

دستور عمل اجرایی تجویز کپسول ژله ای مکمل ویتامین A

تابستان ۱۳۹۹

بحران ناشی از بیماری کووید-۱۹ می تواند پیامدهای نامطلوبی از جمله افزایش بیکاری ، کاهش درآمد و توانایی خرید مواد غذایی خانوار و در نهایت ناامنی غذایی در جامعه را به همراه داشته باشد. سازمان جهانی بهداشت و صندوق حمایت از کودکان سازمان ملل متحد (یونیسف) با توجه به نقش ویتامین A در تنظیم و تقویت سیستم ایمنی بدن و کاهش خطر ابتلاء به بیماری های عفونی و مرگ و میر ناشی از آن در کودکان زیر پنج سال ، دریافت مگادوز ویتامین A برای کودکان زیر پنج سال به ویژه در مناطقی که کمبود این ویتامین یکی از مشکلات تغذیه ای می باشد را توصیه می نمایند، بنابراین لازم است مکمل ویتامین A تجویز شود.

.(WHO. Guideline: Vitamin A supplementation for infants and children 6-59 months of age. Geneva, World Health Organization; 2011

Supplementation to prevent vitamin A deficiency

Population group	Oral dose	Frequency of dose
Infants 0–6 months	50,000 IU	Once
Infants 6–12 months	100,000 IU	Every 4–6 months
Children > 1 year	200,000 IU	Every 4–6 months

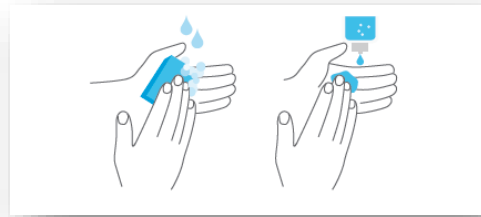
شرایط نگهداری کپسولهای ژله ای ویتامین A

- کپسولهای ژله ای ویتامین A از واکنش مقاوم تر هستند بنابراین برای انتقال آنها زنجیره سرما لازم نیست. از طرفی نیاز به نگهداری در یخچال ندارد. اما لازم به ذکر است که خواص آنها با قرارگیری در معرض هوا و نور آفتاب کاهش می یابد.
- کپسولهای ژله ای ویتامین A که به صورت دوز ۱۰۰ و ۲۰۰ هزار واحد بین المللی است باید:
 - دور از نور مستقیم آفتاب نگهداری شود.
 - در جای خنک نگهداری شود.
 - فریز نشود.
 - نزدیک مواد شیمیایی سمی دیگر نگهداری نشود
 - در دمای اتاق و در محیط خشک و خنک مانند محفظه و یا کابینت ذخیره شود.

- **توجه:** اگر قوطی ویتامین A در شرایط ذکر شده نگهداری و باز نشود تا ۲ سال قابل استفاده خواهد بود. کپسولهای ویتامین A باید در ظرف و یا قوطی نگهداری شود که نور از آنها عبور نکند.
- از زمانی که در قوطی باز می شود کپسولها باید در طی یکسال مصرف شوند. به محض بازکردن در قوطی تاریخ را ثبت کنید تا بدانید حداکثر تا چه زمانی می توانید از کپسولها استفاده کنید. کپسولها با دوزهای مختلف رنگهای متفاوت دارند. بهتر است قوطی محتوی دوزهای مختلف مکمل ویتامین A را در جای مجزا نگهداری کنید و روی آنها علامت بگذارید تا به راحتی متوجه شوید هر قوطی محتوی چه دوزی می باشد.

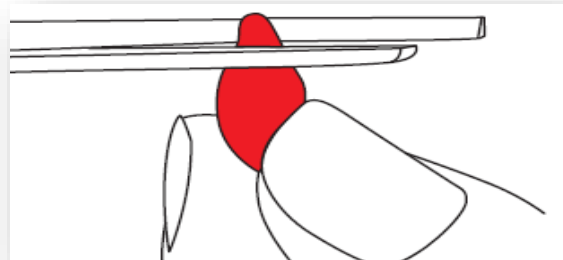
طرز مصرف:

- مرحله ۱: قبل از باز کردن کپسول ژله ای ویتامین A به کودک، تاریخ انقضا را کنترل کنید، دستهای تان را با آب تمیز و صابون و یا محلول ضد عفونی کننده دست (با پایه الکل) بشویید.

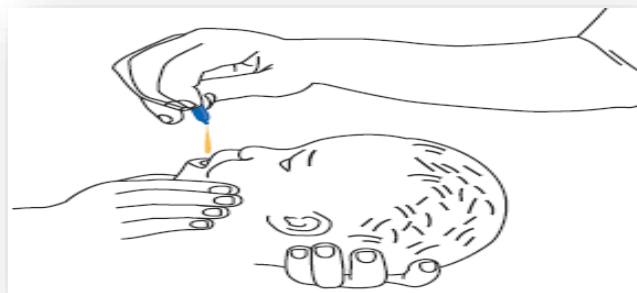


- مرحله ۲: از این که کودک به راحتی می تواند تنفس کند اطمینان حاصل کنید و اگر کودک بدون هیچ مشکلی می تواند نفس بکشد می توانید به مرحله بعد بروید.
- مرحله ۳: از همراه کودک بخواهید تا کودک را ثابت نگهدارد. از این که کودک آرام باشد اطمینان حاصل کنید.

- مرحله ۴ با قیچی تمیز سر باریک هر کپسول را مطابق تصویر زیر ببرید.



- بدون تماس با سر کپسول، آن را فشار دهید، به طوری که کل محتوی ویتامین آن وارد دهان کودک شود.

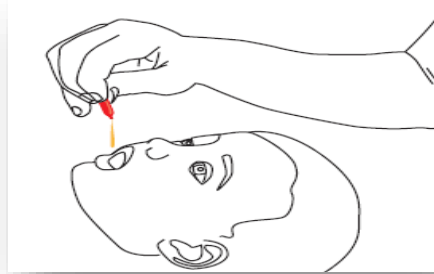


توجه به نکات زیر ضروری است

- اگر از کپسول ۲۰۰،۰۰۰ واحد بین المللی استفاده می شود یک کپسول برای کودک ۲۴ تا ۵۹ ماهه استفاده کنید.
- اگر از کپسول ۱۰۰،۰۰۰ واحد بین المللی استفاده می شود دو کپسول را همزمان برای کودک ۲۴ تا ۵۹ ماهه استفاده کنید.
- به یاد داشته باشید نباید کپسول محتوی ویتامین A را به کودک بدهید.
- کودک نباید کپسول را بجود و یا بلعد.
- برای باز کردن کپسول از سوزن استفاده نکنید و یا آن را با دندانهای تان باز نکنید.
- کپسول را به همراه/مراقب کودک ندهید تا بعدا آن را به کودک بدهد.

چگونه به کودکان (۲۴-۵۹ ماه) مکمل ویتامین A بدهیم

- از مراقب کودک بخواهید تا سر کودک را ثابت نگه دارد، از کودک بخواهید تا دهانش را باز کند. بدون تماس با نوزاد کپسول محتوی ۲۰۰,۰۰۰ واحد بین المللی کپسول ویتامین A یا دو عدد کپسول ۱۰۰,۰۰۰ واحد بین المللی همزمان را داخل دهان کودک بفشارید و از بلع کل مقدار ویتامین A اطمینان حاصل کنید.



- مرحله ۵: هر کپسول استفاده شده را در کیسه پلاستیکی بگذارید. دستها و قیچی را از روغن اضافی پاک کنید. برای پیشگیری از مصرف کپسول استفاده شده توسط کودکان یا جانوران، می توانید آنها را در جایی دفن کنید و یا در صورت امکان بسوزانید.

- مرحله ۶: پس از دادن مکمل ویتامین A به کودک، موارد به شرح زیر را در فرمی ثبت کنید:

نام و نام خانوادگی کودک	نام پدر	کد ملی	تاریخ دادن ویتامین

- اگر کودک کارت مراقبت بهداشتی دارد دوز مکمل ویتامین A تجویز شده را در آن ثبت کنید.

لازم به ذکر است که:

- هیچ بیماری و یا مشکل پزشکی نمی تواند مانع از تجویز مکمل ویتامین A شود. اگر کودک در هنگام مراجعه دچار سرخک یا گزروفتالمی (خشکی شدید چشم) باشد، مکمل ویتامین A را به کودک بدهید و برای درمان او را به پزشک ارجاع دهید.
- کپسول ژله ای ویتامین A می تواند بطور همزمان با واکسیناسیون کودک به او داده شود.

مشخصات ظاهری و نحوه استفاده کپسولهای ژله ای ویتامین A

- ۱۰۰،۰۰۰ واحد بین المللی ویتامین A (آبی رنگ) بطور خوراکی تجویز می شود.



- ۲۰۰،۰۰۰ واحد بین المللی ویتامین A (قرمز رنگ) بطور خوراکی تجویز می شود.



پیگیری

- برای پیشگیری از کمبود مکمل ویتامین A هر ۶ ماه باید تجویز شود.
- بعد از تجویز مکمل ویتامین A برای مراجعه بعدی کودک وقتی را تعیین کنید و به مادر یا مراقب کودک بگویید در زمان تعیین شده به پایگاه سلامت / خانه بهداشت مراجعه کند.

موارد احتیاط:

- اگرچه هیچ بیماری مانع از تجویز مکمل ویتامین A نمی شود. اما بعضی از کودکان **نباید** مکمل ویتامین A دریافت کنند:

- کودکانی که به دلیل عفونت تنفسی دچار مشکلات تنفسی هستند، بطوری که نمی توانند براحتی نفس بکشند.

- کودکانی که به دلیل ابتلا به بیماری کووید-۱۹ دچار مشکلات تنفسی هستند به طوری که نمی توانند به راحتی نفس بکشند و قادر به تغذیه از راه دهان نمی باشند .

تشخیص و درمان بیماری کووید-۱۹ در کودکان ، تنفس بیش از ۶۰ بار در دقیقه در سن زیر ۲ ماه ، بیش از ۵۰ بار در دقیقه در سن دو ماه تا یک سال ، بیش از ۴۰ بار در دقیقه برای سن یک سال تا ۵ سال ، و بیش از ۳۰ بار در دقیقه برای سن بیش از ۵ سال)

عوارض جانبی:

- مقدار ویتامین A که در برنامه پیشگیری از کمبود ویتامین A به کودک داده می شود، ایمن است و باعث عوارض جانبی نمی شود. لازم به ذکر است که بروز عوارض جانبی در اثر مصرف مکمل ویتامین A بسیار نادر است.

عوارض زیر ممکن است بطور نادر در بعضی از کودکان بروز کند

- کودک ممکن است کمتر غذا بخورد.
- کودک ممکن است دچار تهوع و استفراغ شود.
- کودک ممکن است دچار سردرد شود.

در هنگام تجویز مکمل ویتامین A به کودکان به مراقب کودک متذکر شوید

- خطر عوارض جانبی بسیار کم و در شرایط نادر بروز می کند.
- بروز عوارض جانبی گفته شده طبیعی و موقتی است.
- عوارض جانبی گفته شده در طی ۲-۱ روز از بین می رود.
- در صورت بروز عوارض جانبی هیچ درمانی لازم نیست انجام شود.
- مواردی که بعد از ۲ روز از تجویز مکمل ویتامین A از بین نرود به ویتامین A مرتبط نیست و باید توسط پزشک مورد بررسی قرار گیرد.

تجهیزات مورد نیاز برای تجویز مکمل ویتامین A

- ❑ مقادیر کافی کپسول ژله ای ویتامین A برای کودکانی که باید تحت پوشش قرار بگیرند .
- ❑ یک عدد قیچی برای هر فردی که مسئول تجویز مکمل ویتامین A به کودکان یا نوزادان است . قیچی تمیز و ضدعفونی شده برای باز کردن کپسول ها مورد استفاده قرار می گیرد .
- ❑ یک عدد کیسه پلاستیکی برای دور ریختن کپسول های مصرف شده
- ❑ دستمال برای پاک کردن روغن از دست فرد مسئول تجویز ویتامین A
- ❑ محلول ضد عفونی کننده دست (با پایه الکل) یا دسترسی آسان به آب تمیز و صابون برای پیشگیری از عفونت فرد مسئول تجویز ویتامین A
- ❑ ثبت مکمل دریافتی در کارت بهداشتی کودک و فرم ثبت
- ❑ تکمیل برگه چک لیست مخصوص ثبت تعداد کپسول ژله ای ویتامین A با دوزهای مختلف و تاریخ انقضا آن

