سوء التغذية الحاد

التحديث الأخير 23-07-2025

الحقائق الرئيسية

الأسباب

- تنتج أشكال أنواع مختلفة من سوء التغذية عن مشكلات مختلفة. ومما لا شكّ فيه أنّ عدم الحصول على قدرٍ كافٍ من الغذاء (كميّة قليلة جدًا من الغذاء) يؤدي إلى نقص التغذية. في حين أنّ نقصًا في الفيتامينات والمعادن في الطعام الّذي يتناوله الإنسان لانبشر يؤدي إلى نقص الفيتامينات أو المعادن لديهم وبدوره، يمكن أن يؤدي إلى إصابة الأشخاص بأمراض عدّة.
- وغالبًا ما تتزامن هذه الأشكال المختلفة من سوء التغذية، وتتفاقم بسبب قلّة الفرص المتاحة للحصول على الرعاية الصحيّة والدعم الغذائي.

الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الآثار الضارة

- الأطفال دون سن الخامسة
- النساء الحوامل والمرضعات
- كبار السنّ
- الأشخاص المصابون بأمراض مزمنة

الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بسوء التغذية

- الأشخاص الذين يعيشون في مناطق تعاني انعدام الأمن الغذائي
- الأشخاص الذين يعيشون في مناطق تفتقر إلى مرافق وخدمات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحيّة

الأعراض

- الهزال - انخفاض الوزن بالنسبة إلى الطول (أحيانًا)
  - يبدو الجسم نحيفًا جدًا، وعظامه بارزة؛ ويبدو الأطفال وكأنهم مسنّون تقريبًا (أحيانًا)
  - يبدو الجلد حول الأرداف مترهّلًا. وكأنه "سروال فضفاض" (أحيانًا)

- دليل على وذمة منطبعة (تورم يترك غمازة عند الضغط) في الجزء السفلي في كلا الساقين (أحيانًا)
- التقزّم - قصر القامة بالنسبة إلى العمر (أحيانًا)
- قد تكون الجروح بطيئة الالتئام (أحيانًا)
- فقر الدم (بشرة شاحبة) (أحيانًا)
- تغيّرات في الرؤية (أحيانًا)
- تغيّرات في الشعر والجلد (أحيانًا)

ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

الوقاية من المخاطر وإدارتها

- توفير الحصول على الخدمات الصحيّة بصورة ملائمة
  - توفير رعاية خاصة للأمهات والأطفال
- التشجيع على الرضاعة الطبيعيّة الحصريّة في خلال الأشهر الستة الأولى من حياة الطفل والرضاعة الطبيعيّة التكميليّة حتى بلوغه عامين.
- الوقاية من الأمراض الأخرى التي قد تؤثر على النتائج الصحيّة من خلال
  - دعم حملات التلقيح الشاملة (ضد مرض الحصبة)
  - الوقاية من الملاريا
  - الوقاية من الكوليرا وعلاجها

فحص المرضى ومراقبتهم والكشف عن الحالات المرضيّة

- الكشف عن الأطفال دون سن الخامسة الذين يعانون سوء التغذية، وكذلك النساء الحوامل والمرضعات والفئات الضعيفة الأخرى في المجتمع
  - عادة ما يكشف المتطوّعون ذلك من خلال قياس محيط العضد (محيط منتصف الذراع العلوي)

علاج الحالات وإدارتها

- إحالة الحالات المشتبه بها إلى المرافق الصحيّة لفحصها وتلقيها العلاج
- دعم برامج العلاج ومتابعة المتأخرين
- تقديم الدعم النفسي والاجتماعي لأفراد المجتمع الذين يعانون سوء التغذية وعائلاتهم

الأمن الغذائي

- ضمان الحصول على نظام غذائي صحي ومتنوّع
  - تحسين برامج مقاومة الجفاف وسبل العيش

نظافة المياه وسلامتها

- ضمان الحصول على المياه المأمونة وخدمات الصرف الصحي

التعبئة الاجتماعيّة وتعزيز الصحّة

- الاطّلاع على النصائح المحدّدة التي تقدّمها السلطات الصحيّة أو السلطات الأخرى ذات الصلة
- الريادة في اتّباع النصيحة هذه وإعلام أعضاء المجتمع بنصائح الممارسات الصحيّة الحاليّة
- تقديم الدعم والتشجيع على اتّباع النصيحة
  - محاولة فهم ما إذا كانت نصائح الممارسات الصحيّة تُطّبق أو لا وسبب ذلك
  - بإرشاد المشرف عليكم والسلطات الصحيّة، العمل مع المجتمعات لتجاوز العوائق التي تحول دون تطبيق النصيحة الصحيّة والممارسات الموصى بها
- التشجيع باستمرار على:
  - غسل اليدين
  - الالتزام ببرامج التلقيح الروتينيّة الموسّعة

الخرائط وتقييم المجتمع

- وضع خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
  - من هم الأشخاص في المجتمع الأكثر عرضة لخطر الإصابة بسوء التغذية الحاد؟
  - هل تتوافر أيّ مرافق غسل اليدين في المجتمع؟ وأين توجد؟
    - هل الصابون والماء متاحان دائمًا؟
  - أين توجد المرافق والخدمات الصحيّة المحليّة؟ (بما في ذلك، المعالجون التقليديّون)
  - أين توجد مواقع التخلّص من النفايات المجتمعيّة؟
- كيف يتخلّص المجتمع من القمامة والنفايات الصلبة؟
- تسجيل المعلومات التالية على الجهة الخلفية من الخريطة:
  - كم عدد الأطفال الذين يبدون نحيفين أو يعانون سوء التغذية الحاد؟
  - كم عدد الأشخاص المصابين بأمراض أخرى؟
  - متى بدأ الأشخاص ينفذون من الطعام أو بدأوا يعانون سوء التغذية الحاد؟
  - كم عدد وفيات الأطفال دون سن الخامسة في الشهر الماضي؟
  - كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في المجتمع أو المنطقة المتضرّرة؟
  - كم عدد الأطفال دون سن الخامسة الذين يعيشون في المنطقة؟
  - من هم الأكثر تأثّرًا بسوء التغذية؟
  - من هم الأكثر تأثّرًا بنقص الغذاء؟
  - هل ما زال الطعام متوفرًا في السوق؟
  - هل لدى الناس عمومًا مخزون طعام في المنزل؟
  - ما هي أنواع الطعام المتوافرة في السوق؟

- هل تغيّر نوع الطعام أو كميّاته في السوق مؤخرًا؟
- هل يُطبّق برنامج للتعبئة الاجتماعية أو تعزيز الصحة؟
- ما المصادر التي يستخدمها الناس / يثقون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
  - هل هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن سوء التغذية الحاد؟ ما هي الشائعات؟
- ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلّق ب:
  - رعاية المرضى وإطعامهم؟
  - عندما يمرض الأطفال والرضّع، هل تستمر النساء في إرضاعهم؟
  - إنتاج الطعام وتحضيره
    - هل يطبخ الناس اللحوم ويغلون الحليب جيّدًا قبل تناوله؟
  - سوء التغذية
  - التلقيح
    - هل يُلقّح الأطفال دون سن الخامسة في المجتمع بشكل عام؟
  - [في المناطق التي تتوطن فيها الملاريا] هل ينام الناس في المجتمع بشكل عام تحت الناموسيّات (في الليل و / أو في أثناء النهار)؟
    - هل تُعلَّق الناموسيّات وتخضع للصيانة بشكل صحيح؟
    - في حال كانت الناموسيات لا تُستخدم، ما سبب ذلك؟