

بیماریهای اسهالی: استراتژی دهه ۹۰

دکتر علی اکبر زینالو

ده سال قبل، بیماریهای اسهالی اصلی ترین عامل مرگ کودکان جهان بودند و سالیانه جان ۴ میلیون کودک را می گرفتند. اکثر قربانیان به دلیل کم آبی (دهیدراتاسیون) جان خود را از دست می دادند و علی رغم این که سالیان سال یک روش ساده و ارزان برای پیشگیری و درمان دهیدراتاسیون در دسترس بود، تنها معدودی از افراد خارج از جامعه علمی از آن اطلاع داشتند.

امروزه در نتیجه یک دهه پیشرفت و ترقی، برخی از روشهای مایع درمانی خوراکی (ORT) توسط قریب به ۱/۳ خانواده های مناطق در حال توسعه، شناخته شده و مورد استفاده قرار می گیرد و نتیجه آن نجات جان نزدیک به یک میلیون کودک بوده و بیماریهای اسهالی را به جایگاه دوم از میان علل مرگ و میر کودکان تنزل داده است.

این موفقیت دهه گذشته، شیوه تلاش برای آینده را تغییر داده است. "مایع درمانی خوراکی" هنوز نیاز به گسترش دارد، تعداد کثیری از خانواده های کشورهای در حال توسعه این روش را به کار نمی بندند و دهیدراتاسیون هنوز سبب مرگ بیش از ۱/۵ میلیون کودک در سال می شود. اما با گذشت زمان و واضحتر می شود که اکنون باید مبارزه علیه بیماریهای اسهالی را وسعت بیشتری بخشید.

کاهش سریع میزان مرگهای ناشی از دهیدراتاسیون که از مایع درمانی خوراکی حاصل شده، این معنی را به دنبال دارد که نسبت اسهالهای خونی و مقاوم که قاعدتاً علاوه بر ORT به آنتی بیوتیک مناسب هم نیاز دارند، در میان علل باقی مانده مرگ افزایش می یابد. ده سال قبل، دو سوم تمام مرگهای وابسته به اسهال از دهیدراتاسیون منشأ می گرفت، اما اکنون این نسبت به کمتر از نصف تقلیل پیدا کرده است.

در همین دهه، این واقعیت آشکار شده که بیماریهای اسهالی حتی عامل اصلی سوء تغذیه کودکان در جهان سوم نیز هستند. مطالعات پی در پی و متعدد نشانگر این است که اسهالهای مکرر به واسطه کاهش اشتها، مهار جذب غذا، اتلاف کالری به علت تب و دفع مواد غذایی هضم نشده، سبب اختلال شدید در رشد کودکان می شود.

بنابراین استراتژی دهه ۹۰ باید به پاکیزگی آب آشامیدنی و بهداشت عمومی و همچنین به آموزش والدین درباره پیشگیری بیماریهای اسهالی و تأثیر آن بر سلامت و رشد کودک اولویت خاصی بدهد. دانش امروزی، پیشگیری در سطح وسیع و با هزینه کم را ممکن می سازد. روشهای اصلی پیشگیری عبارتند از:

- تغذیه با شیر مادر
- استفاده از توالت های بهداشتی
- شستشوی دستها قبل از تماس با غذا
- واکسیناسیون علیه سرخک
- تمیز نگهداشتن غذا و آب

راههای اصلی جلوگیری از ایجاد سوء تغذیه به دلیل اسهال عبارتند از: ادامه تغذیه در طول دوره بیماری (خصوصاً تغذیه با شیر مادر) و دادن یک وعده غذای اضافی در روز حداقل برای یک هفته پس از بهبود بیماری. علاوه بر داشتن اطلاعات درباره اهمیت آب و غذا، باید کلیه والدین این نکته را بدانند که در صورت وجود خون در مدفوع کودک یا تداوم اسهال یا شدیدتر از حد معمول بودن آن، به کمک افراد آموزش دیده نیاز هست.

کاهش میزان مرگ و میر کودکان به حد ۱/۳ و سوء تغذیه به میزان ۱/۲ دو مورد از مهمترین اهدافی بودند که توسط سران جهان در سال ۱۹۹۰ در "قلمرو جهان برای کودکان" مورد توافق قرار گرفت. بدون گسترده کردن دامنه مبارزه با بیماریهای اسهالی و کاهش لطمه هایی که هم بر جان و هم بر رشد طبیعی میلیون ها کودک جهان وارد می سازند، به هیچیک از این دو هدف نمی توان دست یافت.

برگرفته از نشریه

THE STATE OF WORLD'S CHILDREN 1993