



جناب آقای دکتر کامبیز مهدی زاده

معاون محترم بهداشت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان جنوبی (بیرجند)

موضوع: در پاسخ به درخواست ارشادات لازم در خصوص مصرف پرل ویتامین D در گروههای سنی

با سلام و احترام

در پاسخ به نامه به شماره ۹۸/۱۶/۳۸۰۷۷ مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۱ همانگونه که مستحضرید براساس گزارشات سازمان جهانی بهداشت کمبود ویتامین D به شکل پاندمیک در کشورهای جهان وجود دارد براساس نتایج آخرین مطالعه پژوهشی در وضعیت ریزمغذیها در ایران در سال ۱۳۹۱ (پورا) کمبود ویتامین D در ایران از شیوع بالایی برخوردار است این میزان از ۲۳ تا ۸۶ درصد در گروههای سنی مختلف متغیر است به طوری که ۸۶ درصد زنان باردار، ۷۶ درصد دانش آموزان، ۶۲ درصد کودکان ۶ ساله، ۲۴ درصد کودکان زیر ۲ سال و ۷۱ درصد بزرگسالان از کمبود ویتامین D رنج می‌برند. مکمل یاری ۵۰ هزار واحدی ویتامین D، به دنبال تشکیل جلسات متعدد کمیته عالی مشورتی متشکل از کارشناسان بین المللی، اساتید دانشگاه، متخصصین تغذیه، غدد، کارشناسان دفاتر و ادارات فنی معاونت بهداشت به عنوان یک راهکار اصلی و کوتاه مدت پیشنهاد شده است. بدهی است با شروع برنامه غنی سازی آرد بعنوان راهکار بلند مدت، ویتامین D مورد نیاز افراد جامعه از طریق نان غنی شده با ویتامین D تامین خواهد شد و برنامه مکمل یاری ماهانه بازنگری می‌شود. در حال حاضر با توجه به شیوع بالای کمبود ویتامین D در جامعه، مصرف ماهانه ۵۰ هزار واحدی ویتامین D، با در نظر گرفتن این موضوع که دریافت روزانه ۴۰۰۰-۲۰۰۰ واحد بین المللی ایمن می‌باشد و از سوی دیگر منابع غذایی از نظر ویتامین D فقیر هستند، بنابراین مکمل یاری ماهانه تا زمان اجرایی شدن برنامه ملی غنی سازی آرد با ویتامین D علاوه بر آهن و اسید فولیک باید اجرا شود.

دکتر زهرا عبداللہی
مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه

رونوشت:

سرکار خانم زهرا سلمانی دبیرخانه م بهداشتی دانشگاه ع پ و خ ب بیرجند
سرکار خانم صادقی قطب آبادی کارشناس دفتر بهبود تغذیه جامعه