



# 11. Добавки цинка

Последнее обновление: 2023-06-23

## Обзор

Цинк – это минерал, который важен для здорового роста и развития детей. Такие продукты, как мясо, рыба, молочные продукты, бобовые и орехи, содержат цинк. Иногда детям не хватает цинка, и в результате у них могут развиваться более длительные и тяжелые приступы диареи, и они могут сильно заболеть.

Если детям в возрасте от шести месяцев до пяти лет, страдающим диареей, давать дополнительно добавки с цинком вместе с РПР, у них будет меньше шансов серьезно заболеть, и они быстрее выздоровеют.

Пожалуйста, обратите внимание, что несмотря на то, что цинк является природным минералом и рекомендуется для минимизации последствий диареи, прием слишком большого количества цинка может вызвать такие проблемы, как боль в животе, головная боль, озноб или чувство усталости. **Важно давать только рекомендуемое количество цинка.**

**Во время вспышки острых кишечных заболеваний (включая холеру) детям в возрасте от шести месяцев до пяти лет, страдающим диареей, следует давать добавку цинка вместе с раствором для пероральной регидратации (РПР).** \*\* Необходимо проявлять осмотрительность по отношению к людям, у которых проявляются признаки недоедания. Ребенка или взрослого, у которого размеры окружности середины плеча (ОСП) находятся в «красной или желтой зоне», следует немедленно направить в медицинское учреждение для лечения или профилактики обезвоживания. \*\* (См. инструменты действий, «[Измерение острого недоедания в чрезвычайных ситуациях](#)» и «[Измерение окружности середины плеча](#)» для получения дополнительной информации об [ОСП и недоедании](#)).

## Что делать и как действовать

### Подготовка к приему добавок цинка

- Не давайте цинк без наблюдения и консультации медицинских работников. Этим типом вмешательства должен руководить супервайзер, имеющий медицинское образование (например, врач или медсестра), или координатор, который тесно сотрудничает с органами здравоохранения и который может дать консультацию по корректной дозе и методу введения цинка.
- По возможности убедитесь, что вы знаете правила вашего Национального общества в отношении того, когда волонтеры могут давать цинк детям; следуйте им. Если таких правил у вашего Национального общества нет, проконсультируйтесь с вашим руководителем в отношении того, следует ли и в каких случаях давать цинк.
- Убедитесь, что вы понимаете правильный способ приготовления и использования добавок с цинком.

### Введение цинка

- Убедитесь, что все дети в возрасте от шести месяцев до пяти лет, страдающие диареей, получают корректно цинк вместе с РПР. (См. инструмент действий «[Введение раствора для пероральной регидратации \(РПР\)](#)»). Следуйте рекомендациям медицинских работников относительно количества цинка (количества пакетиков), которое следует давать каждому ребенку. Поставщик медицинских

услуг определит это в зависимости от возраста ребенка.

- Для приготовления раствора цинка используйте очищенную или кипяченую воду.
- Убедитесь, что стаканы и посуда, используемые для приготовления раствора, чистые, и емкости для воды чистые и накрыты крышками.
- Перед приготовлением раствора цинка или РПП руки следует вымыть с мылом

### **Социальная мобилизация в отношении добавок цинка**

- Социальная мобилизация и изменение поведения с помощью коммуникации являются важными вспомогательными мероприятиями. (Смотрите пункты выше и инструмент действий «[Социальная мобилизация и изменение поведения](#)».)
  - Убедитесь, что лица, осуществляющие уход за детьми, правильно готовят и используют добавки с цинком.
  - Продемонстрируйте, как правильно готовить и давать добавки с цинком. Нанесите еще несколько визитов, чтобы убедиться, что лица, осуществляющие уход, правильно готовят и используют цинк.

## **Community messages**

