



M c dù trong nh ng năm g n đây c ng đ ng y t và dinh d ng toàn c u đã t p trung vào can thi p tình tr ng béo phì và các b nh thi u vi ch t dinh d ng đ c hi u, nh ng thi u dinh d ng b m và tr em v n ti p t c là gánh n ng cho các qu c gia có thu nh p th p và trung bình.

Suy dinh d ng (SDD) nh cân, th p còi c c và g y còm là th SDD r t n ng tu i u th

Theo s li u th ng kê năm 2005, có 20% tr d i 5 tu i t i các qu c gia có thu nh p th p và trung bình b SDD nh cân. T l này r t cao t i vùng Trung Nam Á và mi n Đông châu Phi n i s tr b nh cân l n l t là 33% và 28%, c tính có đ n 33% tr d i 5 tu i n nh ng qu c gia này b SDD th p còi. Mi n Đông và Trung Phi có t l b nh cao nh t, c tính kho ng 50% và 42% b th p còi. T ng s tr b nh h ng b i SDD th p còi là cao nh t, 74 tri u, hi n s ng t i Nam Á và Trung Á. Châu Phi có 20 n c n m trong s các qu c gia có gánh n ng th p còi cao nh t, 61 tri u, chi m h n m t n a (51%) t ng s tr d i 5 tu i c a n Đ và chi m 34% s tr b th p còi trên toàn th gi i. Trên th gi i có 55 tri u (10%) tr d i 5 tu i b SDD th g y còm n ng (cân n ng th p so v i chi u cao). Ph bi n nh t i Trung Nam Á (29 tri u tr ). Ngoài ra còn có 19 tri u tr em trên th gi i b SDD th g y còm r t n ng.

SDD th p còi, SDD g y còm n ng và SDD bào thai đã góp ph n gây nên 2,2 tri u tr ng h p t vong và 91 tri u ng i khuy t t t theo tu i th hàng năm. Trong s các ca b nh thi u vi ch t dinh d ng, thi u vitamin A và thi u k m làm tăng gánh n ng b nh t t cao nh t vì tr c ti p tác đ ng đ n s c kh e tr em. Thi u vitamin A và thi u k m là nguyên nhân gây t vong cho 600.000 và 500.000 tr em và c hai chi m 9,8% nguyên nhân gây t n th c a tu i u th toàn c u. Tác đ ng c a thi u s t và i t đ i v i t vong i tr em là r t ít, nh ng l i nh h ng n ng n đ n s phát tri n nh n th c và kh năng h c t p trong t ng lai. Thi u s t là nguy c cao gây t vong b m . Nuôi con b ng s a m không đúng làm tăng nguy c SDD và b nh t t i tr d i 5 tu i.

SDD nh h ng lâu dài đ n s c kh e và s phát tri n

Tình tr ng kém phát tri n c a bào thai, th p còi và SDD g y còm r t n ng trong hai năm đ u đ i s gây t n th ng không th h i ph c do tr b c n tr phát tri n th ch t và n u sau đó t 3-5 tu i tr tăng cân nhanh chóng thì s có nguy c b các b nh m n tính v sau nh b b nh tăng huy t áp, b nh ti u đ ng, b nh tim m ch và r i lo n chuy n hóa khi tr ng thành. Nh ng b nh này không ph bi n i tr tăng cân nhanh trong hai năm đ u đ i và ngay c i nh ng tr b SDD bào thai. Đi u này cho th y n u can thi p dinh d ng s m thì có th gi m đ c nhi u căn b nh m n tính không lây nhi m liên quan đ n dinh d ng.

Tr o b o th o p c o i ho c sinh ra b o thi u cân s o d o h o c kém và sau này có thu nh o p th o p. Thu nh o p th o p, s o c kh o e kém và dinh d o ng không h o p lý s o ti o p t o c o nh h o ng đ o n s o c kh o e c o a nh o ng tr o sinh ra o các th o h o k o ti o p, t o nên chu k o l o p o i.

Tr o em thi u dinh d o ng r o t có th o tr o thành ng o o i th o p bé, h o c hành kém c o i và sinh ra nh o ng đ o a con nh o h o n. Thi u dinh d o ng o bà m o và tr o em cũng liên quan đ o n tình tr o ng kinh t o th o p kém h o n khi l o n lên, tác đ o ng s o ti o p t o c lâu dài đ o n th o h o t o ng lai. Đ i u này kh o ng đ o nh r o ng dinh d o ng t o t là đ i u ki o n tiên quy o t đ o phát tri n kinh t o .

Kh o c ph o c th o nào?

Các can thi o p gi o i quy o t v o n đ o thi u dinh d o ng có hi o u qu o bao g o m khuy o n khích nu o i con b o ng s o a m o , cho tr o ăn b o sung h o p lý, tăng c o ng dinh d o ng vào th o c ph o m, b o sung các vi ch o t dinh d o ng, các chi o n l o c h o tr o c o i thi o n dinh d o ng h o gia đình và c o ng đ o ng và gi o m gánh n o ng b o nh t o t (nh o khuy o n khích r o a tay và các bi o n pháp gi o m gánh n o ng b o nh s o t rét khi mang thai).

Trong s o các can thi o p đ o o c xem xét, khuy o n khích nu o i con b o ng s o a m o , cho tr o ăn b o sung h o p lý, tăng c o ng dinh d o ng vào th o c ph o m, b o sung vitamin A và k o m, qu o n lý thích h o p SDD c o p tính (g o y c o m) n o ng cho th o y có nhi o u tri n v o ng nh o t đ o i v o i vi o c h o th o p t o l o t o vong tr o em và gánh n o ng b o nh t o t liên quan đ o n thi u dinh d o ng trong t o ng lai. Các nhà khoa h o c đã cho th o y các can thi o p h o u hi o u này có th o ng o n g o a đ o c 1/4 các tr o ng h o p t o vong o tr o đ o i 36 tháng tu o i và gi o m t o l o SDD th o p c o i o tr o đ o i 36 tháng tu o i xu o ng kho o ng 1/4, ng o n ch o n đ o c kho o ng 60 tri o u ca khuy o t t o t.

V o i đ o bao ph o 99% nu o i con b o ng s o a m o h o p lý, có th o gi o m đ o c t o vong o tr o đ o i 36 tháng tu o i còn 8,6%. Tuy nhiên can thi o p này không có tác đ o ng l o n đ o i v o i gi o m t o l o th o p c o i. Can thi o p t o v o n ăn b o sung có hi o u qu o h o n trong gi o m th o p c o i so v o i thúc đ o y nu o i con b o ng s o a m o . Dù t o v o n dinh d o ng v o th o c ăn b o sung h o p lý là c o n thi o t và quan tr o ng o m o i n o i m o i lúc, nh o ng đ o i v o i nh o ng vùng ngh o , ng o o i dân đang b o đ o i, không có gì đ o ăn thì tr o c nh o t là làm sao đ o h o ti o p c o n đ o c v o i các th o c ph o m c o n thi o t. Th o c hi o n các bi o n pháp đ i u tr o SDD c o p tính th o r o t n o ng đ o ng lúc và thích h o p trong b o nh vi o n và t o i c o ng đ o ng c o i thi o n đáng k o kh o năng s o ng còn c o a tr o em. Can thi o p b o sung vi ch o t dinh d o ng, dù thông qua đ o ng thu o c hay tăng c o ng và th o c ph o m đ o u có th o gi o m đ o c tác đ o ng c o a thi u dinh d o ng bà m o và tr o em. B o sung vitamin A và k o m có th o gi o m s o ca t o vong và gánh n o ng b o nh t o t o tr o em xu o ng kho o ng 10%. Tăng c o ng s o t vào th o c ph o m có th o ng o n g o a 123.000 đ o n v o gánh n o ng b o nh t o t. S o đ o ng r o ng r o i mu o i tr o n i o t cũng là m o t can thi o p h o u hi o u. Vi o c s o đ o ng đ o ng th o i s o t, canxi và axit folic trong th o i k o mang thai có th o ng o n g o a đ o c 24% t o vong o các bà m o .

Tóm l o i, nh o ng can thi o p liên quan t o i dinh d o ng có th o c o i thi o n tình tr o ng thi u dinh d o ng o bà m o và tr o em, làm gi o m gánh n o ng b o nh t o t liên quan tr o c m o t và lâu dài. Xác đ o nh và gi o i quy o t các v o n đ o thi u dinh d o ng o bà m o và tr o em là r o t quan tr o ng đ o đ o t đ o c hàng l o t o các m o c tiêu thiên niên k o và ph o i đ o c o u tiên o c o p toàn c o u và c o p qu o c gia. Các n o c có t o l o thi u dinh d o ng cao ph o i cân nh o c xem can thi o p nào là o u tiên cao nh o t và b o đ o m th o c hi o n r o ng r o i có hi o u qu o nh o m đ o t đ o c l o i ích cao nh o t.

*BS. Nguyễn Minh Nguyệt (SKDS)*