوونو څخه باید پیروي وکړي چې څنګه د ماشوم عمر ته په کتو د کوید-۱۹ پر مهال مناسب خواره ورکړل شي.

په درناوی

د وزیر صاحب نوم او لاسلیک
د عامې روغتیا وزارت

DRAFT