دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

لیلا شورورزی

مدیرگروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت دانشکده علوم پزشکی نیشابور از " تقویت مراقبت‌های تغذیه‌ای کودکان در شرایط شیوع امیکرون " خبر داد.

مهندس لیلا شورورزی در گفتگو با وبدا گفت: با توجه به شیوع سویه جدید کرونا " اُمیکرون " در کشور و نبود برنامه واکسیناسیون برای کودکان زیر پنج سال، بدیهی است این گروه سنی در معرض خطر ابتلا به این بیماری می‌باشند که با علایمی نظیر تب، بی اشتهایی، آبریزش بینی و سرفه همراه است.

وی در ادامه اشاره کرد: در صورت ابتلای کودک به بیماری اُمیکرون مادران باید چندین نکته را مد نظر قرار دهند:

* تداوم تغذیه با شیر مادر یا شیر مصنوعی (در شیرخورانی که شیر مادرخوار نیستند) درکودکان کمتراز ٦ ماه و تداوم تغذیه با شیر مادر همراه با غذاهای کمکی متناسب با سن در کودکان بالای ٦ ماه

* دادن آب و مایعات گرم نظیر انواع سوپ‌ها و آش‌های محلی سبک مانند آش برنج و آش سبزیجات استفاده از آب میوه تازه و به ویژه مرکبات (پرتقال، لیمو شیرین و نارنگی)

* افزایش تعداد دفعات تغذیه به ٦ - ٥ بار در روز و با حجم کم جهت جبران کاهش اشتهای کودک.

* جذاب نمودن غذای کودک با استفاده از مواد غذایی رنگی مانند هویج ، کدو حلوایی، نخود فرنگی، گوجه فرنگی و لوبیا سبز جهت افزایش تمایل کودک به غذا خوردن.

1 / 2

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

* افزایش استفاده از منابع غذایی حاوی پروتئین، آهن، روی، ویتامین های A و C های‌جایگزین و غذایی هرم در اصلی غذایی های‌گروه از استفاده با آنها.

مدیرگروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت دانشکده علوم پزشکی نیشابوردر ادامه تاکید کرد: کودکان مبتلا به سوء تغذیه توسط مراقبین سلامت و پزشکان مستقر در مراکز خدات جامع سلامت شناسایی و به کارشناسان تغذیه جهت مشاوره وپیگیری، ارجاع داده می‌شوند. کارشناسان تغذیه برنامه تغذیه‌ای کودکان را بر اساس وضعیت اقتصادی‌اجتماعی و غذای بومی در دسترس تنظیم می‌کنند.

2 / 2

Phoca PDF