

اطلاعات خبری

پیام‌های اصلی در راهنمای "واقعیت‌های زندگی"

سالانه حدود ۹ میلیون کودک قبل از رسیدن به پنجمین سال تولد خود، در اثر بیماری‌های قابل پیشگیری جان خود را از دست می‌دهند. "واقعیت‌های زندگی" در صدد افزایش دانش و توانمند سازی افراد برای پیشرفت و نجات جان کودکان بیشتر است. این سند منبعی برای ایجاد و تقویت محیط حامی کودکان است.

واقعیت‌های زندگی که سرشار از اطلاعاتی عملی برای اطمینان از احقاق حقوق کودکان در زمینه‌های بقا، رشد، تکامل و رفاه است، شامل ۱۴ فصل است که هر یک حاوی اطلاعاتی شفاف و قابل دسترس در موضوعات متنوع به شرح زیر است: ایمنی مادران و سلامت نوزادان، رشد و تکامل کودکان و آموزش زودهنگام، تغذیه با شیر مادر، تغذیه و رشد، مصون سازی، اسهال، بهداشت، اچ آی وی و حمایت از حقوق کودک

پیام‌های مهم این راهنما بر موضوعات زیر متمرکز اند:

زمان تولد: در صورت رعایت فاصله زمانی حداقل دو سال میان دو تولد، سلامت مادر و فرزند به طور قابل ملاحظه ای بهبود می‌یابد. اگر بارداری قبل از سن ۱۸ سالگی و بعد از ۳۵ سالگی رخ دهد، خطرات سلامت برای مادر و فرزند بیشتر است. هم زنان و هم مردان باید در مورد مزایای سلامت تنظیم خانواده اطلاعاتی داشته باشند تا انتخاب‌های آگاهانه ای انجام دهند.

ایمنی مادران و سلامت نوزادان: برای کاهش خطرات مرگ و میر مادران و نوزادان، تمامی زنان باردار باید خدمات قبل و بعد از زایمان را از یک پرستار آموزش دیده، دریافت کنند و تمامی زایمان‌ها باید با همراهی ناظر آموزش دیده زایمان صورت گیرد. زنان باردار و خانواده‌هایشان باید علائم هشداردهنده مشکلات دوران بارداری را بشناسند و از کمک‌های پزشکی پیشرفته آگاه باشند.

رشد و تکامل کودکان و آموزش زودهنگام: کودکان از لحظه تولد می‌آموزند. آنها زمانی بهترین رشد و یادگیری را خواهند داشت که توجه، محبت و انگیزه لازم را به علاوه تغذیه مناسب و مراقبت‌های ویژه سلامت دریافت کنند. تشویق دختران و

برای اطلاعات بیشتر با این شماره‌ها تماس بگیرید:
آزاده اکبری، کارشناس ارتباطات ۲۲۵۹۴۹۹۴ داخلی ۱۱۳، ۹۱۲۲۰۸۱۰۷۳، aakbarikharazi@unicef.org

www.unicef.org/iran ** www.unicef.org/iran/fa

پسران به یک میزان برای مشاهده و ابراز وجود و در عین حال بازی کردن و اکتشاف، به یادگیری و رشد اجتماعی، جسمی، احساسی و هوشی آنها کمک می‌کند.

تغذیه با شیر مادر: تغذیه انحصاری با شیر مادر بهترین آب و غذا برای نوزاد تا سن شش ماهگی است. یونیسف به مادران توصیه می‌کند که نوزادان خود را تا شش ماه اول تولد فقط با شیر خود تغذیه کنند.

تغذیه و رشد: بیش از یک سوم کل مرگ و میر کودکان در دنیا به دلیل تغذیه ناکافی است. تغذیه نادرست در طول دوران بارداری و یا در دوسال اول زندگی کودک می‌تواند منجر به کندی رشد ذهنی و جسمی کودک تا پایان عمر شود. کودکان به یک رژیم غذایی متعادل که حاوی پروتئین و انرژی و همچنین ویتامین‌ها و مواد معدنی هستند، نیاز دارند. نوزادان و خردسالان باید به طور منظم وزن شوند تا از سرعت مناسب رشد آنها اطمینان حاصل شود.

مصون سازی: سالانه بیش از ۱/۴ میلیون کودک از بیماری‌های قابل پیشگیری از طریق واکسیناسیون، جان خود را از دست می‌دهند. کودکی که مصون نیست بیشتر در معرض بیماری، ناتوانی دائم و یا سوء تغذیه قرار دارد و حتی ممکن است جان خود را از دست بدهد. همه کودکان باید کلیه اقدامات توصیه شده برای مصون سازی را به طور کامل انجام دهند.

اسهال: دومین عامل شایع در مرگ و میر کودکان، اسهال است که سالانه جان بیش از ۱/۵ میلیون کودک زیر ۵ سال را می‌گیرد. برای جلوگیری از هدر رفتن آب بدن کودک مبتلا به اسهال، باید ازمحلولهای نمک خوراکی و دیگر مایعات لازم استفاده کرد.

درباره یونیسف

یونیسف در بیش از ۱۵۰ کشور و منطقه از جهان برای کمک به رشد و بقای کودکان از اوان خردسالی تا نوجوانی فعالیت می‌کند. یونیسف که بزرگترین ارائه کننده واکسن در کشورهای در حال توسعه است، برای سلامت، تغذیه، آب سالم، بهداشت و آموزش پایه برای دختران و پسران و حمایت از کودکان در برابر خشونت، بهره‌کشی و آیدز برنامه‌هایی دارد. هزینه برنامه‌های یونیسف کاملاً از طریق مشارکت داوطلبانه افراد، شرکت‌ها، سازمانها و دولت‌ها تامین می‌شود.

آخرین اخبار یونیسف را می‌توانید در وب سایت یونیسف به نشانی زیر ببینید:

<http://www.unicef.org/iran/fa>

برای اطلاعات بیشتر با این شماره‌ها تماس بگیرید:
آزاده اکبری، کارشناس ارتباطات ۲۲۵۹۴۹۹۴ داخلی ۱۱۳، ۹۱۲۲۰۸۱۰۷۳، aakbarikharazi@unicef.org

www.unicef.org/iran ** www.unicef.org/iran/fa