

# الأسئلة الأكثر شيوعاً حول مكملات فيتامين أ

## 1. ما الذي يجب علي فعله إذا كان الطفل يبكي؟

لا تجبر الطفل على اخذ فيتامين أ، لا تقوم بالضغط على انف الطفل لاجباره على البلع، ولا تعطي الجرعة الى الطفل وهو يبكي. تأكد من ان الطفل هادئ لتجنب الاختناق. لجعل الطفل يهدىء، من الممكن ان يقوم مرافق الطفل بحمل الطفل والمشي به حتى يتوقف الطفل عن البكاء. اذا لم يتوقف الطفل عن البكاء، اطلب من مرافق الطفل ان يقوم بإحضار الطفل في موعد التوزيع القادم.

## 2. هل من الممكن اعطاء مكملات فيتامين أ لمرافقي الطفل (بمعنى آخر، الوالدين او من هم أوصياء على الطفل) لكي يعطوه لاحقاً للطفل في المنزل؟

ان فيتامين أ والذي يستخدم في مشاريع التوزيع العالمية، يجب أن يعطى من قبل مقدمي الرعاية الصحية او المتطوعين والذين هم مدربين على اعطاءه، ولا يجب ابدأ اعطاء الكبسولة لمرافق الطفل لاعطاءها للطفل له في المنزل. لا ترسل فيتامين أ مع ذوي الطفل لاعطائه للطفل في البيت لاحقاً.

انظر الدليل المرجعي الخاص بـ Vitamin Angel حول كيفية اعطاء مكملات فيتامين أ في مشاريع التوزيع العالمية (بمعنى آخر الدليل المرجعي لاعطاء مكملات فيتامين أ) ولمزيد من المعلومات عن كيفية التعامل مع الاطفال الذين يصلوا الى مراكز التوزيع العالمية وهم مرضى والذين سيكونون بحاجة الى مساعدة طبية اضافية بالاضافة الى مكملات فيتامين أ الاخرى.

في جميع الاحوال، فإن المرضى من الرضع والاطفال يجب احالتهم فوراً الى مقدمي الرعاية الصحية من اجل تقييم حالتهم وتلقيهم العلاج وذلك مباشرة بعد اعطائهم جرعة فيتامين أ وذلك ما لم تكن الجرعة باطلة (بمعنى آخر يعاني الطفل من اي مشكلة بالجهاز التنفسي). اطلب من مرافق الطفل ان يقوم بإحضار الطفل في موعد التوزيع القادم.

## 3. هل من الممكن اعطاء فيتامين أ للاطفال ممن أعمارهم 5 سنوات أو أكثر اذا كانوا يعانون من نقص فيتامين أ؟ لماذا لا؟

ان الابحاث لا تدعم التوزيع العالمي لمكملات فيتامين أ للاطفال ممن أعمارهم 5 سنوات أو أكثر. على الرغم من أن مكملات فيتامين أ لا تؤذي الاطفال فوق عمر 5 سنوات، الا أنه لا يوجد اي توثيق حالياً بأن الاطفال فوق عمر 5 سنوات سيحصلون على أي فائدة منه. مرافقي الطفل (الوالدين او الاوصياء) الذين يقومون بإحضار الاطفال ممن أعمارهم 5 سنوات فأكثر الى مراكز التوزيع يجب اخبارهم الاطعمة الغنية بفيتامين أ والممارسات الغذائية الجيدة. ان مكملات فيتامين أ التي تقدمها Vitamin Angels هي لتجنب النقص في فيتامين أ بين الاطفال تحت 5 سنوات. في بعض الحالات المحدودة للغاية، اذا واجهت المنظمة الممنوحة طفل فوق عمر 5 سنوات وتبدو عليه علامات طبية لنقص فيتامين أ (جفاف الملتحمة) عندها، وحسب ما ورد في الفصل رقم 14 من الدليل المرجعي الخاص بـ Vitamin Angel حول كيفية اعطاء مكملات فيتامين أ في مشاريع التوزيع العالمية (بمعنى آخر الدليل المرجعي لاعطاء مكملات فيتامين أ)، فإن قرار اعطاء الطفل فيتامين أ من عدمه يجب ان يتخذ حسب كل حالة على حدة كما هو موصى به من قبل مختصي الرعاية الصحية.

## 4. لماذا تقوم معايير التأهيل بالتأكد من ان الطفل لم يقم بأخذ فيتامين أ في الشهر السابق، ولكن الجرعات الموصى بها هي 4-6 مرات بالشهر؟

حسب منظمة الصحة العالمية<sup>2</sup> فإن اقل فترة ممكنة بين جرعات فيتامين أ هي شهر واحد. أقصى فترة ممكنة بين الجرعات هي 6 شهور. على سبيل المثال، اذا لم يتلقى الطفل فيتامين أ خلال شهرين، فإنه من الافضل اعطاء الطفل الجرعة بدلاً من عدم اعطائه الجرعة وجعل الطفل ينتظر 8 شهور لكي يتلقى الجرعة القادمة (بمعنى آخر 2 شهر + 6 شهور). لمزيد من المعلومات، انظر الدليل المرجعي الخاص بـ Vitamin Angel حول كيفية اعطاء مكملات فيتامين أ في مشاريع التوزيع العالمية (بمعنى آخر الدليل المرجعي لاعطاء مكملات فيتامين أ).

## 5. هل يمكن اعطاء مكملات فيتامين أ للأمهات بعد الولادة؟

ان التوزيع العالمي لمكملات فيتامين أ للنساء بعد الولادة هو غير موصى به كتدخل صحي عام لمنع الامراض والوفيات بين الرضع والامهات (هذا ما اوصت به منظمة الصحة العالمية بشدة). يجب على النساء بعد الولادة الاستمرار بالتغذية الكافية.<sup>1</sup>

## 6. ماذا لو حكومة بلدي توصي بمكملات فيتامين أ للأطفال فوق 5 سنوات وللنساء بعد الولادة؟

ان مكملات فيتامين أ الممنوحة من قبل Vitamin Angels لا تعطى للأطفال فوق 5 سنوات ولا للنساء بعد الولادة وان اوصت الحكومة بغير ذلك. ان مكملات فيتامين أ المقدمة من قبل Vitamin Angels يجب ان تعطى فقط للأطفال من عمر 6-59 شهر. في بعض الحالات المحدودة جدا، قد توافق Vitamin Angels على توزيع مكملات فيتامين أ للأطفال فوق عمر 5 سنوات او للنساء بعد الولادة، على أية حال، وقبل النظر في هذا، يجب تزويد Vitamin Angels بنسخة من السياسات الرسمية للحكومة المتعلقة بمكملات فيتامين أ والتي تشمل على سياسة تلقي تلك الفئة من السكان مكملات فيتامين أ. بالإضافة الى ذلك، ستقوم Vitamin Angles بالنظر اذا كانت هذه الفئة قليلة (أقل من 5%) بالنسبة للمشروع ككل والذي يركز على التوزيع العالمي لمكملات فيتامين أ للرضع\ الاطفال من عمر 6 الى 59 شهر.

## 7. ماذا يحدث اذا انا قمت بفتح عبوة من فيتامين أ ولم اقم باستخدام الكبسولات في خلال عام واحد، هل سوف تصبح غير صالحة للاستخدام او ستصبح خطيرة في حال استخدامها؟

اذا لم يتم استخدام الكبسولات خلال عام بعد فتح العبوة، ستكون فعالية فيتامين أ بدرجة أقل، ولكن لن تصبح غير صالحة للاستخدام او حتى خطيرة اذا استخدمت. من المهم ان تقوم بتفقد مخزون فيتامين أ قبل التوزيع، وقم باستخدام الكبسولات من العبوات التي تم فتحها سابقا وايضا العبوات ذات فترة صلاحية قصيرة اولا، قبل استخدام عبوات فيتامين أ التي لديها فترة صلاحية أطول.

## 8. في بعض الاحيان تكون مناطق التوزيع ذات طقس حار، ماذا يجب علي فعله حول التخزين؟

تم فحص كبسولات فيتامين أ في ظروف درجات الحرارة والرطوبة العاليتين وتبين بأن الكبسولات ما زال بإمكانها ان تعطي نفس الكمية المتوقعة من فيتامين أ وذلك لمدة 3 سنوات على الاقل.

يجب ان يتم توفير منطقة تخزين كافية لجميع كميات التزويد لفيتامين أ وذلك للتأكيد على ان فيتامين أ سيتم تخزينه في مكان آمن، جاف وبعيدا عن اشعة الشمس المباشرة، هذه الظروف ستساعد في حفظ فيتامين أ في اقصى درجات الفعالية. حتى في مناطق التوزيع الحارة، يمكن حماية كبسولات فيتامين أ بحفظهم في عبواتهم الاصلية والمغلقة بإحكام وبعيدة عن اشعة الشمس المباشرة.

## 9. هل يمكن حفظ فيتامين أ في الثلجة؟

ليس لدينا اي بيانات تبين بأن الثلجة تؤثر على فيتامين أ. الثلجات تجعل الكبسولات قاسية، لذلك على العاملين في الصحة ان يقوم بإخراجها من المكان البارد قبل استخدامها بفترة حتى يستطيعوا عصرها في فم الطفل بطريقة سلسلة. اذا كانت الكبسولة قاسية، فإنه سيكون من الصعب قصها وسيبقى الكثير من زيت فيتامين أ داخل الكبسولة مما يؤدي بأن الطفل لن يأخذ الجرعة كاملة.

## 10. اذا حدث عند الطفل آثار جانبية مثل الصداع، الغثيان او القيء - هل يجب على الطفل ان يأخذ الجرعة بعد 6 شهور؟

تؤكد منظمة الصحة العالمية بأن هذه الآثار الجانبية هي عابرة ولا يوجد اي مشكلة في أن يقوم الطفل بأخذ الجرعة المناسبة بعد 6 شهور.

## 11. اذا حصل بعض الآثار الجانبية بعد ان يكون الطفل قد أخذ مكملات فيتامين أ، هل سوف تحدث الآثار الجانبية عند اخذه الجرعة القادمة من مكملات فيتامين أ؟

هنالك احتمال بأن الطفل سيواجه آثار جانبية اكثر من مرة، ولكن لا يوجد اي بيانات تشير الى أن ذلك سيحدث.

12. إذا كان الطفل يتيم وأو لم يرضع رضاعة طبيعية، هل ينصح بإعطائه جرعة أكبر من فيتامين أ؟

لا، حيث ان توصيات منظمة الصحة العالمية حول اعطاء مكملات فيتامين أ تعتمد على عمر الطفل ولا تقدم اي توصيات تعتمد على حالة الرضاعة الطبيعية للطفل.

13. كيف يبدو طعم مذاق فيتامين أ داخل الكبسولات؟

ان فيتامين أ هو على شكل زيت ولديه طعم انكهة خفيفة من الفانيليا.

14. هل يجب اعطاء مكملات فيتامين أ للبالغين؟

ان الابحاث لا تدعم التوزيع العالمي لجرعات عالية لمكملات فيتامين أ للبالغين.

كتدخل وقائي، بشكل عام. وبسبب ذلك، فإن منتجات Vitamin Angels هي ليست بقصد العلاج ولكن هي تستخدم للوقاية. التالي هو التوضيح والتوقعات بشأن النساء.

• **النساء حتى 6 اسابيع بعد الولادة:** ان التوزيع العالمي لمكملات فيتامين أ للنساء بعد الولادة هو غير موصى به كتدخل صحي عام لمنع الامراض والوفيات بين الرضع والامهات (موصى بها بشدة من قبل منظمة الصحة العالمية). يجب على النساء بعد الولادة الاستمرار بالتغذية الكافية.

• **النساء الحوامل والنساء في سن الانجاب:** النساء الحوامل او النساء في سن الانجاب واللاتي قد يكن في المراحل الاولى من الحمل سواء يعلمن بحملهن ام لا، يجب ان لا يأخذن جرعة عالية من مكملات فيتامين أ (أكثر من 10,000 وحدة دولية). ان الجرعة العالية من فيتامين أ في بداية الحمل من الممكن ان تؤثر على صحة الجنين.

• **علاج النساء اللواتي لديهن مشاكل في العيون:** للحصول على معلومات العلاج، انظر الدليل المرجعي الخاص بـ Vitamin Angel حول كيفية اعطاء مكملات فيتامين أ في مشاريع التوزيع العالمية (بمعنى آخر الدليل المرجعي لاعطاء مكملات فيتامين أ).

1. منظمة الصحة العالمية. الدليل: مكملات فيتامين أ ما بعد الولادة. منظمة الصحة العالمية، 2011.

2. منظمة الصحة العالمية. توزيع فيتامين أ خلال ايام التحصين الوطنية: 9: WHO/EPI/ GEN/98.06, 1998.

# الأسئلة الأكثر شيوعا حول طارد الديدان

1. ما الذي يجب علي فعله اذا كان الطفل يبكي؟

لا تجبر الطفل على اخذ طارد الديدان، لا تقوم بالضغط على انف الطفل لاجباره على البلع، ولا تعطي الجرعة الى الطفل وهو يبكي. تأكد من ان الطفل هادىء لتجنب الاختناق. لجعل الطفل يهدىء، من الممكن ان يقوم مرافق الطفل بحمل الطفل والمشى به حتى يتوقف الطفل عن البكاء. اذا لم يتوقف الطفل عن البكاء، اطلب من مرافق الطفل ان يقوم بإحضار الطفل في موعد التوزيع القادم.

2. هل من الممكن اعطاء طارد الديدان لمرافقي الطفل لكي يعطوه لاحقا للطفل في المنزل؟

ان طارد الديدان والذي يستخدم في مشاريع التوزيع العالمية، يجب أن يعطى من قبل مقدمي الرعاية الصحية او المتطوعين والذين هم مدربين على اعطائه، ولا يجب ابدأ اعطاء القرص لمرافق الطفل لاعطائه له في المنزل. لا ترسل طارد الديدان مع ذوي الطفل لاعطائه للطفل في البيت لاحقا.

3. هل يمكن اعطاء قرص الديدان للطفل كاملا دون سحقه بحيث يقوم الطفل بمضغه؟

لا لتقليل خطر الاختناق، قم دائما بسحق أقراص طارد الديدان لجميع الاطفال ما دون 5 سنوات. يمكنك سحق قرص طارد الديدان باستخدام زجاجة وقطعة ورقة نظيفة، معلقة او هاون ومدقة.

4. إلى أي مدى يجب سحق القرص؟

يجب سحق القرص بشكل كاف، بحيث يستطيع الطفل الذي لا يستطيع المضغ ان يبلع المسحوق بشكل آمن بدون تعريضه لخطر الاختناق.

5. ماذا يجب علي فعله اذا الطفل بدء يشعر بالاختناق اثناء تناول طارد الديدان؟

اذا بدء الطفل يشعر بالاختناق اثناء تناول طارد الديدان، يرجى اتباع التعليمات الموجودة على ظهر قائمة التحقق المرئية لفيتامين أ وطارد الديدان وايضا في الدليل المرجعي لطارد الديدان حول "ماذا افعل اذا شعر الاطفال بالاختناق".

6. ماذا أفعل بالنصف الآخر من القرص عند اعطاء نصف قرص من اليندازول للاطفال من عمر 12-24 شهر.

اذا استخدمت نصف حبة، قم بحفظ النصف الآخر لاستخدامه لطفل آخر.

7. لماذا من الموصى به اعطاء طارد الديدان مرة الى مرتين فقط بالسنة؟

توصي منظمة الصحة العالمية بأن طارد الديدان (اليندازول او مبندازول) يعطى مرة او مرتين بالسنة للاطفال في عمر ما قبل المدرسة، وذلك اعتمادا على انتشار عدوى الديدان الطفيلية المنقولة عن طريق التربة في تلك الدولة. معظم الدول وضعت سياسات موائمة لتوصيات منظمة الصحة العالمية وتتناسب بشكل جميل مع جدول مكملات فيتامين أ.

## 8. لماذا تمنع الحمى الطفل من تناول طارد الديدان؟

إذا كان الطفل يعاني من الحمى، أو اسهال شديد، أو استفراغ، فإن هذه الاعراض لا تؤدي الطفل اذا تلقى طارد الديدان، على اية حال، فإنه من الموصى به بأن الطفل الذي يعاني من هذه الاعراض ان لا يعطى طارد الديدان حيث انها من الممكن ان تسبب للطفل استجابة سيئة لطارد الديدان في المستقبل اذا استمرت هذه الاعراض على الطفل وبالتالي تصبح متعلقة بطارد الديدان.

## 9. ما الذي يوصى بفعله اذا قام الطفل ببصق طارد الديدان؟

اذا قام الطفل ببصق طارد الديدان، يجب ان يحضر الطفل مرة أخرى بعد شهر عندما يكون مؤهلاً لاخذ طارد الديدان مرة أخرى. تذكر، انه من المهم **ان لا تجبر الطفل على تناول قرص طارد الديدان**. اذا كان الطفل غير متعاون، دعه يغادر بدون اعطائه المطعوم، حيث سيكون لديه فرصة أخرى لان يأخذ المطعوم في الجولة القادمة.

## 10. هل يجب اعطاء طارد الديدان مع الطعام وأو الماء؟

بعد اعطاء الطفل طارد الديدان، بإمكانك اعطاؤه ماء نظيف للشرب، خاصة اذا كان يبدو على الطفل صعوبة بالبلع. تقديم الماء بعد كل قرص طارد الديدان غير ضروري.

استخدم دائما ماء نظيف للشرب معبأ في كأس نظيفة. تأكد من أن الطفل يجلس بشكل مستقيم ولا يميل رأسه للخلف.

يرجى زيارة موقعنا الإلكتروني: [www.vitaminangels.org](http://www.vitaminangels.org) لآخر التحديثات ولمزيد من المعلومات حول فيتامين أ وطارد الديدان للاطفال دون 5 سنوات.