

عدم دسترسی زنان و دختران مناطق محروم کشور به ویتامین‌ها و ریزمغذی‌ها

written by ravabet | ۱۴۰۰/۰۴/۲۹



به گزارش مجله خبری غذا و دارو به نقل از سالم خبر؛ ناصر کلانتری، مدیر گروه تغذیه جامعه دانشکده تغذیه دانشگاه شهید بهشتی گفت: ویتامین‌های A و D و B2 از مهم‌ترین ویتامین‌هایی هستند که زنان و دختران در مناطق محروم یا کم برخوردار کشور دریافتی کمی دارند؛ ضمن آنکه املاحی مانند کلسیم نیز دریافت کافی ندارند.

وی خاطرنشان کرد: اختلالات تغذیه‌ای و عدم دسترسی به غذای مناسب و گرانی خوراکی‌ها موجب شده است دسترسی به این نوع ویتامین‌ها و ریزمغذی‌ها در مناطق محروم گسترش یابد.

مناطق مانند سیستان و بلوچستان، خراسان جنوبی، هرمزگان، کردستان، ایلام، کهگیلویه و بویراحمد، جنوب کرمان به عنوان مناطق محروم یا کم برخوردار شناسایی شده‌اند که شاخص‌های توسعه نیز در این مناطق از میانگین ملی پایین‌تر است.

زنان و دختران ماهیانه علاوه بر قاعدگی که آهن و کم خونی را به وجود می‌آورد، بارداری‌های مکرر و شیردهی را تجربه می‌کنند که در سلامت و تغذیه آنان نیز اثرات سوء به همراه دارد.

در زنان و دختران در دوران بلوغ باید بیشتر به مشکل کمبود آهن توجه شود ضمن آنکه دختران در دوران بلوغ و زنان در دوران زندگی و باروری باید در دریافت مکمل در اولویت قرار بگیرند