பொது சுற்று நிருப இல. 01-68 |2016

எனது இல. FHB/FHB/CNU/01/Gen/2016
சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம் பணிமனை,
சுகாதார மற்றும் சுதேஷ வைத்திய அமைச்சு,
சுவசிறிபாய,
மதிப்பிற்குரிய படிகம விமலவன்ஸ தேரோ மாவத்தை,
கொழும்பு 10
21 .11.2016

சகல சுகாதார சேவைகள் மாகாண பணிப்பாளர்கள்
சகல சுகாதார சேவைகள் பிராந்திய பணிப்பாளர்கள்
சகல நிறுவனத்தலைவர்கள்
சகல சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர்கள்

சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கான இரும்பு குறைநிரப்பல்

குருதிச் சோகை இலங்கையில் 6 தொடக்கம் 12 மாதங்கள் வரையிலான மற்றும் 1 தொடக்கம் 2 வயதான குழந்தைகளிடையே பரவலாக காணப்படுகிறது அவர்களிடையே விரைவான உடல், உள விருத்தி உயர்வாக இருக்கின்றது ; முறையே 34% மற்றும் 24% (MRI 2012). உயர்வான குருதிச்சோகைக்கு இரும்புக் குறைபாடு பிரதான காரணமாகவுள்ளது. இரும்பு ஒரு நுண்போஷணை, சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளின் உடல் மற்றும் உள விருத்திக்கு மிகவும் முக்கியமானதுடன் இரும்பு குறைபாட்டினால் ஏற்படும் குருதிச்சோகை, நுண்ணறிவு, வளர்ச்சி குன்றிய நிலை மற்றும் தொற்று நோய்க்குரிய உயர் ஆபத்து என்பவற்றிற்கு இட்டுச் செல்லும். எனவே இவ்வயதிற்குரிய குழந்தைகளிடையே இரும்புச்சத்து நிலையினை முன்னேற்றுவதற்கும் குருதிச்சோகையினை குறைப்பதற்காகவும் இரும்பு குறைநிரப்பு உலக சுகாதார ஸ்தாபனத்தினரால் சான்றுபடுத்தப்பட்ட இடையீடாக பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. (WHO 2013, Essential Nutrition Actions) புதிதாக பிறந்த குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகள் ஆரோக்கியம் தொடர்பான தொழில்நுட்ப ஆலோசனைக்குழு மற்றும் சுகாதார அமைச்சின் பிரதிப்பணிப்பாளர் நாயகம் பொது மக்கள் சுகாதார சேவைகள் 11 இன் தலைமையின் கீழுள்ள தாய், சேய் போஷணை தொடர்பான துணைக்குழு, குறுகிய கால அடிப்படையில் குருதிச்சோகையிலிருந்து இவ் முக்கிய இலக்குகுழுவினை பாதுகாப்பதற்கு சான்றுபடுத்தப்பட்ட அடிப்படையிலான தலையீட்டினை தெரிவு செய்வதற்கு பரிந்துரைத்தார்கள்

கடந்த சில ஆண்டுகளாக வடக்கு, கிழக்கு, ஊவா மாகாணங்களிலுள்ள சகல மாவட்டங்களிலும், அம்பாந்தோட்டை மற்றும் நுவரேலியா மாவட்டங்களில் உள்ள சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கு பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணைகள் (MMN) வழங்கும் திட்டம் அமுல்படுத்தப்பட்டிருந்தது. இத்திட்டம் 2017 ஆம் ஆண்டு முதல் சகல 26 மாவட்டங்களிற்கும் விரிவாக்கப்படும்.

எனவே சகல சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கான கீம்வரும் இரும்பு குறை நிரப்பு வழங்கும் திட்டம் 2017 ஆம் ஆண்டு தை மாதம் 1ம் திகதி முதல் அமுல்படுத்தப்படும்.

<table>
<tr><th>பிறப்பு நிலை</th><th>வயதுக்கூட்டம்</th><th>கொடுக்கப்படும் அளவு</th><th>கொடுக்கப்படும் தடவை</th><th>கால அளவு</th></tr>
<tr><td rowspan="7">பருவம்

≥ 2.5Kg</td><td>6மாதங்கள் முடிவடைந்த சிசுக்கள்</td><td>ஒரு நாளிற்கு ஒரு பொதி</td><td>ஒரு நாளைக்கு ஒன்று</td><td>இரண்டு மாதங்கள் (60 நாட்களிற்கு</td></tr>
<tr><td>12மாதங்கள் முடிவடைந்த குழந்தைகள்</td><td>ஒரு நாளிற்கு ஒரு பொதி</td><td>ஒரு நாளைக்கு ஒன்று</td><td>இரண்டு மாதங்கள் (60 நாட்களிற்கு</td></tr>
<tr><td>18மாதங்கள் முடிவடைந்த குழந்தைகள்</td><td>ஒரு நாளிற்கு ஒரு பொதி</td><td>ஒரு நாளைக்கு ஒன்று</td><td>இரண்டு மாதங்கள் (60 நாட்களிற்கு</td></tr>
<tr><td colspan="4">**(உணவூட்டல் தொடர்பான அறிவுறுத்தல்களிற்காக இணைப்பு 1 இனைப் பார்க்கவும்)**</td></tr>
<tr><td colspan="4">**பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை இல்லாதுவிடின்**</td></tr>
<tr><td>6 மாதங்கள் நிறைவடைந்த சிசுக்கள்</td><td>இரும்பு மூலகம்
10-12.5 mg/நாள்</td><td>ஒரு நாளைக்கு ஒன்று (உணவிற்கு1 மணித்தியாலம் முன்னராக அல்லது 2 மணித்தியாலம் பின்னராக)</td><td>3 மாதங்கள்</td></tr>
</table>

குறை மாத சிசுக்கள் மற்றும் குறைந்த பிறப்பு நிறையினைக் கொண்ட குழந்தைகள் மேற்குறிப்பிட்ட ஒழுங்கிலிருந்து விலக்களிக்கப்படுவார்கள். இவர்கள் 2 வருடங்களிற்கு கீழ்குறிப்பிடப்பட்ட அட்டவணையின் பிரகாரம் கவனிக்கப்பட வேண்டும்.

பிறப்பு நிலை	வயதுக்கூட்டம்	கொடுக்கப்படும் அளவு	கொடுக்கப்படும் தடவை	கால அளவு
குறைமாதம்* (< 37 வாரங்கள்) **POA** அல்லது குறைந்த பிறப்பு நிறை * (< 2.5 Kg)	சிசுக்கள் வயது 2 வாரங்களிலிருந்து	இரும்பு மூலகம் 3 மி.கி/கி.கி /நாள்	ஒரு நாளிற்கு ஒரு தடவை	2 வயது நிறைவடையும் வரை
	பிறந்தவுடன்	மல்ரிவிற்றமின் ** துளிகள் 0.3 மி.லீ/கி.கி/நாள்	ஒரு நாளிற்கு ஒரு தடவை	2 வயது நிறைவடையும் வரை
	பிறந்தவுடன்	போ.∴லிக்கமிலம் ** 500 மைக்கிரோகிராம்	வாரத்திற்கு ஒரு தடவை	1 வயது நிறைவடையும் வரை
	ஒரு வருடம் பூர்த்தியடைந்த நிலையிலிருந்து	போ.∴லிக்கமிலம் ** 1 மி.கி	வாரத்திற்கு ஒரு தடவை	2 வயது நிறைவடையும் வரை

* குழந்தை 2 வாரங்களிற்கு முன்னராக வைத்தியசாலையிலிருந்து வெளியேறியிருப்பின், 2 வாரங்களில் நடாத்தப்படும் தொடர் பிணியாய்வில் குறைநிரப்பு ஆரம்பிக்கப்பட முடியும். . சிசு, வைத்தியசாலையில் நடாத்தப்படும் பிணியாய்விற்கு சமூகமளிக்காவிடின், அவ்விடத்திற்குரிய பிரதேச் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி இதே அட்டவணையினை 2 வயது வரை தொடரவும்.

** முதிரா நிலையில் குருதிச்சோகையினைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக

குறைநிரப்பு தயாரிப்பும் உள்ளெடுக்கும் விதமும்.

இரும்ப குறைநிரப்பு பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை பொடியாக அல்லது திரவ நிலையில் கிடைக்ககூடியதாக இருக்கும் (சொட்டு/பாணி). இரும்பு மூலகத்தின் செறிவு சொட்டு மற்றும் பாணி நிலைக்கேற்றவாறும் வெவ்வேறு பிராண்டிற்கேற்றவாறும் வேறுபடும்.

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணைகள் (MMN)

1g நிறையுடைய கொழுப்பினால் உறையிடப்பட்ட பொடியினைக்கொண்ட சிறுபையானது இரும்பு (∴பெரஸ் ∴பியுமரேற்) 10mg, விற்றமின் C (அஸ்கோபிக்கமிலம்) 30 மி.கி, ∴போலிக்கமிலம் 150 மைக்கிரோ கிராம், நாகம் (நாக குளுக்கனேற்) 4.1 மி.கி. கொண்டுள்ளது. பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை தொடர்பான விரிவான வழிகாட்டி தேவைப்படுமிடத்து அதாவது கலவை உள்ளடங்கலாக தயவு செய்து பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை தொடர்பான வழிகாட்டியை பின்பற்றவும்.

இரும்புச்சொட்டு

பொதுவாக பயன்படுத்தப்படும் இரும்புச்சொட்டின் செறிவு 1 மி.லீ இல் 50 மி.கி இரும்பு மூலகத்தினையும் (ஒரு வேளை மருந்து 0.06 மி.லீ / 1கி.கி /1 நாள்) அல்லது 1 மி.லீ இல் 25 மி.கி **இரும்பு மூலகத்தினையும்** (இது ஒரு வேளை மருந்தாக 0.12 மி.லீ/1 கி.கி/1நாள்) ஆக காணப்படும்.

இரும்புப் பாணி

பொதுவாக பயன்படுத்தப்படும் இரும்புப் பாணி 5 மி.லீ இல் 50 மி.கி **இரும்பு மூலகம்** (ஒரு வேளை மருந்தில் (0.3மி.லி/1கி.கி/1நாள்) மற்றும் 1 மி.லீ 25 மி.கி **இரும்பு மூலகம்** (0.6 மி.லீ/கி.கி/நாள்) செறிவில் காணப்படுகிறது.

மல்ரி விற்றமின் சொட்டுகள்

எமது நாட்டில் கிடைக்கக்கூடிய மல்ரி விற்றமின் சொட்டுகள் 0.6 மி.லீ இல் 40 மி.கி விற்றமின் C இனைக் கொண்டுள்ளது. எனவே 0.3 மி.லீ/கி.கி/நாள் 20 மி.கி விற்றமின் C/கி.கி/நாள் இனை வழங்கும்.

∴போலிக்கமில குளிகைகள்

கிடைக்கக்கூடிய குளிகையின் செறிவு 1 மி.கி. ஆதலினால் வெளிப்படுத்தப்பட்ட தாயப்பாலில் அரைக்குளிகையினை கரைத்து ஒரு கிழமைக்கு ஒரு தடவை வீதமும் ஒரு வயதிலிருந்து குழந்தைக்கு 2 வயது முடிவடையும் வரை ஒரு மி.கி குளிகை வீதமும் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

நுண் போஷணைக் குறைநிரப்பின் விநியோகம்

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை அரச சுகாதார நிறுவனங்களிற்கு குடும்ப சுகாதார பணியகத்தினால் விநியோகிக்கப்படுவதுடன் இரும்புச்சொட்டு / இரும்புப் பாணி சுகாதார அமைச்சின் மருத்துவ விநியோகப்பிரிவினால் விநியோகிக்கப்படும்.

அரசாங்க பிரிவிலுள்ள மருத்துவ நிறுவனங்களிற்கு சுகாதார மருத்துவ அதிகாரி தங்களிற்குரிய பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவினூடாக பெற்றுக்கொள்வதற்கு ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும். பிராந்திய விநியோகப்பிரிவின் அலுவலகப் பொறுப்பதிகாரி இருப்பு மீதிப்படிவம் / வேண்டுகைப்படிவம் (போஷணை விநியோகம) (இணைப்பு 11) காலாண்டு இடைவேளையில் 3 பிரதிகளில் தயாரித்து ஒரு பிரதியினை தாய், சேய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரிக்கும் மறு பிரதியினை குடும்ப சுகாதார பணியகத்திற்கும் அனுப்புவதற்கு வேண்டப்படுகிறார். (தயவு செய்து புதிய மாதாந்த இருப்பு மீதிப்படிவம் H 1158 கிடைக்கக்கூடியதாகவுள்ளபோது மேற்படி படிவத்தினை மாற்றீடு செய்யவும்.

இரும்புச்சொட்டு/பாணி மற்றும் மல்ரி விற்றமின் சொட்டு சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினால் ஒவ்வொரு வருடமும் வேண்டகையிடப்பட்டு தொடர்பான பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவினூடாக பெற்றக்கொள்ளப்படும். இவை குறை மாத/நிறை குறைந்த குழந்தைகளிற்கு சிகிச்சை நிலையங்களிற்கு பொறுப்பான மருத்துவ உத்தியோகத்தரின் (சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர்/மேலதிக சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர்/மருத்துவ உத்தியோகத்தர்/பிராந்திய மருத்துவ உத்தியோகத்தர்) இன் மருந்துச்சீட்டின் உதவியுடன் வழங்கப்பட வேண்டும்.

இலங்கையிலுள்ள சகல சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கு மேற்குறிப்பிட்ட இரும்பு குறநிரப்பு வழங்கும் திட்டத்தினை 2017 ஆம் ஆண்டு தை மாதம் 1ம் திகதி தொடக்கம் கடைப்பிடிக்குமாறு தாங்கள் வேண்டப்படுகிறீர்கள். இத்திட்டத்தின் வெற்றியினை உறுதிப்படுத்தவதற்கு இச்சுற்று நிருபத்திலுள்ள தகவல்களினை சகல தொடர்பான சுகாதார அலுவலர்களின் கவனத்திற்கு கொண்டுவரவும்.

Dr. P. G. Mahipala
Director General of Health Services
Ministry of Health, Nutrition & Indigenous Medicine
"Suwasiripaya",
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawatha,
Colombo 10.

வைத்தியர் பி. ஜி. மகிபால
பணிப்பாளர் நாயகம், சுகாதார சேவைகள்

பிரதி :
செயலாளர், சுகாதார, போஷணை மற்றும் சுதேஷ வைத்திய அமைச்சு
மேலதிக செயலாளர், மருத்துவ சேவைகள்
மேலதிக செயலாளர், பொது சுகாதார சேவைகள்
பிரதி பணிப்பாளர் நாயகம், மருத்துவ சேவைகள் 1 & 11
பிரதி பணிப்பாளர் நாயகம், பொது சுகாதார சேவைகள் 1 & 11
பணிப்பாளர், தாய்,சேய் சுகாதாரம்
பணிப்பாளர், தனியார் சுகாதார அபிவிருத்தி பிரிவு
பணிப்பாளர், மருத்துவ சேவைகள்
பணிப்பாளர், போஷணை
பணிப்பாளர், போஷணை தொடர்பாடல் பிரிவு
பணிப்பாளர், சுகாதார கல்வி பணியகம்.
பணிப்பாளர், மருத்துவ ஆராய்சிசி நிறுவனம்
பணிப்பாளர், மருத்துவ விநியோகப் பிரிவு
பீடாதிபதிகள், சகல மருத்துவ பீடங்கள்
தலைவர், இலங்கை மருத்துவ் சேவைகள் சங்கம்
தலைவர், குழந்தைகள் வைத்திய கல்லூரி, இலங்கை
தலைவர், சமுக மருத்துவர் கல்லூரி, இலங்கை
தலைவர், பிறப்பு சார்ந்த சபை, இலங்கை
தலைவர், இலங்கை மருத்துவ போஷணை சங்கம்
தலைவர், போஷணை சங்கம்
தலைவர், மருத்துவ நிர்வாகக் கல்லூரி, இலங்கை
தலைவர், பொது பயிற்சியாளர் கல்லூரி, இலங்கை
தலைவர், சுதந்திர மருத்துவர் பயிற்சியாளர் சங்கம், இலங்கை

சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கான பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை குறைநிரப்பு தொடர்பான வழிகாட்டி

இலங்கையில் உபயோகிக்கப்படும் பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை வீட்டுத்தயாரிப்பினை அடிப்படையாகக் கொண்டு செறிவாக்கல்/வலுவூட்டப்பட்ட ஒரு துணையுணவான இலங்கை அரசாங்கத்தினால் சுகாதார அமைச்சினூடாக இலவசமாக விநியோகிக்கப்படுகிறது

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை குறைநிரப்பானது 15 கனியுப்புகள் மற்றும் விற்றமின்களான இரும்பு மற்றும் நாகம் என்பவற்றை கொண்டுள்ளது. இவை குழந்தையின் உடல் மற்றும் உள விருத்திக்கு முக்கியமானது. விஞ்ஞான ரிதீயான சான்று எடுத்துக்காட்டுவது யாதெனில் பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை வழங்குதல் இரும்பு குறைநிரப்பினை தனியாக வழங்குவதிலும் சிறந்தது ஏனெனில் இரும்பு மற்றும் நாகக்குறைபாடு பொதுவாக ஒன்றோடு ஒன்று இணைந்துள்ளது. எனவே இரும்பு கூடுதலாக உள்ளடங்கிய உணவுகளான மீன், இறைச்சி மற்றும் கருவாடு என்பவற்றை ஆரம்பத்தில் அறிமுகப்படுத்துவதுடன், சிசுக்கள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளிற்கான உணவூட்டல் தொடர்பான வழிகாட்டியின் பிரகாரம் விசேஷடமாக இலங்கையில் பரவலாக சிசுக்கள் மற்றம் இளம் குழந்தைகளிடையே காாணப்படுகின்ற உயர் குருதிச்சோகை (26.5% - மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் 2012) இனைக் கருதும் போது 6 மாதங்கள் முடிவடைந்த பின்பு குழந்தையின் விருத்தியினை உயர்த்துவதற்காக பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை அவர்களிற்கு வழங்குதல் நன்மையளிக்கும்,

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணைக் கலவை

1 g நிறையுடைய கொழுப்பினால் பொதியிடப்பட்ட சிறுபையில் உள்ள பொடியில் இரும்பு (ரெஸ்பியுமரே) 10mg, நாகம் (நாக குழுக்கனேற்) 4.1மி.கி, போலிக்கமிலம் 150 மைக்கிரோ கிராம், விற்றமின் C (அஸ்கோபிக்கமிலம்) 30 மி.கி, செம்பு 0.56 மி.கி, அயடின் 90 மி.கி , செலானியம் 17 மைக்கிரோ கிராம் , விற்றமின் A 400 மைக்கிரோ கிராம் , விற்றமின் B_1 0.5 மி.கி , விற்றமின் B_2 0.5மி.கி , விற்றமின் B_6 0.5 மி.கி , விற்றமின்B_{12} 0.9 மிகி, நயசின் 6 மி.கி, விற்றமின் D3 5 மைக்கிரோ கிராம் மற்றும் விற்றமின்E 5 மி.கி உள்ளடங்கலாக 15 நுண்போஷணைகள் உள்ளடங்கப்பட்டுள்ளது.

விற்றமின் C இனை சேர்ப்பதன் முலம் இரும்பு அகத்துறிஞ்சல் அதிகரிக்கப்படுவதுடன் குறைந்தளவிலான விற்றமின் A இரும்பு அனுசேபத்தினை அதிகரிக்கும்.

இலக்கு குழு

சகல சிசுக்கள் மற்றும் **6,12 மற்றும் 18** மாதங்கள் பூர்த்தியடைந்த இளம் குழந்தைகள்.

இலக்கு குழுவினை அடையாளப்படுத்துவதற்காக பொது சுகாதார மருத்துவமாது பிறப்பு மற்றும் நிர்ப்பீடன பதிவினை உபயோகிக்க முடியும். (அதாவது 6, 12 மற்றும் 18 மாத வயதுடைய குழந்தைகள் தடுப்பூசி ஏற்ற வரும் வேளையில்)

மருந்தினளவும் காலமும்

மருந்தினளவு : - ஒரு நாளைக்கு ஒரு சிறு பை

காலம் :- ஒவ்வொரு குழந்தையும் ஆரம்பித்த திகதியிலிருந்து தொடர்ந்து 2 மாதங்களிற்கு (அதாவது 60 நாட்களிற்கு)

குறிப்பு :- ஒரு நாளைக்கு ஒரு பை உபயோகிக்கவும். குறிப்பிட்ட நாளில் கொடுக்க மறந்திருப்பின் அடுத்த நாளிலிருந்து தொடரவும். ஆனால் ஒரு நாளில் கொடுக்கப்படும் மருந்தினளவு அதிகரிக்கக்கூடாது.

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை பாவிக்கும் முறைகள்

அரைத்திண்ம அல்லது திண்ம உணவுடன் கலந்து குழந்தைக்கு கொடுக்கவும் ஒரு வேளை உணவிற்கு ஒரு சிறு பை முழுவதினையும் உபயோகிக்கவும்.

ஒரு சிறு பையிலுள்ள முழுவதினையும் குறைந்தளவிலான அரைத்திண்ம/திண்ம உணவுடன் (அரைக்கோப்பை) சேர்த்து நன்றாக கலந்து குழந்தைக்கு உணவு ஊட்டத்தொடங்கும் போது முதல் சிறு வாய்கள் ஊட்டவும்.

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷனையினை நீருடனோ அல்லது வேறு திரவங்களுடனோ கலத்தல் கூடாது ஏனெனில் அது திரவத்தில் கரையும் திறனற்றதால் திரவத்தின் மேற்பரப்பில் மிதக்கும்.

கலக்கப்பட்ட கலவையினை 10-15 நிமிடத்தினுள் கொடுத்தல் வேண்டும் (30 நிமிடத்தினுள் கொடுத்தல் சிறந்தது). பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை உணவுடன் கலந்து நீண்ட காலங்களிற்கு வைத்திருப்பின் அக்கலவை நிறம் மாறுவதடன் உண்பதற்கு உகந்ததற்றதாகும்.

<u>திறக்காத பையின் களஞ்சியம்</u>

மூடிய காற்றுப்புகாத கொள்கலனினுள் சூரிய ஒளி மற்றும் வெப்பம் புகாதவாறு வைத்தல் வேண்டும்.

<u>பாதகமான விளைவுகள்</u>

சாதரண நிறத்திலும் விட கூடிய நிறமாக மலம் வெளியேறல், சில வேளைகளில் தலைச்சுற்று, வாந்தி என்பன தோன்றலாம்.

பாதகமான விளைவுகள் எதுவும் ஏற்படின் அப்பகுதி சுகாதார வைத்திய அதிகாரியிடம் அறிவிக்கவும்.(MOH).

வேறு பொது சுகாதார தலையீடு தொடர்பான நிகழ்ச்சித் திட்டங்கள் -

குழந்தைக்கான தடுப்பூசி மற்றும் விற்றமின் A மெகா அளவினை தொடரவும் (பொது சுற்று நிருபம் 01/05-2009 பரிந்துரைக்கப்பட்ட அட்டவணையின் பிரகாரம்). திரிபோஷா (பொருத்தமான குழந்தைகளிற்கு) மற்றும் புழுத்தொற்றுதலினை தடுப்பதற்காக மருந்தும் வழக்கமாக பரிந்துரைக்கப்பட்ட இடைவேளையில் கொடுக்கப்பட வேண்டும். பல்கூறடங்கிய <u>நுண்போஷனையினை கொடுப்பதனால் மேற்படி அட்டவணையினை மாற்ற வேண்டிய</u> அவசியமில்லை.

வேறு பல்வகை விற்றமின்கள்/கனியுப்பு குறை நிரப்பு -

குழந்தைகளிற்கு பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை கொடுக்கும் காலங்களில் வேறு எந்த நுண் போஷணை குறைநிரப்புகளும் அவர்கள் பெற்றுக்கொள்வது அவசியமில்லை என்பது குறித்து தொடர்பான அலுவலர்கள் தெரிந்திருத்தல் வேண்டும்.

<u>பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை பைகளை விநியோகிக்கும் தடவைகள்</u>

ஒவ்வொரு மாதமும் இரண்டு தொடரான மாதங்களிற்கு

தாய்க்கு ஒரு தடவையில் 30 சிறு பைகள் ஒரு மாதங்களிற்காக கொடுக்கப்படும்.

விநியோகிக்கும் இடம் .

குழந்தைகள் நலன்புரி சிகிச்சை நிலையம் (CWC) - வழமையான சிகிச்சைக்கும் தடுப்பூசி ஏற்றுவதற்கும் குழந்தைகளை கொண்டுவரும் வேளைகளில்

நிறை அளவிடும் களநிலையம் - குழந்தைகளை நிறை அளவிடுவதற்காக கொண்டு வரும் வேளைகளில்

உதா :- 6,12,18 மாதங்களுடைய குழந்தைகளினை குழந்தைகள் நலன்புரி சிகிச்சை நிலையத்திற்கு கொண்டு வரும் வேளையில் முதலாவது தொகுதி 30 சிறு பைகள் வழங்கப்படும்.

2வது தொகுதி 30 பைகள் நிறை அளவிடும் கள நிலையத்திற்கு அல்லது குழந்தை நலன்புரி நிலையத்திற்கு குழந்தைகளை கொண்டுவரும் வேளையில் வழங்கப்படும் எவ்முறை தாயிற்கு வசதியோ அதனைப் பொறுத்து

திகதி மற்றும் வழங்கப்பட்ட பைகள் பற்றிய விபரத்தினை சிறுவர் ஆரோக்கிய மற்றும் விருத்திப் பதிவேட்டில் பதியப்பட வேண்டும்

சரிபார்ப்பினை செயற்படுத்தல்

இரண்டாவது மாதத்திற்காக தாய் வருகின்ற வேளையில் பொது சுகாதார மருத்தவ மாது வழங்கப்பட்ட தடவைகள் மற்றும் வழங்கப்பட்ட முறை பற்றி தாயிடம் கேட்டு அறிவதன் முலம் சரிபார்ப்பினை செயற்படுத்தல் வேண்டும். மேலதிகமான சரிபார்ப்பினை (கீழ்க்குறிப்பட்ட உணவூட்டல் அறிவுறுத்தல்கள் போன்றன) வீட்டுத்தரிசிப்பின்போது செயற்படுத்தப்பட வேண்டும்.

பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை தொடர்பான பெற்றோர்/பாதுகாவலர் அறிவூட்டல்

இவ்குறைநிரப்பிகளை வழங்குவதற்கு முன்னராக பெற்றோர்/பாதுகாவலரிற்கு இவ்குறைநிரப்பிகளை பற்றிய முக்கியத்துவம் மற்றும் இவ்குறைநிரப்பியினால் வழங்கப்படும் போஷணை, வழங்கப்படும் அளவும் காலமும், பையினுள் அடங்கிய உள்ளடக்கத்தினை பாவிக்கும் முறைகள் (செய்யக்கூடியவையும் செய்ய கூடாதவையும்) எப்போது மற்றும் எங்கு 2 வது மாதத்திற்குரிய வழங்கலை பெற்றுக்கொள்ளல், எவ்வாறு திறக்காத பைகளினை களஞ்சியப்படுத்துவது என்பது பற்றி. பெற்றோர்கள் இதனால் ஏற்படும் நன்மைகள் மற்றும் பக்கவிளைவுகள் பற்றி சந்தேகங்கள் ஏற்படின் அதனைப்பற்றி அவர்களிற்கு விளக்கமளிக்க வேண்டும்.

கணிப்பியல்

தேவைகளினை கணக்கிடுதல்

தரப்பட்ட வருடமொன்றிற்கு - 6,12,18 மாத வ்யதுடைய குழந்தைகளைக் கொண்ட குழுவினைக் கருதும் போது

மொத்தமாக பதிவு செய்யப்பட்ட பிறப்புகள் (உ+ம் 2015 ஆம் ஆண்டிற்குரிய) = A

குறைநிரப்பிற்காக கணக்கிட்ட மொத்த குழந்தைகளின் எண்ணிக்கை = 3xA

முழுக் குழுவிற்கும் தேவைப்படும் பைகள் 3xAx60 = B

ஒரு பெட்டியிலுள்ள பைகளின் எண்ணிக்கை = 30

முழுக் குழுவிற்கும் தேவைப்படும் பெட்டிகளின் எண்ணிக்கை = B 30 எண்ணிக்கை

விநியோகம்

தேசிய ரீதீயில் தேவைப்படும் அளவு குடும்ப சுகாதார பணியகம், சுகாதார அமைச்சினால் கணக்கிடப்பட்டு குடும்ப சுகாதாரப் பணியகத்தினால் இலங்கை முழுவதிலுமுள்ள பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவிற்கு விநியொகிக்கப்படும் . விநியோகத்திட்டத்தின் அடிப்படையில் பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவு சகல சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர் அலுவலகங்களிற்கு விநியோகம் செய்ய வேண்டும்.

பொறுப்புகளும் பதிவுகளை பேணுதலும்

தேசிய ரீதியில் -

குடும்ப சுகாதார பணியகம் இதனை சீராக அமுல்படுத்துவதற்காக சீரான தொழில் நுட்ப வழிகாட்டியினை வழங்குதல் அமுல் படுத்துவது தொடர்பான தொடர்பாடல், மேற்பார்வை செய்தலும் மதிப்பிடுதலும் மற்றும் பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணை வழங்குதல் என்பவற்றிற்கு பொறுப்பாகவுள்ளது.

சுகாதார கல்வி பணியகம் மேற்படி தொடர்பான தொழில்நுட்ப வழகாட்டிகளை வழங்கல் படத்தவது தொடர்பான தொடர்பாடல் திட்டத்தினை மேற்பார்வை செய்தலும் மற்றும் பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை விநியோகித்தல் போன்றவற்றிற்க பொறப்பாகவுள்ளத.

சுகாதார கல்வி பணியகம் பொருத்தமான கல்வி தொடர்பாடல் தகவல் சாதனங்களினை விருத்தி செய்வதுடன் அதனை விநியோகித்தல் மற்றும் சுகாதார அலுவலர்களின் தொடர்பாடல் திறனினை முன்னேற்றும் வேளையில் மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் மாவட்ட ரீதியில் இது தொடர்பான விளைவு மதிப்பீடு தொடர்பான ஆய்வினை மேற்கொள்வதற்கு பொறுப்பாகவுள்ளது.

மாகாண ரீதியில்

சுகாதார சேவைகள் மாகாணப் பணிப்பாளர் கூடியளவு செயலெல்லையினை உள்ளடக்குவதனை நிர்வகிப்பதனை நிறைவேற்றுவதற்காக ஒழுங்கான மேற்பார்வை மற்றும் மதிப்பிடுதல் என்பன அவருடைய பொறுப்பாகும்.

மாவட்ட ரீதியில்

பிராந்திய சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் மாவட்ட ரீதியில் திட்டத்தினை சுற்றுநிருபம் மற்றும் வழிகாட்டிகளிற்கு அமைவாக அமுல்படுத்துவதற்கு பொறுப்பாவர். தாய், சேய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி திட்டத்திற்குரிய தொழில் நுட்ப வழிகாட்டிகளை வழங்க வேண்டும் என்பதுடன் தாய், சேய் சுகாதார அலுவலர்களின் உதவியுடன் திட்டத்தினை மேற்பார்வை செய்வதுடன் மதிப்படுதலும் வேண்டும்.. ஒவ்வொரு சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவின் செயலெல்லை மற்றும் இருப்பு மீதி ஒழுங்காக மதிப்பிடப்படல் வேண்டும். (சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவினால் அனுப்பப்பட்ட ஆண்டு தரவுப் படிவம் மற்றும் மாதாந்த இருப்பு தொடர்பான படிவம் / சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகத்தினால்அனுப்பப்படும் வேண்டுகைப் படிவம் H 1158). தாய், சேய் வைத்திய அதிகாரி பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப் பிரிவுடன் சேர்ந்து மாவட்டத்திலுள்ள ஒவ்வொரு சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவிலும் விநியோகிப்பதற்கு போதுமானளவு இருப்பு உள்ளதா என்பதனையும் சரியான மதிப்பீட்டிற்கமைவாக குடும்ப சுகாதார பணிமனை மூலம் அதனை பெற்றுக் கொள்கிறார்களா என்பதனையும் உறுதிப்படுத்தல் வேண்டும்.

பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவு

மாதாந்த இருப்பு மீதி அறிக்கை/வேண்டுகோள் படிவம் (H1158) மூன்று பிரதிகளில் தயாரிக்கப்பட வேண்டும். ஒரு பிரதி தாய், சேய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரிக்கு அனுப்பப்படல் வேண்டும் அடுத்த பிரதி குடும்ப சுகாதார பணியகத்திற்கும் 3வது பிரதி அலுவலகத்திற்கான பிரதியாக அலுவலகத்தில் பேணப்படல் வேண்டும். பிராந்திய மருத்துவ விநியோகப்பிரிவு தாய், சேய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரியுடன் சேர்ந்து போதுமானளவு விநியோகம் மற்றும் நேரத்திற்குரிய விநியோகத்தினை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி

சுகாதார மருத்துவ அதிகாரி அவருடைய பிரிவிலுள்ள தகுதியுடைய குழந்தைகள் பலகூறடங்கிய நுண்போஷணையினை கிழே குறிப்பிடப்பட்ட வழிகாட்டிகளிற்கமைவாக

பெற்றக்கொள்கிறாா்களா மற்றும் அவற்றினை பயன்படுத்துகிறார்களா என்பதனை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.

சுகாதார மருத்துவ அதிகாரி இருப்பு மீதி மற்றும் செயலெல்லை இரண்டினையும் கண்காணித்தல் வேண்டும்.

1. **இருப்பு மீதி –** சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகத்தில் பலகூறடங்கிய நுண்போஷணை சிட்டை நுகர் பொருள் விவரப்பட்டியலில் பதிவு செய்யப்படல் வேணடும். பொத சுகாதார மருத்துவ மாதிற்கு வழங்கப்பட்ட அளவினை வேறெரு பதிவெட்டில் பதியப்படல் வேண்டும். (வேற போஷணை குறைநிரப்பான அதாவது விற்றமின் A மெகா அளவினை போன்று)

   ஒவ்வொரு மாதக் கடைசியிலும் H 1158 மூன்று பிரதிகளில் தயாரிக்கப்படல் வேண்டும். ஒரு பிரதி தாய், சேய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரிக்கும் வேறு பிரதி பிராந்திய மருத்துவ விறியோகப்பிரிவிற்கும் அனுப்பப்படல் வேண்டும். 3வது பிரதி சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர் பணிமனையில் கோவைப்படுத்தப்படல் வேண்டும்.

11. **செயலெல்லை – ஆண்டுத்தரவுத்தாளினூடாக –** சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர் பிரிவிற்குரிய பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைக்கான செயலெல்லை ஆண்டுத்தரவுத்தாளினூடாக அறிவிக்கப்படல் வேண்டும்.

பொது சுகாதார மருத்துவ மாது

மாதமொன்றில் மொத்தமாக பெற்றுக்கொண்ட மற்றும் விநியோகிக்கப்பட்ட பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைப் பொதிகள் பற்றிய தகவல்கள்களினை பொது மருத்துவமாது தன்னுடைய நுகர் பொருள் விவரப்பட்டியலில் பதிவு செய்தல் வேணடும். ஒவ்வொரு மாத இறுதியிலும் அவா் பொருள் விவரப்பட்டியலினை சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர் பணிமனைக்கு அனுப்புவதன் மூலம் மேலதிக விநியோகத்தினை பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைப் பொதிகள் விநியோகம் செய்த திகதி குழந்தை ஆரோக்கிய விருத்திப் பதிவேட்டின் A மற்றும் B பகுதியில் பொது மருத்துவமாதினால் விநியோகம் செய்யும் வேளையில் பதிவு செய்யப்படல் வேண்டும். (குழந்தைகள் ஆரோக்கிய விருத்திப் பதிவேட்டின் தனியான கூட்டில் இத்தகவல்களினை பதிவு செய்வதற்காக குழந்தைகள் ஆரோக்கிய விருத்திப் பதிவேட்டினை திருத்தியமைக்கும் வரை A மற்றும் B பகுதியில் பதிவு செய்யவும்).

பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைப் பொதிகள் விநியோகம் செய்கின்ற திகதி/மாதம் வளர்ச்சியினை கண்காணிக்கும் பதிவேட்டிலுள்ள பெட்டியில் பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைப் பொதிகள் கொடுக்கப்பட்ட மாதத்தினை அஸ்றிக் குறியினால் குறிக்கவும்..

பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைப் பொதிகளினை பெற்றுக் கொள்ளாத பொருத்தமான குழந்தைகளினை செயல் திறனுடன் வளர்ச்சியினை கண்காணிக்கும் பதிவேட்டினை உபயோகித்து கண்டுபிடித்து வெர்களிற்க தேவையான பொதிகளினை விநியோகிக்கவும்.

6,12,18 மாதங்களுடைய குழந்தைகளிற்கான பலகூறடங்கிய நுண்போஷணைக்கான பொது மருத்துவ மாதிற்குரிய பிரதேசத்திற்கான செயலெல்லை சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகத்தர் பணிமனையில் ஆண்டுத்தரவுத்தாளினை தயாரிப்பதற்காக பதிவ செய்யப்படல் வேண்டும்.

பெற்றோர்/பாதுகாவலர்

பெற்றோர்/பாதுகாவலர் பல்கூறடங்கிய நுண்போஷணையினை குழந்தைகளிற்கு வழங்கிய திகதியினை குறிப்பதற்கு கலண்டர்/ பதிவினை வைத்திருப்பதற்கு ஊக்குவிக்கப்படல் வேண்டும்.