



**የኢትዮጵያ ፌዴራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ**  
**የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር**

**ሁለተኛው ትውልድ የጤና ኤክስፔንሽን ፕሮግራም**  
**የሥርዓተ-ምግብ ፓኬጅ**

ሐምሌ 2007 ዓ.ም  
አዲስ አበባ

ማውጫ

1.	መግቢያ.....	1
2.	ዓላማ.....	2
2.1.	አጠቃላይዓላማ.....	2
2.2.	ዝርዝር ዓላማዎች.....	2
3.	የሚከናወኑ ተግባራት እና አተገባበር.....	2
3.1.	የነፍሰጡር እና ቶች ሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ እንዲሻሻል ማድረግ.....	2
3.2.	የወጣት ሴቶችን የስርዓተ-ምግብ ሁኔታን ማሻሻል.....	3
3.3.	የሚያጠቡ እና ቶች የስርዓተ-ምግብ ሁኔታ እንዲሻሻል ማድረግ.....	4
3.4.	የህፃናት የስርዓተ-ምግብ እንዲሻሻል ማድረግ.....	5
3.5.	የጎልማሶችና አዋቂዎች አመጋገብ እንዲሻሻል ማድረግ.....	6
3.6.	የአረጋውያን ሥርዓተ ምግብ ሁኔታን ማሻሻል.....	6
3.7.	የሕመምተኞች አመጋገብን ማሻሻል.....	6
3.8.	የጥቃቅን ንጥረ ነገሮች እጥረት ችግሮችን መከላከል እና መቆጣጠር.....	7
3.8.1.	የቫይታሚን ኤ እደላ.....	8
3.8.2.	የአንጀት ጥገኛት ላትሎች መድሃኒት እደላ (deworming).....	9
3.8.3.	የአይረን ፎሌት እንክብል አደላ.....	10
3.8.4.	አዮዲን.....	10
3.9.	የእድገት ክትትልና ማጎልበት ስራ ማጠናከር.....	10
3.9.1.	መረጃ መሰብሰብ.....	11
3.9.2.	መተንተን.....	11
3.9.3.	ተግባራዊ እርምጃ መውሰድ.....	11
3.10.	የሥርዓተ-ምግብ ልዩታ ማጠናከር.....	12
3.10.1.	ክሊኒካል አሰስመንት.....	12
3.10.2.	አንትሮፖሜትሪ.....	13
3.10.3.	እብጠትን ማረጋገጥ.....	16
3.11.	የሥርዓተ-ምግብ አለመመጣጠን ችግር ማከም.....	17
3.12.	የሥርዓተ-ምግብ ትምህርት እና ምክር አገልግሎት መስጠት.....	18
3.13.	የሥርዓተ-ምግብ ቅንጅታዊ አሠራር.....	20
3.13.1.	ከግብርና ሴክተር ጋር የሚሰሩ ተግባራት፤.....	20
3.13.2.	ከትምህርት ሴክተር ጋር የሚሰሩ ተግባራት፤.....	21
3.13.3.	ከሴቶች፣ ህፃናት እና ወጣቶች ጉዳይ ዘርፍ መስሪያ ቤቶች ጋር የሚሰሩ ተግባራት.....	21
3.13.4.	ከሥርዓተ-ምግብ ፕሮግራም ተግባሪ ሴክተር መስሪያ ቤቶች በትብብር መስራት.....	22
4.	አገልግሎት ለመስጠት የሚያስፈልጉ ግብቶች.....	22
5.	የሚጠበቁ ውጤቶች.....	23
6.	ክትትልና ግምገማ.....	24
6.1.	ክትትል.....	24
6.2.	ግምገማ.....	24
6.3.	የፕሮግራም ጠቋሚዎች.....	25

# 1. መግቢያ

አገራችን ኢትዮጵያ የተለያዩ የግብርና ውጤቶች አምራች ብትሆንም በዓለም ውስጥ በከፍተኛ ደረጃ ያልተስተካከለ የሥነ-ምግብ አቋም ያላቸው ሕዝቦች ከሚኖሩባቸው አገሮች አንዷ ነች። የአብዛኛውም ህዝብ የጤና ችግሮች ከምግብ አለመመጣጠንና ከምግብ እጥረት ጋር የተያያዙ ችግሮች ሲሆኑ ይህ የምግብ እጥረት ወይም አለመመጣጠን በአብዛኛው የሚጎዳው ሕፃናትን፣ ነፍሰጡሮችን፣ የሚያጠቡ እናቶችንና እንዲሁም ጎልማሶችን መሆኑ የተለያዩ ጥናቶች ይጠቁማሉ።

ከምግብ እጥረቱ በተጨማሪ የአካል ገንቢና ኃይል ሰጪ እንዲሁም በሽታን ተከላካይ የሆኑ ምግቦችን አመጣጥኖ ባለመመገብና በተለይም በቫይታሚን“ኤ” በአይረንና በአዮዲን እጥረት-ሳቢያ በሚከሰቱ በሽታዎች የሚጠቁት ሕዝቦች ቁጥር ከጊዜ ወደ ጊዜ እያደገመምጣቱ ሌላው ሥነ-ምግብን አስመልክቶ የሚታይ ችግር ነው።

በተለይም በገጠሩ አካባቢ የአርሶ አደሩ ቤተሰብ የአመጋገብ ልምድ በአብዛኛው የአዝርዕት ሰብሎች ላይ ብቻ ያተኮረ ሲሆን በሽታን ተከላካይና አካል ገንቢ የሆኑትን የተለያዩ አትክልትና ፍራፍሬዎች እንዲሁም የእንስሳት ውጤቶችን የንጥረ ምግብ ይዘታቸውን ጠብቆ ለምግብነት የማዘጋጀት ዘዴውን አለማወቅና አዘውትሮ ቤተሰቡን የመመገብ ልምዱ አለመዳበር እንዲሁም የሕፃናት ከእናትጡት ጋር ተጨማሪ ምግብ አዘጋጅቶ አለመመገብ ሥነ-ምግብን አስመልክቶ ጎልተው የሚታዩ ችግሮች ናቸው።

ከላይ ለተጠቀሱት ችግሮች መንስኤ የሆነው የምግብ አለመመጣጠን ችግር ወይም ለምግብ እጥረት መከሰት የመግዛት አቅም ማነስ፣ በቂ ያልሆነ የምግብ አቅርቦት መኖር ብቻ ሳይሆን ሕብረተሰቡ ስለሥነ-ምግብ ምንነትና በአመጋገብ ዘዴ ላይ ያለው ግንዛቤ አናሳ መሆኑና አመጋገብን አስመልክቶ ማህበራዊና ልማዳዊ ተፅዕኖዎች መኖር ለችግሩ መከሰት የጎላ አስተዋጽኦ አላቸው።

በምግብ እጥረት-ሳቢያ የሚከሰቱ በሽታዎችን ለመከላከል እንዲቻል በጤና ኤክስፔንሽን ባለሙያዎች አማካይነት ለህብረተሰቡ ስለ ሥርዓተ-ምግብ ያለውን ግንዛቤ እንዲያዳብርና በሥርዓተ-ምግብ አጠቃቀም ጉድለት የሚከሰቱ ችግሮችን ለይቶ አውቆ ችግሮቹን ለማስወገድም ሆነ እንዳይከሰቱ ለማድረግ የሚያስችል ዕውቀትና ክህሎት ማስጨበጡ ወሳኝ በመሆኑ በቀጣይ የስነ አመጋገብ ሁኔታ በማጎልበት ሁሉም የታለሙ የህብረተሰብ ክፍሎች ተጠቃሚ እንዲሆኑ ለማድረግ በጤና ኤክስፔንሽን ፕሮግራም የሚሰጠውን አገልግሎት ለማሻሻል ይቻል ዘንድ ሁለተኛው ትውልድ ሥርዓተ-ምግብ ፓኬጅ ተዘጋጅቷል። በዚህ ፓኬጅ የተጨመሩ አገልግሎቶች የሴቶችና ወጣቶች እንዲሁም የአረጋውያ ሥርዓተ-ምግብን ያጠቃልላል።

## 2. ዓላማ

### 2.1. አጠቃላይ ዓላማ

በምግብ እጥረትና አለመመጣጠን ሳቢያ የሚከሰቱ በሽታዎችን መከላከል፣ መቆጣጠር እና ማከም።

### 2.2. ዝርዝር ዓላማዎች

- ❖ ስለ ሥርዓተ ምግብ ምንነትና ጥቅሙ በቂ ግንዛቤ እንዲኖር ለማስቻል፤
- ❖ በቫይታሚኖች፣ በማዕድናትና በአጠቃላይ የምግብ እጥረት ምክንያት የሚከሰቱ የጤና ችግሮችን ለይቶ አውቆ ችግሮቹን ለመከላከል የሚያስችለው ብቃት እንዲኖር ለማድረግ፤
- ❖ እናቶችና ሕፃናት በአመጋገብ ረገድ የሚያስፈልጋቸው ልዩ እንክብካቤ እንደሚገባቸው ለማስቻል፤
- ❖ ስለተመጣጠነ ምግብና ስለሕፃናት ተጨማሪ ምግብ አዘገጃጀት አጠቃቀም በቂ ዕውቀትና ክህሎት እንዲኖረው ለማስቻል፤
- ❖ የሥርዓተ-ምግብ ችግሮች ልዩታ ማድረግ እና የመፍትሄ እርምጃ ለመውሰድ።
- ❖ ስለተመጣጠነ ምግብ ጠቀሜታ አውቆ በተቻለ መጠን የተመጣጠነ ምግብ አዘጋጅቶ የመመገብ ልምዱን ለማዳበር፤
- ❖ ጎጂና ኋላ ቀር የሆነ የምግብ አዘገጃጀት ዘዴንና አመጋገብ ልምዱን እንዲቀይር ለማድረግ።
- ❖ ህጻናት ከዕድሜያቸው ጋር ተመጣጣኝ በሆነ እድገትና ብስለት ደረጃ ላይ መድረሳቸውን ክትትል ማድረግና ለቤተሰብ መረጃና ምክር በወቅቱ ለመስጠት፤

## 3. የሚከናወኑ ተግባራት እና አተገባበር

### 3.1. የነፍሰጡር እና ቶች ሥርዓተ ምግብ ሁኔታ እንዲሻሻል ማድረግ

- ❖ በልማት ቡድን መሪዎች በመታገዝ በቀበሌው ውስጥ የሚገኙ ነፍሰ- ጡር እናቶችን ለይታ ትመዘግባሉት
- ❖ ሁሉም ነፍሰ-ጡር እናቶች የቤተሰብ ጤና መመሪያ በቤታቸው መኖሩን ታረጋግጣሉት
- ❖ ነፍሰ ጡር እናቶችን በቤት ለቤት ጉብኝት ወቅት፣ በጤና ኬላ ለተኮር ቅድመ ወሲድ እንክብካቤ ወይም ለሌላ አገልግሎት በምታገኝበት ወቅት የሚከተሉትን ተግባራት እንድታከናውን ይጠበቃል።

የቤተሰብ ጤና መመሪያ ካርዱን በመጠቀም፤

- በእርግዝና ወቅት የተመጣጠነ ምግብ አለመመገብ ሊያስከትላቸው ስልሚችላቸው ችግሮች (በእናቲቱና በህጻኑ ላይ ስለሚደርሰው የጤና መታወክ፤ በምግብ መጎዳት ለውርጃና ያለቀን ለመውለድ ማጋለጡን፤ በህጻኑ ላይ ሊደርስ ስለሚችለው የአንጎልና የአካል እድገት መስተንጎል እና ጨቅላው ሲወለድ ዝቅተኛ ክብደት ሊኖረው እንደሚችል ታስረዳለች
- ነፍሱጡር እናቶች ቤት ያፈራውን የተለያዩ ምግቦችን መመገብ አለባቸው። በተለይም የእንስሳት ውጤቶች/ሥጋ፣ ወተት እና የወተት ተዋጽኦዎች፣ እንቁላል፣ ጉበት፣ኩላሊት፣ኣሳ፣ ዘይት ወዘተ/ ፍራፍሬዎች እና አትክልት/ፓፓያና ማንጎ፣ ብርቱካን፣ ካሮት፣ዱባ፣ ሙዝ፣ አቮካዶ፣ስኳር ድንች፣ አተር፣ምስር፣ባቄላ፣ሽምብራ፣ገብስ፣ስንዴ፣ጤፍ፣ቆጮ በጣም ጠቃሚዎች ናቸው።

❖ የደም ማነስን ለመከላከል ለሁሉም ነፍሱጡር እናቶች ለስድስት ተከታታይ ወራት የሚሆን አይረን ፎሌት እንክብል ትሰጣለች በትክክል መውሰዳቸውንም በልማት ሰራዊቱ በመታገዝ ትከታተላለች። እንዲሁም ሶስት ወር ከሞላቸው በኋላ ባለ 500 ሚሊ ግራም ሜብንዳዞል ኪኒን እንዲወስዱ ታደርጋለች።

❖ የጤና ልማት ቡድን መሪዎች ስለነፍሱጡር እናቶች አመጋገብ በመንደራቸው ከሚገኙ ነፍሱጡሮች ጋር አስፈላጊውን ምክክርና የልምድ ልውውጥ እንዲያደርጉ እገዛና ክትትል ታደርጋለች

❖ የቤተሰቡ አባላት፣ በተለይም ነፍሱ ጡር እናቶች ለምግብንት የሚጠቀሙት ጨው በአዮዲን የበለጸገ እንዲሆን ታበረታታለች።

❖ የትዳር አጋሮችና ሌሎች የቤተሰቡ አባላት ለነፍሱጡር ሴቶች በሥርዓተ ምግብ ዙሪያ አስፈላጊውን ድጋፍና እንክብካቤ እንዲያደርጉ ምክክር ታደርጋለች

❖ ለሁሉም ነፍሱጡር እናቶች የሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ ልኬታ ታደርጋለች እንደየሁኔታውም ተገቢውን አገልግሎት እንዲያገኙ ታደርጋለች።

**3.2. የወጣት ሴቶችን የስርዓተ-ምግብ ሁኔታን ማሻሻል**

❖ የወጣት ሴቶችን የአመጋገብ ሥርዓት የሚያሻሽሉ የምክር አገልግሎቶች በቤተሰብ፣ በማህበረሰብ ፣በትምህርት ቤትና በጤና ተቋማት ደረጃ ትሰጣለች

❖ ወጣት ሴቶች ተጨማሪ ጥቃቅን ንጥረ-ምግቦች (የቫይታሚን እና የማዕድን) አገልግሎት ማግኘት መቻላቸውን ታረጋግጣለች።

- በአዮዲን የበለጸገ ጨው ተጠቃሚነትን ታበረታታለች

- የአንጀት ጥገኛ ትላትል ህክምና መድሃኒቶችን በዓመት ሁለት ጊዜ በትምህርት ቤቶች ውስጥ ታሰራጫለች።
- ❖ ጎጂ ልማዳዊ ድርጊቶችን ለመከላከል የባህሪ ለውጥ ተግባራትን (መስተጋብርን) ትተገብራለች።
  - ሴት ልጆች 18 ዓመት እስኪሞላቸው ድረስ ጋብቻን እንዳይፈፅሙ እንዲሁም ከጋብቻ በኋላ ወሊድን ለማዘግየት ጉዳይ ከሚመለከታቸው አካላት ጋር አብራ ትሰራለች።
  - ወጣት ሴቶች በበቂ ሁኔታ እንዳይመገቡ የሚከለክሉ ልማዳዊ የምግብ ነውሮችን (food taboos) ለማስቀረት ማህበራዊ ልማዶችን፣ የተሳሳቱ ግንዛቤዎችንና አስተሳሰቦች ላይ የማህበራዊ የአመለካከት ለውጥ እንዲመጣ ከልማት ሰራዊት ጋር በቅንጅት ትሰራለች

**3.3. የሚያጠቡ እናቶች የስርዓተ-ምግብ ሁኔታ እንዲሻሻል ማድረግ**

- ❖ በልማት ቡድን መሪዎች በመታገዝ በቀበሌው ውስጥ የሚገኙትን የሚያጠቡ እናቶችን ለይታ መመዘገብና ማወቅ ይኖርባቸዋል
- ❖ ሁሉም የሚያጠቡ እናቶች የቤተሰብ ጤና መመሪያ በቤታቸው መኖሩን ታረጋግጣለች
- ❖ የሚያጠቡ እናቶችን በቤት ለቤት ጉብኝት ወቅት፣ በጤና ኬላ ድህረ ወሊድ ክትትል ወይም ለሌላ አገልግሎት በምታገኝበት ወቅት የሚከተሉትን ተግባራት እንድታከናውን ይጠበቃል።

የቤተሰብ ጤና መመሪያ ካርዱን በመጠቀም፤

- የሚያጠቡ እናቶች ጤንነታቸው የተስተካከለ እንዲሆን የተለያዩ ምግቦችን (የእንስሳት ውጤቶች/ሥጋ፣ ወተት እና የወተት ተዋጽኦዎች፣ እንቁላል፣ ጉበት፣ ኩላሊት፣ ዓሣ፣ ዘይት ወዘተ/ፍራግሬዎች እና አትክልት/ፓፓያና ማንጎ፣ ብርቱካን፣ ካሮት፣ ዱባ፣ ሙዝ፣ አሾካዶ፣ ስኳር ድንች፣ አተር ፣ ምስር፣ ባቁላ፣ ሽምብራ፣ ጉብስ፣ ስንዴ፣ ጤፍ፣ ቆጮ ወ.ዘ.ተ) መመገብ እንዳለባቸው
- እንዲሁም ወትሮ ከሚመገቡት ሁለት ጊዜ በተጨማሪ መብላት እንደሚኖርባቸው ታስረዳለች
- ባሎችና ሌሎች የቤተሰብ አባላት ለሚያጠቡ እናቶች ሊያደርጉላቸው ስለሚገባ እገዛ ምክክር ታደርጋለች
- ለሁሉም የሚያጠቡ እናቶች የሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ ልኬታ ታደርጋለች እንደየሁኔታውም ተገቢውን አገልግሎት እንዲያገኙ ታደርጋለች።

**3.4. የህጻናት የስርዓተ-ምግብ እንዲሻሻል ማድረግ**

የሕጻናት የሰውነትና የእንጉል ዕድገት እንዲሁም ጤናማነት በእርግዝናዎቻት በእናቲቱቸው መጋብብና አኗኗር ሁኔታ፤ ከተወለዱ በኋላም እስከ ሁለት ዓመት ድረስ በሚያገኙት ምግብና እንክብካቤ ይወሰናል። ስለሆነም ከሁለት አመት በታች ያሉ ህጻናት ላይ ትኩረት በማድረግ የደረጃ 4 ጤና እክስቴንሽን ሰራተኛዎች የሚከተሉትን ተግባራት ታከናውናላች።

❖ በልማት ቡድን መሪዎች በመታገዝ በቀበሌዎች የሚገኙትን ከሁለት አመት በታች ያሉ ህጻናትን ለይታ በስም መዝግባት ይቻላል።

❖ በልማት ቡድን መሪዎች በመታገዝ ወርሃዊ የእድገት ክትትል እና ማሳልበት ክፍለጊዜዎችን ታካሂዳላች፤ እንደየእድገት ደረጃቸውም የቤተሰብ ጤና መመሪያውን በመጠቀም ምክክር ታደርጋላች።

- ህጻናት እንደተወለዱ የመጀመሪያውን የጡት ወተት እንዲያገኙ ትመክራላች
- ትክክለኛ የህጻን አስተቃቀፍና የጡት አጎራረስ ለእናቶች ታሳያላች
- ህጻናት መጥባት በፈለጉ ጊዜ (ቀንና ሌሊትን ጨምሮ) የእናት ጡት ማግኘት እንዳለባቸው ታሰተመራላች
- በአካባቢው የተለመዱ ጎጂ የህጻናት አመጋገብ ልማዶችን ለይታ አስፈላጊውን ትምህርት እና ውይይት ታደርጋላች፤ በልማት ቡድን መሪዎች በመታገዝ ክትትልና ድጋፍ ታደርጋላች።
- ሁሉም ህጻናት ለመጀመሪያዎቹ 6 ወራት የእናት ጡት ብቻ እንዲጠቡ ትመክራላች። በተለየ ምክንያት የእናት ጡት ማጥባት ላልቻሉ ህጻናት የላም ወተት ወይም የቆርቆሮ ወተት እንዲወስዱ አስፈላጊውን እገዛና ክትትል ታደርጋላች።
- እናቶች ህጻናት ልጆቻቸው ቢያንስ 2 ዓመት እስኪሞላቸው ድረስ ጡት ማጥባት እንዲቀጥሉ ታበረታታላች፤ አስፈላጊውን ድጋፍና ክትትል ታደርጋላች

❖ እድሜያቸው 6 ወር ለሞላቸው ህጻናት ለእድገታቸው አስፈላጊውን የሆነ ንጥረነገር በበቂ ሁኔታ እንዲያገኙ ለማድረግ ከእናት ጡት በተጨማሪ የተመጣጠነ ተጨማሪ ምግብ መስጠት እንደሚያስፈልግባቸው መክራላች

❖ ሕጻናት በቀን ውስጥ መመገብያ ለባቸው ምንም ዓይነት እና ስንት ጊዜ እንደሆነ ትስረዳላች

❖ የተመጣጠነ ተጨማሪ ምግብ አዘገጃጀት ለእናቶችና ለልማት ቡድን መሪዎች ሰርታ ታሳያላች

- ❖ ሁሉም 6 ወር የሞላቸው ህጻናት በመመሪያው መሰረት ቫይታሚን ኬ ታድላለች። አምስት ዓመት እስኪሞላቸውም በየ6ወሩ ቫይታሚን ኬ መስጠቷን ትቀጥላለች
- ❖ ሁለት ዓመት የሞላቸው ህጻናት በሙሉ የአንጀት ጥገኛ ትላትል ህክምና መድኃኒት (Albendazole) ማገኘታቸውን ታረጋግጧል። እስከ 5 ዓመትም በየ6ወሩ መስጠቷን ትቀጥላለች
- ❖ ለሕፃናቱ በሚዘጋጅ ተጨማሪ ምግብ ውስጥ በአዮዲን የበለጸገ ጨው መጨመር በጣም አስፈላጊ መሆኑን ታስተምራለች አጠቃቀሙንም ትከታተላለች
- ❖ ከጡትና ከጡት ማጥባት ጋር የተያያዙት ግሮች ላላቸው እናቶች አስፈላጊውን እንክብካቤ እና ህክምና ታደርጋለች። አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ ወደ ጤና ጣቢያ ትልካለች
- ❖ እናቶች የታመሙ ህጻናትን እንዴት መመገብ እንዳለባቸው ትመክራለች

**3.5. የጎልማሶችና አዋቂዎች አመጋገብ እንዲሻሻልማድረግ**

- ❖ ጎልማሶችና አዋቂዎች እንደየእድሜያቸውና የሰውነት እንቅስቃሴያቸው መጠን የተስተካከለ የአመጋገብ ስርዓት እንዲኖራቸው ትመክራለች፤ እገዛ ታደርጋልች

**3.6. የአረጋውያን ሥርዓተ ምግብ ሁኔታን ማሻሻል**

- ❖ ዕድሜያቸው በጣም የገፋ ሰዎች ብዙ ሥራ ስለማይሰሩ ውስን እንቅስቃሴብቻ ስለሚያደርጉ የሚያስፈልጋቸው የኃይልና ሙቀት ሰጪ ንጥረ ምግቦች መጠን ዝቅተኛ ነው። ምግብን በአንጀት ውስጥ እንዲፈጭላቸውና የሚያደርጉ ኢንዱስትሪ/ቅመሞች ሰውነታቸው ውስጥ እየቀነሱ ስለሚሄዱ ጮማ፣ ቅባት የመሳሰሉት ምግቦች ማብዛት ተገቢ አይሆንም።
- ❖ አረጋውያንና ዕድሜያቸው በጣም የገፋ ሰዎች ከሰውነት ሁኔታቸው ጋር የተስተካከለ አመጋገብ እንዲኖራቸው ትመክራለች
- ❖ የቤተሰቡ አባላት ለአረጋውያን ማድረግ ስላለባቸው እገዛና ድጋፍ ምክክር ታደርጋለች

**3.7. የሕመምተኞች አመጋገብን ማሻሻል**

- ❖ በሕመም የተጠቃ ሰው ከጤነኛ ሰው የተለየ የአመጋገብ ሥርዓት ሊኖረው እንደሚገባ ትመክራለች።
- ❖ የህመምተኛ አመጋገብ እንደህመሙ ዓይነትና እንደታማሚው ሁኔታ ስለሚለያይ እንደሆነ ሁኔታው ተገቢውን ምክርና ድጋፍ ትሰጣለች።

**ኤች.አይ.ቪ በደማቸው ውስጥ ለሚገኙ ወገኖች የአመጋገብ ሁኔታን ማሻሻል**



❖ የጤና ኤክስቴንሽን ባለሙያዎ በጤና ኬላም ሆነ በቤት ለቤት ጉብኝት ወቅት ስለ ኤች.አይ.ቪ እና የአመጋገብ ሥርዓት ተገቢውን ምክርና ትምህርት መስጠት ይጠበቅባታል፤ ይኸውም በዋናነት የሚከተሉት ነጥቦች ላይ ያተኩራል፡፡

- በመደበኛ የጊዜ ገደብ ክብደታቸውን መለካት እንደሚኖርባቸው መምከርና መከታተል
- አስፈላጊ የሆነውን ክትትል ማድረግና እስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ በአስቸኳይ ወደሚቀጥለው የጤና እርከን ለተጨማሪ ምርመራና ሕክምና መላክ ያስፈልጋል፡፡
- በደማቸው ኤች.አይ.ቪ ለሚገኝ ወገኖች የሚመከረው አመጋገብ ፍራፍሬዎችን፣ አትክልቶችን፣ የእህል ዘሮችን፣ የእንስሳትና ዕጽዋት ተዋጽኦዎችን ያካተተና የተመጣጠነ መሆን እንደሚገባው መምከር ይኖርባታል፡፡

ነፍሰጡሮች፣ የሚያጠቡ እናቶችና ሕጻናት በደማቸው ውስጥ ኤች.አይ.ቪ ከተገኘ ልዩ የሥርዓተ ምግብ ትኩረት ስለሚያስፈልጋቸው የኤች.አይ.ቪ. መከላከያና መቆጣጠሪያ እና የአይ.ኤም.ኤን.ሲ.አይ ፓኬጆች ውስጥ የተመለከተውን በማጣቀስ ማስተማር፣ መምከርና ክትትል ማድረግ ያስፈልጋል፡፡

ከላይ የተዘረዘሩትን የንጥረ ምግቦች መገኛዎችና ጥቅማቸውን እያገናዘቡ በዚህ ረገድ ትምህርትና ምክር መስጠት

**3.8. የጥቃቅን ንጥረ ነገሮች እጥረት ችግሮችን መከላከል እና መቆጣጠር**

በጥቃቅን ንጥረ ነገሮች እጥረት ምክንያት ሊከሰቱ የሚችሉ ችግሮችን ለመከላከልና ለመቆጣጠር

- ❖ ከልማት ሠራዊቱ ጋራ በመተባበር ታላሚዎችን ማለትም
- ❖ ከ6 ወር እስከ 5 ዓመት የሚሆናቸው ሕፃናት፣ ነፍሰ-ጡር እና የሚያጠቡ እናቶችን ለይታ ትመዘግባለች

- ❖ እድሜያቸው ከ6-59 ወር ለሚሆን ሕፃናት በየስድስት ወሩ ቫይታሚን ኤ ትሰጣለች (ለዝርዝር አፈጻጸሙ የዘመቻ፣ የማሕበረሰብ ጤና ቀን እና መደበኛ ፈጣን ማጣቀሻውን ተጠቀሚ)
- ❖ የቫይታሚን ኤ እና የአንጀት ጥገኛ ትላትል መድሃኒት እንክብል ከሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ ልዩታ ጋር ተቀናጅቶ በሚከተሉት 3 የትግበራ መንገዶች ሊካሄድ ይችላል
  - በዘመቻ/ኢ.ኤ.ኤስ በየስድስት ወሩ
  - በማህበረሰብ ጤና ቀን(በየ3 ወር የሚደረግ የሥርዓተ ምግብ ሁኔታ ልዩታ እንዲሁም በየ6 ወሩ የቫይታሚን ኤ እና የአንጀት ጥገኛ ትላትል መድሃኒት እንክብል እደላ)
  - በመደበኛ የጤና ኤክስቴንሽን መርሐግብር

**3.8.1. የቫይታሚን ኤ እደላ**

መጠንና ፕሮግራም

ቫይታሚን ኤ ዕደላ (ለበሽታመከላከል የተዘጋጀ ፕሮቶኮል)		
ዕድሜ	መጠን	የድግግሞሹ ሁኔታ
ከ6-11ወራት እድሜ ላላቸው ሕፃናት	የ100,000አያዩ (1 እንክብል)	አንድ ጊዜ
ከ12-59ወራት እድሜ ላላቸው ሕፃናት	የ200,000አያዩ (2 እንክብል)	በ6 ወራት ባለው ጊዜ ውስጥ አንዴ

❖ በኩፍኝና በከፋ አጣዳፊ የምግብ አለመመጣጠን ለተጎዱ ህጻናት በቫይታሚን ኤ ትሰጣለች

ከፍተኛና አጣዳፊ የምግብ መጓደል ለሚታይባቸው ሕጻናት

የቫይታሚን ኤ ተቀባዮች (targets)	መጠን (dosage IU)	ድግግሞሽ (frequency)
ከ6 - 11 ወራት ለሆኑ ሕጻናት	100,000	በመጀመሪያ ከጤና ባለሙያዎ ጋር ሲገናኝ መሥጠት ከዚያም በመመሪያው መሠረት የሚቀጥል ይሆናል።

ከ12 - 59 ወራት ለሆኑ ሕጻናት	200,000	በመጀመሪያ ከጤና ባለሙያዎ ጋር ሲገናኝ መሥጠት ከዚያም በመመሪያው መሠረት የሚቀጥል ይሆናል።

**ዜሮፍታልሚያ ወይም ኩፍኝ ለያዛቸው ልጆች**

መርሐ ግብሩ (schedule)	መጠን ከአንድ ዓመት በታች ለሆኑ ሕጻናት (dosage IU)	መጠን ከአንድ ዓመት በላይ ለሆኑ ሕጻናት (dosage IU)
በምርመራ ወቅት ወዲያውኑ	100,000	200,000
በቀጣዩ ቀን	100,000	200,000
ከ15 ቀናት በኋላ	100,000	200,000

**3.8.2. የአንጀት ጥገኛት ጥገኛት ስራዎች መድሃኒት እደላ (deworming)**

- ❖ እድሜያቸው ከ2 ዓመት እስከ 5 ዓመት ለሚሆን ሕጻናት የፀረ ትላትል መድሃኒት ትሰጣለች
- ❖ ሶስት ወር ላለፋቸው ነፍሰ ጡር እናቶች የአንጀት ጥገኛ ትላትል መድሃኒት ትሰጣለች

ምድብ	ሕክምና	ጊዜ
ነፍሰጡር ሴቶችና የሚያጠቡ እናቶች	500 ሚ.ግ. ሜቤንዳዘል በአንድ ጊዜ	በመጨረሻዎቹ የእርግዝና ወራት (third trimester)

ከ2 ዓመት በላይ ዕድሜ ያላቸው ሕጻናት	500 ሚ.ግ. ሜሴንዳዘል በአንድ ጊዜ	በየስድስት ወሩ
--------------------------	-------------------------	-----------

**3.8.3. የአይረን ፎሌት እንክብል አደላ**

- ❖ ለነፍሰጡርና ለሚያጠቡ እናቶች የአይረን ፎሌት እንክብል ትሰጣለች
- ❖ ትክክለኛ አወሳሰዱን ከልማት ቡድን መሪዎች ጋር በመተባበር ክትትልና እገዛ ታደርጋለች

ለነፍሰጡሮችና ለሚያጠቡ እናቶች

ምድብ	አይረን-ፎሌት መጠን	የጊዜ ገደብ
ፍላጎት የሚያጠቡ እናቶች	አይረን =60 ሚ.ግ/ባቀን ፎሌት = 400 ማይ.ግ/ባቀን	በእርግዝና ወቅት ስድስተኛው ወር ላይ ደም ማነስ ሥርጭቱ ከ40 በመቶ በታች ሲሆን
		በእርግዝና ወቅት ስድስተኛው ወር ላይ እና ከወሊድ በኋላ ሦስተኛው ወር ላይ የደም ማነስ ሥርጭቱ 40 በመቶ እና ከዚያ በላይ ሲሆን
		አንዲት ሴት በእርግዝና ወቅት ስድስተኛው ወር ላይ መውሰድ ካልቻለች ከወሊድ በኋላ መስመራት ወይም መጠኑን ወደ 102 ሚ.ግ/ባቀን ማሳደግ ይቻላል።

**3.8.4. አዮዲን**

- ❖ ሁሉም የሕብረተሰብ ክፍል ለምግብነት የሚጠቀመው ጨው በአዮዲን የበለጸገ መሆኑን ታረጋግጣለች
- ❖ የአዮዲን መመርመሪያ ኪት በመጠቀም ገበያላይ ለሰው ምግብነት የሚውለው ጨው በአዮዲን የበለጸገ መሆኑን በምርመራ ታረጋግጣለች

**3.9. የእድገት ክትትልና ማጎልበት ስራ ማጠናከር**

- ❖ ከጤና ልማት ቡድን መሪዎች ጋር በመሆን ታላሚዎቹን መለየት
- ❖ ታላሚዎቹ ከልደት እስከ 2 ዓመት እድሜ ያላቸው ሕጻናት ናቸው። ይህ የሆነበት ምክንያት ይህ እድሜ ከፍተኛ የሆነ የአካላዊና አእምሮአዊ እድገት የሚጎለበትበት ወቅት ስለሆነ እና ከ2 ዓመት እድሜ በፊት የሚከሰቱ ችግሮችን የሕፃኑ እድሜ 2 ዓመት ከሞላ በኋላ ለመቀልበስ ስለማይቻል ነው

- ❖ የቤተሰብ ጤና መመሪያ በመጠቀም ሦስቱን የ“መ” ኡደት (መረጃ መሰብሰብ፣ መተንተንና መተግበር) / Triple A cycle (Assesment Anaylsis Action) ትተገብራለች።

### 3.9.1. መረጃ መሰብሰብ

- ❖ በየወሩ በመደበኛነት ክብደት መመዘን
- ❖ የልጆችን እድገት ሌሎች የእድሜ አቻዎቻቸው ከሚገኙበት እድገት ደረጃና ከበሬተኛው ክብደት ጋር ማወዳደር እና የልጅን እድገት ፍጥነት መወሰን
- ❖ ይህም የአመጋገብ ሥርዓት ችግር ለማወቅ / ለመረዳት እና ከእናቶች ወይም አሳዳጊዎች ጋር በጋራ ለመወያየትና ለመወሰን ይረዳታል።

### 3.9.2. መተንተን

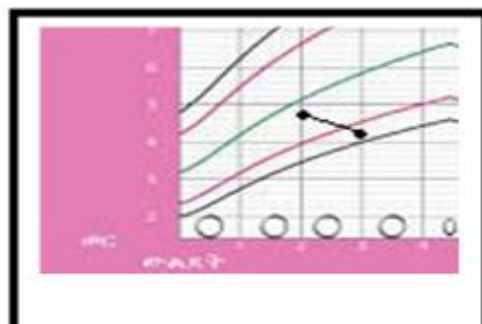
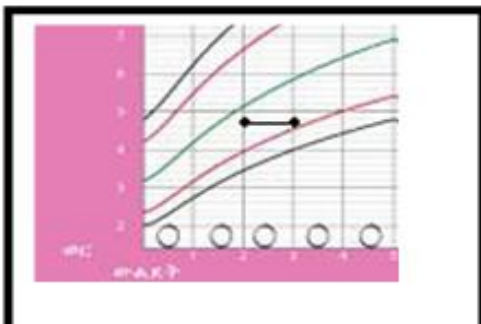
- ❖ የእድገት ሁኔታ ፣ የእድገት መንደል መንስዔዎችንና ሊወሰዱ የሚገባቸውን መፍትሄዎች መለየት

### 3.9.3. ተግባራዊ እርምጃ መውሰድ

- ❖ እናቶችን ወይም አሳዳጊዎችን ሊወሰዱ ስለሚገባው ተገቢ እርምጃ አስመልክቶ ምክር ለመስጠት የሚያስችል ሲሆን ይህም ውሳኔ ላይ መድረስ ግብአት በግልም ሆነ በጋራ/ በቡድን የሚወሰዱ ተግባራትን/እርምጃዎችን ያጠቃልላል።
- ❖ ከላይ በተቀመጠው ቅደም ተከተል መሠረት የልጅን የዕድገት ሁኔታ ከመዘኑና ከተነተኑ በኋላ በሚገኘው ውጤት መሠረት መወሰድ ያለበት እርምጃ፡
  - ጥሩ የዕድገት ደረጃ = ማበረታታት
  - እየቀነሰ ያለ የዕድገት ደረጃ = በችግሩ ላይ መመካከር
  - የቆመ የዕድገት ደረጃ = በችግሩ ላይ መመካከር
  - ከወረደበት የሚጨምር የዕድገት ደረጃ = ማበረታታት

**ለምሳሌ** በታች የተቀመጡ ከአንድ እስከ አራት ያሉት ስእል ተመልከቱ

**ማስታወሻ፡** የምክክር ሥርዓቱ የGALIDRAA ሂደትን በተከተለ መልኩ ሊከናወን እንደሚገባ ዘወትር ማስታወስ በጣም ይጠቅማል።



**3.10. የሥርዓተ-ምግብ ልዩታ ማጠናከር**

የሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ /ይዘት/መመርመር ወይም መለካት የሕብረተሰብን ወይም የግለሰብን የጤና፣ የሥርዓተ-ምግብ፣ የጤናንና የሥርዓተ-ምግብን ቁርኝት ለማወቅና የእርምጃ-አርምጃለመውሰድ ያስችላል።

**3.10.1. ክሊኒካል አሰስመንት**

ሥርዓተ-ምግብ መጓደል ምክንያት የሚከሰቱ ክሊኒካዊ የሆኑ ምልክቶችን በመመልከት የሥርዓተ-ምግብ መጓደሎችን መለየት ይቻላል፤ ይህም በሽተኛውን በመጠየቅ እና/ወይም በማየት ሊከናወን ይችላል።

ምልክቶች/ስሜቶች	የሥርዓተ-ምግብ መጓደሎች
❖ መገርጣት፣ የመዳፍ፣ የዐይን ሽፋል ውስጥ፣ ምላስ	❖ ደም ማነስ፣ ይህም በአይረን፣ በፎሊክ፣ በቫይታሚን ቢ12፣ በአሲድ፣ ኮፐር፣ ፕሮቲን ወይም ቫይታሚን ቢ6 እጥረት ሊከሰት ይችላል።
❖ በቀላሉ የመዛል፣ የምግብ ፍላጎት ማጣት፣ የትንፋሽ ማጠር	

❖ ቢቶትስ ስፖት ( በዐይን ነጩ ክፍል ሦስት ማዕዘናዊ የሆኑ ነጫጭ ዐረፋማ ነገሮች መታየት)	❖ የቫይታሚን ኤ እጥረት
❖ እንቅርት (በአንገት-ላይ የሚታይ እብጠት)	❖ የአዮዲን እጥረት
❖ የጥርስ መበስበስና መቦርቦር	❖ የፍሎራይድ እጥረት ወይም የሚጨምር ሃይልና ሙቀት ሰጪ ምግቦች ሰመውሰድ ወይም የአፍ ውስጥ pH ከአስፈላጊ በታች መሆን (ይህም ማለት ከ5.5 በታች ማለት ነው።) ይህንንም ተከትሎ የጥርስ ሽፋን መሟሟትን ያስከትላል።
❖ የሚጨምር የጥርስ በመለዝ፣ የሚጨምር የአጥንትና የጥርስ መለስለስ/መሰበር	❖ በጣም የበዛ ፍሎራይድ
❖ ፒቲንግ ባይላተራል አዴማ በሁለቱም እግሮች የሚሰረገድ እብጠት ሲኖር	❖ አደገኛና አጣዳፊ የሥነ ምግብ መጓደል
❖ በግልጽ የሚታይ አደገኛ ክሳት	❖ አደገኛና አጣዳፊ የሥነ ምግብ መጓደል

**3.10.2. አንትሮፖሜትሪ**

ክብደት፣ የላይኛው ክንድ ዙሪያ ልኬት፣ ቁመትናወዘተ. በመለካትና ወደ አመልካቾች /indicators/ በመቀየር ወይም በማስላት የሚገኝ የሥርዓተ ምግብ ይዘት መረጃ ነው።

**ክብደት መለካት**

የሕፃናትን የሥርዓተ-ምግብ ሁኔታና የእድገት አቅጣጫ በትክክል ለመለየት የሕፃኑን ክብደት በትክክል ማወቅ ያስፈልጋል። ለዚህም የሚረዱ በአብዛኛው የሚነጠቀሙባቸው ሁለት አይነት የክብደት መለኪያ ሚዛኖች አሉ።

**የሚንጠለጠል ሚዛን/salter scale/**

የሕፃናትን ክብደት በትክክል ለመለካት የሚከተሉትን ቅደም ተከተል መከተል ያስፈልጋል።

- ❖ ደረጃ 1፤ ሚዛኑን 25 ኪ.ግ መያዝ የሚችል ማንጠልጠያ ላይ ይስቀሉት።
- ❖ ደረጃ 2፤ የመመዘኛ ቅርጫቱን ሚዛኑ ላይ ያንጠልጥሉ የሚዛኑ ንባብ ዜሮ ላይ እንዲሆን ያስተካክሉ።
- ❖ ደረጃ 3፤ ሕፃኑ የለበሰው ልብስ ወፍራም ከሆነ ያስወልቁ። የሕፃኑን ክብደት ለመጨመር የሚችል ልብስ መውለቅ አለበት።
- ❖ ደረጃ 4፤ ሕፃኑን የመመዘኛ ቅርጫቱ ላይ ያስቀምጡ።
- ❖ ደረጃ 5፤ የሚዛኑ የክብደት አመልካች መርፌ እስኪቆም ድረስ ይጠብቁ። የሕፃኑን ክብደት ሳያጠጋጉ ያንብቡ። ለምሳሌ 4.7 ከሆነ ወደ 4.5 ወይም 5 መጠጋጋት የለበዎትም።
- ❖ ደረጃ 6፤ ለእናት-የዋ የሕፃኑን ክብደት ይንገሯት።
- ❖ ደረጃ 7፤ የሕፃኑን ክብደት በዕድገት ክትትልና ማጎልበቻ መዝገብ ላይ ይመዝግቡ።

**በድጅታል ሚዛን**

- ❖ የሕፃናትን ክብደት በትክክል ለመለካት የሚከተሉትን ቅደም ተከተል መከተል ያስፈልጋል።
- ❖ ደረጃ 1፤ ሚዛኑ ደልዳላ/flat surface/ ቦታ ላይ አስተካክሎ ማስቀመጥ ።
- ❖ ደረጃ 2፤ የሚዛኑ ንባብ ዜሮ ላይ እንዲሆን ያስተካክሉ።
- ❖ ደረጃ 3፤ ሕፃኑ የለበሰው ልብስ ወፍራም ከሆነ ያስወልቁ። የሕፃኑን ክብደት ለመጨመር የሚችል ልብስ መውለቅ አለበት።
- ❖ ደረጃ 4፤ ሕፃኑ ራሱን ችሎ የሚቆም ከሆነ ሚዛኑ ላይ በማቆም ክብዳቱን ይለኩት
- ❖ ደረጃ 5፤ የሚዛኑ የክብደት አመልካች መርፌ እስኪቆም ድረስ ይጠብቁ። የሕፃኑን ክብደት ሳያጠጋጉ ያንብቡ። ለምሳሌ 4.7 ከሆነ ወደ 4.5 ወይም 5 መጠጋጋት የለበዎትም።
- ❖ ደረጃ 6፤ ሕፃኑ ራሱን ችሎ የማይቆም ከሆነ ከእናት-የዋ/ተክባካቢ ጋር በማድረግ ክብደቱን ይለኩ።
- ❖ ደረጃ 7፤ የእናት-የዋ/ተክባካቢ ክብደት ለብቻ ይለኩና ከመጀመሪያ የለኩት ክብደት በመቀነስ የሕፃኑ ክብደት ይወቁ
- ❖ የሕፃኑን ክብደት በዕድገት ክትትልና ማጎልበቻ መዝገብ ላይ ይመዝግቡ።



**የላይኛው ክንድ እኩሌታ መጠነ ዙሪያ(MUAC) መለካት**

- ❖ ሲለኩ በሕፃኑ አይን ትይዩ ይሁኑ፤ ከተቻለ ይቀመጡ፤ በዚህ ወቅት በጣም ጨቅላ የሆኑ ሕፃናት በእናታቸው ሊያዙ ይችላሉ። የልጁን የግራ ክንድ በልብስ ተሸፍኖ ከሆነ ልብሱን እናትየዋ እንድታወልቅ ያድርጉ።
- ❖ የሕፃኑን ክንድ ዘና አድርጎ ወደ ታች በመልቀቅ ከመሀል ተነስቶ ቴፑን በክንዱ ዙሪያ ይጠቅልሉ። ቁጥሮቹ ከቀኝ ጎን ወደ ላይ መሆናቸውን ያረጋግጡ።
- ❖ በሕፃኑ ክንድ ላይ የመለኪያውን ቴፕ ይቆጣጠሩ፤ በትክክለኛው አቅጣጫ ላይ መሆኑን ያረጋግጡ፤
- ❖ መለኪያው በጣም መጥበቅ ወይም በጣም መላላት የለበትም። አስፈላጊ ሲሆን ማንኛውም ደረጃ ይደገሙ።
- ❖ መለኪያው በክንድ ላይ በትክክለኛው አቅጣጫና ቦታ ላይ ከሆነ መለኪያውን ወደ 0.1 ሴ.ሜ የቀረበውን ያንብቡ።
- ❖ ወዲያውኑ ያነበቡትን መጠን ይመዝገቡ። የዘመቻ EOS /የማህበረሰብ ጤና ቀን እና የመደበኛ የቫይታሚን ኤ እና የአንጀት ጥገኛ ትላትል መድሃኒት እደላና የስርዓተምግብ ልዩታ ፈጣን ማጣቀሻ ተጠቀሙ

**ለሕጻናት**

የሥርዓተ-ምግብ መጓደል ደረጃ	የሥርዓተ-ምግብ መጓደል ደረጃ ትርጉም	የ MUAC ቴፑ ቀለም
-----------------------	----------------------------	---------------

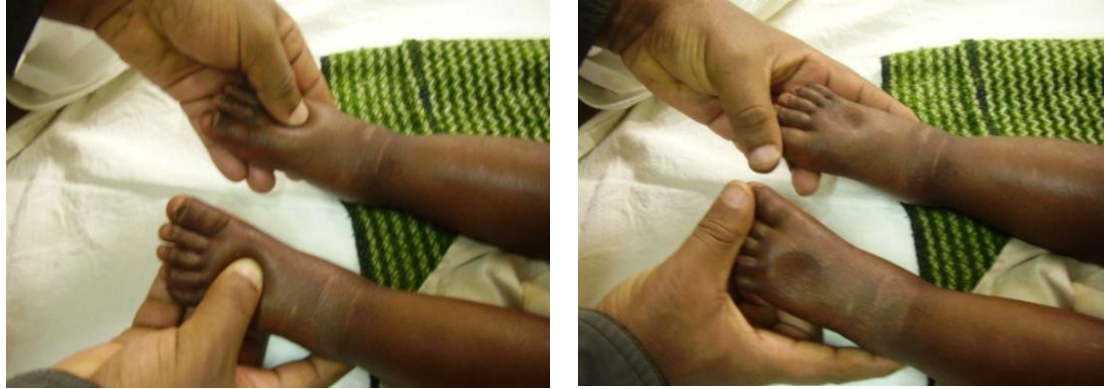
MUAC > 12	በቂ የሥነ ምግብ ሁኔታ	አረንጓዴ
MUAC 11-12	በጣም የተጎዳ	ቢጫ
MUAC < 11	እጅግ በጣም የተጎዳ	ቀይ

**ለአዋቂዎችና ነፍሰጡር እናቶች**

የሥነ ምግብ መጓደል ደረጃ	የሥነ ምግብ መጓደል ደረጃ ትርጉም	የ MUAC ቴፑ ቀለም
MUAC > 23 cm	በቂ የሥነ ምግብ ሁኔታ	አረንጓዴ
MUAC 19 cm - 23cm MUAC 18 cm - 23 cm ከቅርብ ጊዜ ክብደት መቀነስ ጋር	በጣም የተጎዳ	ቢጫ
MUAC < 19 cm	እጅግ በጣም የተጎዳ	ቀይ
MUAC < 19 cm ከቅርብ ጊዜ ክብደት መቀነስ ጋር		

**3.10.3. እብጠትን ማረጋገጥ**

- ❖ ለሦስት ሰዓት በሁለቱም እግሮች ላይ በአውራ ጣት መጫን።
- ❖ በሁለቱም እግሮች ላይ የእብጠት አሻራው ጎድጎዶ ከታየ በሕፃኑ ሰውነት ላይ የሚታይ እብጠት (Edema) አለበት ማለት ነው።
- ❖ በሁለት እግሮቻቸው ላይ የሚታይ እብጠት (Edema) ያለባቸው ሕፃናት ብቻ በምግብ እጥረት የተደጎዱ ተብለው ይመዘገባሉ።



**3.11. የሥርዓተ-ምግብ አለመመጣጠን ችግር ማከም**

- ❖ በየወሩ ከልማት ቡድን መሪዎች ጋር በመሆን የምግብ አለመመጣጠን ችግር ያለባቸው መለየት (በቤት-ለቤት ጉባዔት፣ በጤና ኤላ እና በዘምቻ ጊዜ)
- ❖ በጣም ከባድና አጣጣሪ የምግብ እጥረት በሽታ ያለባቸውን ብቻ መለየት (እብጠት ወይም የላይኛው የክንድ አማካይ ዙሪያ ከ11 ሴ.ሜ. ያነሰ ከሆነ)
- ❖ የሥርዓተ-ምግብ በተመላላሽ ህክምና በprotocol መሰረት አገልግሎት እንድትጀምር ማድረግ። የተወሳሰበ በጣም ከባድና አጣጣሪ የምግብ እጥረት በሽታ ከሆነ ደግሞ ወደ መመገቢያ የህክምና ማዕከል መላክ( ጤናጣቢያወይም ሆስፒታል)
- ❖ ሁሉንም እርጉዞችና የሚያጠቡ እናቶች ለዩ
  - በጣም ከባድ የሆኑትን ብቻ ለዩ (የላይኛው የክንድ አማካይ ዙሪያ ከ18 ሴ.ሜ. ያነሰ ከሆነ)ለሥርዓተ-ምግብ ተመላላሽ ህክምና አገልግሎት እንዲያገኙ ማድረግ ወይም የህክምና ቀጠሮ መያዝ ወይም ወደ መመገቢያ የህክምና ማዕከል መላክ
  - በመካከለኛ ደረጃ /Moderately malnourished (የላይኛው የክንድ አማካይ ዙሪያ ከ19-23 ሴ.ሜ. ከሆነ) ስለ አመጋገብ አስፈላጊውን ምክር መስጠት፣ ከተቻለም ወደ ተጨማሪ ምግብ እደላ ፕሮግራም /SFP/ ጋር ማያያዝ

ተጨማሪ ምግብ እደላ ባለባቸው ቦታዎች፡-

- ❖ ህፃኑ በተመላላሽ ህክምና ገልግሎት ለመስጠት በታች የተዘረዘሩ ነጠቦች ሲኖረው ነው
  - መካከለኛ = የላይኛው የክንድ አማካይ ዙሪያ ከ11-12 ሴ.ሜ.እንደዚህ ላሉ ሕፃናት መደረግ ያለበት ስለ ተገቢ የሕፃናት አመጋገብ ለእናት/ተንከባኪ አስፈላጊውን ምክር መስጠት እንዲሁም የተጨማሪ ምግብ እደላ ራሽንካርድ በመስጠት ወደ ተጨማሪ ምግብ እደላ ፕሮግራም /SFP/ ጋር ማያያዝ፤

- በጣም ከባድ እብጠት ወይም የላይኛው የክንድ አማካይ ዙሪያ ከ11 ሴ.ሜ. በታች እንደዚህ ላሉ ሕፃናት መደረግ ያለበት ለተመላላሽ ህክምና አገልግሎት ቀጠሮ መስጠት ወይም የተወሳሰበ በጣም ከባድና አጣጣሪ የምግብ እጥረት በሽታ ከሆነ ደግሞ ወደ መመገቢያ የህክምና ማዕከል መላክ እና የተጨማሪ ምግብ እደላ ራሽን ካርድ መስጠት ነው

**3.12. የሥርዓተ-ምግብ ትምህርት እና ምክር አገልግሎት መስጠት**

ልማት ቡድን መሪዎቹን ጋር በመሆን ከታች የተዘረዘሩትን ትምህርት እና ምክር አገልግሎት ትሰጣለች ስለምግብ፣ ምግብ ውስጥ የሚገኙ ንጥረ ምግቦች እና ጥቅሞች ለህብረተሰብ ትምህርት ማሰጠት አካል ገንቢ/ፒሮቴን/፣ ሐይል ሰጭ/ካርቦ ሃይድሬት/፣ በሽታ ተከላካይ/ቫይታሚንና ማዕድን/ እና ውሃ የህብረተሰብ ስርዓተ ምግብ እንዲሻሻሉ ትምህርት ማሰጠት

- ❖ ነፍሰጡር ባለቤትዎ ጤንነታቸውና ጥንካሬያቸው የተጠበቀ እንዲሆን ወትሮ ከሚመገቡት ምግብ አንድ ተጨማሪ ምግብ እንዲመገቡ ያድርጉ። ነፍሰጡር እና ቶች የተለያዩ ምግቦችን መመገብ አለባቸው። በተለይም የእንስሳት-ውጤቶች /ሥጋ፣ ወተት፣ እንቁላል ወዘተ/ ፍራፍሬዎች እና አትክልት/የበሰሉ ፖፖያና ማንጎ፣ ብርቱኳን፣ ካሮት፣ ዱባ፣ ጉብት/ በጣም ጠቃሚዎች ናቸው።
- ❖ ነፍሰጡር ባለቤትዎ ብርቱና ጠንካራ ሆነው እንዲቆዩ አይረገገ/ፎሌት እንክብልኝ የወሰዱ መሆኑን ያረጋግጡ
- ❖ ነፍሰጡር ባለቤትዎ ሶስት ወር ከሞላቸው በኋላ የአንጀት ትላትል ማጥፊያ እንክብልኝ 500 ሚሊ ግራም መውሰዳቸውን ያረጋግጡ።
- ❖ ጡት በማጥባት ላይ ያሉ ባለቤትዎ እና የልጅዎ ጤንነት የተስተካከለ እንዲሆን ባለቤትዎ ወትሮ ከሚመገቡት ተጨማሪ ሁለት ምግብ እንዲወስዱ ያድርጉ።
- ❖ ልጅ እንደተወለደ በመጀመሪያ የሚወጣውን ቢጫ መልክ ያለውን የጡትዎን ወተት /አንገር/አዲስ ለተወለደው ሕፃን ማጥባት ከምግብነቱ በተጨማሪ በሽታ እንዲቋቋም ይረዳዋል።
- ❖ እናቶች ልጅ እንደተገለገሉ ወዲያውኑ ጡት ማጥባት ይጀምሩ፤ የእንግዶልጁ እስኪወጣ አይዘግዩ፤ ይህም ጡታቸው ቶሎ ወተት እንዲያግት ያደርጋል። ጡት ወዲያውኑ በመጀመሪያው አንድ ሰዓት ውስጥ ማጥባት የእንግዶልጁ በቶሎ እንዳወጣ በማድረግ የደም መፍሰስን ይቀንሳል።
- ❖ ከጡት ወተት በፊት የሚሰጡ እንደውሃ፣ ውሃ በስኳር፣ ቅቤና እርሾ የመሳሰሉ ነገሮች አላስፈላጊ ከመሆናቸውም በተጨማሪ በመጀመሪያዎቹ ቀኖች መኖር የሚገባውን የጡት ወተት አመጋገብን ያዛባል።

- ❖ ስድስት ወር እስኪሞላቸው ድረስ ህፃናትን የእናት ጡት ወተት ብቻ ማጥባት ይገባል፤ ውሃም ቢሆን አይሰጥም፤ ይህ ጠንካራና ጤናማ ልጅ እንዲሆኑ ይረዳል
- ❖ ህፃናት ጡት መጥባት በፈለጉ ጊዜ ጡት ይጥቡ፤ ቀንና ሌሊትን ጨምሮ ከ10-12 ጊዜ ማጥባት ያስፈልጋል፤ ይህን ማድረግ ጡት እንዲያግት ይረዳል፤ ሕፃኑም በቂ ወተት ያገኛል፤ የተስተካከለ ዕድገትም ይኖረዋል፤ ጤናማም ይሆናል።
- ❖ ጡት ሲጠባ ሕፃኑን በተገቢው መንገድ መታቀፍ፤ ጡቱን በሚገባ መጉረሱን ማረጋገጥ፤ ይህ ሕፃኑ በቂ ወተት እንዲያገኝ ከማድረጉ በተጨማሪ የጡት ጫፍ መቁሰል መሰነጣጠቅና ሌሎች የጡት ችግሮችንም ያስወግዳል።
- ❖ ከጡትና ከጡት ጫፍ ጋር የተያያዙ ችግሮች ያላቸው እናቶች በአስቸኳይ የጤና ተቋም መሄድ አለባቸው።
- ❖ ማጥባት የጀመሩትን አንደኛውን ጡት ወተቱ እስከሚሟጠጥ ድረስ ማጥባት፤ ከዚያም ወደ ሌላውን ጡት ማዞር ይህም ሕፃኑ ከበስተጋላ የሚመጣውን በምግብ የዳበረውን የጡት ወተት ለማግኘት ያስችለዋል።
- ❖ የእናቱቱና የሕፃኑ ጤንነት የተጠበቀ እንዲሆን ጡት የሚያጠቡ እናቶች ከወተት ላይ በተጨማሪ ሁለት ጊዜ ምግብ እንዲመገቡ ማድረግ።
  - የእንስሳት ውጤቶች /ሥጋ፣ ወተት፣ እንቁላል፣ ጉበት ወዘተ
  - የፍራፍሬ አይነቶች /የበሰለ ፖፖያ፣ ብርቱካን፣ ማንጎ ወዘተ
  - የአትክልት አይነቶች /ካሮት፣ ዱባ፣ ጎመን ወዘተ/
- ❖ ህፃናት ከታመሙ ቶሎ ቶሎ ማጥባት በአጭር ጊዜ እንዲድኑ ይረዳቸዋል።
- ❖ ከስድስት እስከ አሥራ ሁለት ወር ያሉ ሕፃናት ዕድገታቸው የተስተካከለ እንዲሆን በቀን ከሁለት እስከ ሶስት ጊዜ ከሚሰጠው በተለያዩ የምግብ አይነቶች ከበለጸገው ገንፎ በተጨማሪ አንዴ ወይም ሁለቱ መክሰስ መስጠት ይገባል
- ❖ በደማቸው ኤች.አይ.ቪ ለሚገኝ ወገኖች በመደበኛ የጊዜ ገደብ ክብደታቸውን መለካት እንደሚኖርባቸው መምከርና መከታተል
- ❖ በደማቸው ኤች.አይ.ቪ ለሚገኝ ወገኖች የሚመከረው አመጋገብ ፍራፍሬዎችን፣ አትክልቶችን፣ የእህል ዘሮችን፣ የእንስሳትና ዕጽዋት ተዋጽኦዎችን ያካተተና የተመጣጠነ ሊሆን ይገባል።

**የተጨማሪ ምግብ አዘገጃጀት ቁልፍ መልእክቶች**

ሀ. በአካባቢ የሚገኙ የምግብ ሰብሎችና ጥራጥሬዎች እንዲሁም አትክልቶች እና ፍራፍሬዎች መለየት

ለ. ምግብ ከመዘጋጀቱ እና ከመመገብ በፊት የእጅ ንጽህና መጠበቅ

ሐ. በተመጣጠነ ሚዛን የበለፀገ ምግብ አዘጋጅቶ መመገብ  
መ.ትክክለኛ የምግብ አዘገጃጀት ዘዴን ተግባራዊ ማድረግ።

ሠ. በአዮዲን የበለፀገ ጨው መጠቀም

**3.13. የሥርዓተ-ምግብ ቅንጅታዊ አሠራር**

**3.13.1. ከግብርና ሴክተር ጋር የሚሰሩ ተግባራት፤**

- ❖ በቤተሰብ ደረጃ የምግብ ዋስትና ለማረጋገጥ የሚከናወኑ ተግባራት መካከል፤ የጓፎ አትክልት፣ የእንስሳት ተዋፆ ምግቦችን አቅርቦትና ተጠቃሚነት ማሻሻል፤
- ❖ ወተትና የወተት ተዋፅኦዎች፤ የአሣ እርባታ እና ተጠቃሚነትን ማሳደግ፤
- ❖ የንጥረ-ምግብ ይዘታቸው ከፍተኛ የሆነ ምግቦች አቅርቦትና ተጠቃሚነትን ለማሻሻል እሴት የመጨመር ተግባራትን ማበረታታት፤
- ❖ በግብርና ኤክስቴንሽን ፕሮግራም እና የግብር ልማት ባለሙያዎችን በመጠቀም በማህበረሰብ ደረጃ የተለያዩ የምግብ አይነቶችን (diversified food) መመገብን ማስተዋወቅ እና ልማድ እንዲዳብር ማበረታታት የሚሉት ናቸው።
- ❖ በተጨማሪም የሴፍቲኔት ፕሮግራም(PSNP) እና የቤተሰብ ጥሪት ግንባታ(HABP) ከሥርዓተ-ምግብ ፕሮግራም ጋር ለማስተሳሰር ሰፊ ሥራ እየተሰራ መሆኑን መረዳት ያስፈልጋል።
- ❖ በጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞች እና በግብርና የልማት ሰራተኞች መካከል ትስስር እና ቅንጅታዊ እሰራርን በማጠናከር በቤተሰብ ደረጃ የአመጋገብ ባህል እና ልማድን ማሻሻል፤
- ❖ እናቶችን በልማታዊ ቡድን እና የስራ ማህበራት (cooperatives) በማደራጀት በአካባቢው ተጨማሪ የህፃናት ምግቦች እንዲመረቱ መደገፍ እና እናቶች ኢኮኖሚያቸውን የሚያጠናክሩበትን የገቢ ማስገኛ እድል መፍጠር።

3.13.2. ከትምህርት ሴክተር ጋር የሚሰሩ ተግባራት፤

- ❖ በት/ት ቤቶች አካባቢ የሥርዓተ-ምግብ ግንዛቤ ክፍ ለማድረግ የመምህራን፣ የመምህራን እና-የቤተሰብ ህብረት/ጥምረት እንዲሁም የትምህትር ቤቶች ክበባትን በመጠቀም ቁልፍ የስርዓተ-ምግብ ተግባራትን ለማስተዋወቅና ማበረታታት፤
- ❖ ወደ ማህበረሰቡ ሊስፋፉ የሚችሉ የጓሮ አትክልቶችን ማምረት እና መጠቀምን፣ የተለዩ የጥቃቅን ንጥረ-ምግቦች እጥረትን ለመከላከልና ለመቆጣጠር የሚተገበሩ ስራዎችን በትምህርት ቤቶች ውስጥ መተግበር።
- ❖ ከነዚህም መካከል የአንጅት ጥገኛ ትላትል ህክማና ኪኒን እደላ እና የተለያዩ የምግብ ዓይነቶች ይዘታ ያላቸው ምግቦችን የመጠቀም ልማድ በትምህርት ቤቶች እንዲዳብር ማስተማርና መደገፍ
- ❖ በተጨማሪም የንፁህ መጠጥ ውሃ፣ የግል እና አካባቢ ንፅህና አገልግሎቶችን አቅርቦት እና ተደራሽነት በትምህርት ቤቶች ማሻሻል፤
- ❖ ተማሪዎችን በመጠቀም ቤተሰብ ውስጥ በአዮዲን የበለጸደገ ጨው ተጠቃሚነትን ማስተዋወቅና ማበረታታት እንደሚገባ መረዳት ያስፈልጋል፤

3.13.3. ከሴቶች፣ህፃናት እና ወጣቶች ጉዳይ ዘርፍ መስሪያ ቤቶች ጋር የሚሰሩ ተግባራት

- ❖ ስርዓተ-ጾታና ስርዓተ-ምግብ ሊነጣጠሉ የማይችሉ የድህነት ዑደት(አዙሪት)አካል ናቸው።
- ❖ የጾታ እኩልነት አለመኖር የረሃብና የምግብ አለመመጣጠን ችግር መንስኤም ውጤትም ሊሆን ይችላል። የጾታ እኩልነትና የሴቶችን አቅም ማጎልበት ወይም ማብቃት የሰው ልማት እና ብልጽግና አንዱ አካል ሲሆን በመላው የህይወት ዑደትም ውስጥ በስርዓተ-ምግብ ላይ ለውጥ የሚያመጣ ነው።
- ❖ ስርዓተ-ጾታና የምግብ አለመመጣጠን ችግር በቤተሰብም ሆነ በማህበረሰብ ደረጃ በህይወት ዘመን በሙሉ ከገቢ ምንጭ ዋስትና ጋር ተያያዥና ተዛማጅነት ያላቸው ናቸው። ይህም ከእርግዝና ጊዜ (በእናት ሆድ ውስጥ እያለ) ጀምሮ በጨቅላነት፣ በልጅነት፣ በጉርምስና፣ በጎልማሳነት እና በእርጅና ዘመን በሙሉ ማለት ነው።
- ❖ ሴቶች አብዛኛውን ቤተሰብ ውስጥ ምግብ የማዘጋጀት፣ ማገዶ የመልቀም፣ ውሃ የመቅዳት፣ የታመመን የመንከባከብና የመሳሰሉ ሃላፊነቶችን ከመሸከማቸው እና ካለባቸው ከባድ የስራ ጫናየተነሳአብዛኛውን ጊዜ ልጆቻቸውንናራሳቸውን በተገቢ ሁኔታ የሚንከባከቡበት ጊዜ አይኖራቸውም።
- ❖ ከዚህ አንፃር ለሴቶች ልዩድጋፍ በማድረግ የስርዓተ-ምግብ ሁኔታቸውን ለማሻሻል ስልጠኞች ተገቢውን ትኩረት ሰጥተው እንዲሰሩ ግንዛቤ ሊኖራቸው ይገባል፤

**3.13.4. ከሥርዓተ-ምግብ ፕሮግራም ተግባሪ ሴክተር መስሪያቤቶች በትብብር መስራት**

- ❖ ቀበሌ የቴክኒክ ኮሚቴ አባል እና ፀሐፊ ይሆናሉ፤
- ❖ ከሌሎች ሴክተር ባለሙያዎች ጋር በአንድነት የሚሰሩ የሥርዓተ-ምግብ ሥራዎችን መለየት፣ ማቀድ እና በጋራ መተግበር
- ❖ በሥርዓተ-ምግብ የተቀናጀ ፕሮግራም ተጠቃሚ ቤተሰቦችን እና ግለሰቦችን መለየት እና በሥርዓተ-ምግብ አገልግሎቶች ተጠቃሚ እንዲሆኑ ማድረግ፤
- ❖ የሥርዓተ-ምግብ ትምህርት በትምህርት ቤት፣ በገበሬዎች ማሰልጠኛ ተቋም፣ በሴፍቲኔት ፕሮግራም፣ በሌሎች ኮንራሪንሶች ወዘተ ማስተማር ይተባብራል፤

**4. አገልግሎት ለመስጠት የሚያስፈልጉ ግብቶች**

- ❖ ፈጣን ማጣቀሻ ለጤና ኤክስፔንሽን ሠራተኞች/ባለሙያዎች ለኢ.ኤስ.ስን/የማህበረሰብ ጤና ቀን ወደ ጤና ኤክስፔንሽን መደበኛ ፕሮግራም ለሚያሸጋግሩ አካባቢዎች
- ❖ የኢ.ኤስ.ስ ማጣቀሻዎች /CHD quick references
- ❖ ኢ.ቲ.ፐ ፕሮቶኮል

**የህክምና ቁሳቁሶች**

- ❖ ሜትር
- ❖ ሚዛን(Digital and salter scale)
- ❖ የላይኛው ክንድ ዙሪያ መለኪያ ቴፕ(MUAC tab)
- ❖ መዝገብ
- ❖ የተለያዩ ቅጾች
- ❖ ዎል ቻርት
- ❖ የዕድገት ክትትል ቻርት
- ❖ የተለያዩ የማስተማሪያ መርጃ መሣሪያዎች
- ❖ የተለያዩ የጽሕፈት መሣሪያዎች
- ❖ የቤተሰብ ጤና ካርድ
- ❖ የቫይታሚን ኤ እንክብል
- ❖ መቀስ



**የተለያዩ አስፈላጊ መድኃኒቶች**

- ❖ ቫይታሚን ኤ
- ❖ ብረት (አይረን)
- ❖ አዮዲን
- ❖ ሜቤንዳዘል
- ❖ ዚንክ
- ❖ ፕላምፒንት

**5. የሚጠበቁ ውጤቶች**

ለፓኬጁ ማስፈጸሚያ አስፈላጊ የሆኑ ቅድመ ሁኔታዎች ተሟልተው ፓኬጁ ሥራ ላይ ሲውል፡-

1. የፓኬጁ ተጠቃሚዎች ስለሥነ ምግብ ምንነትና አስፈላጊነት ግንዛቤያቸው ከፍ ይላል፤ የተለያዩ ምግቦችን የማዘጋጀት ክህሎታቸው ይዳብራል፤
2. የሥነ ምግብ ሁኔታ ልኬት ይከናወናል፤ በዚህም የሥነ ምግብ ሁኔታቸውን አውቀው አስፈላጊውን የእርምጃ እርምጃ የሚወስዱ የኅብረተሰብ ክፍሎች ቁጥር ይጨምራል፤
3. በኅብረተሰቡ ዘንድ የተመጣጠነ ምግብ አዘጋጅቶ የመመገብ ፍላጎትና ተግባር ይጨምራል፤ በዚህም ምክንያት በተመጣጠነ ምግብ እጥረት-በሽታ የሚጠቃው ሕዝብ ቁጥር ይቀንሳል፤
4. አዲስ የሚወለዱ ልጆች በወሊድ ወቅት የሚኖራቸው ክብደት ጤናማ ይሆናል፡፡
5. ለሕጻናት የእናት ጡት ወተት ብቻ በመጀመሪያው ስድስት ወር የሚሰጡ እናቶች ቁጥር ይጨምራል፡፡
6. ለሕጻናት ተጨማሪ ምግብ የመስጠት ልምድ ይዳብራል፤ በውጤቱም በምግብ እጥረት-በሽታ የሚሰቃዩትና የሚሞቱት ሕጻናት ቁጥር ይቀንሳል፤
7. በቫይታሚንና ማዕድናት እጥረት-ሰሚክሰቱ በሽታዎች በቀላሉ የሚጋለጡ የህብረተሰብ ክፍሎች በተለይም በዚህ በሽታ የሚጠቁ የእናቶችና የሕጻናት ቁጥር ይቀንሳል፤
8. በአዮዲን የበለጸገ ጨው የሚጠቀሙ ቤተሰቦች ብዛት ይጨምራል፤
9. ለተጨማሪ ሕክምና ወደ ቀጠዩ የጤና እርከን የተላኩ ሰዎች ቁጥር ይጨምራል/ይቀንሳል፤

## 6. ክትትልና ግምገማ

### 6.1. ክትትል

- ❖ ቤተሰቡ ምግብን በተመጣጠነ መልኩ እያዘጋጀ መመገቡን፤
- ❖ ልጆች፣ ነፍሰጡሮችና የሚያጠቡ እናቶች የፀረ ጥገኛ ትላትል ሕክምና፣ ቫይታሚን ኤ እና አይረን ፎሌት ማግኘታቸውን፤
- ❖ የህብረተሰቡ አካላት ስለሥነ ምግብ ምንነትና አስፈላጊነት ያላቸውን ግንዛቤ፤ (ግንዛቤአቸው መጨመሩን)
- ❖ የህብረተሰቡ ልዩ ልዩ የተመጣጠኑ ምግቦችን የማዘጋጀት ክህሎት መዳበሩን፤
- ❖ የሥነ ምግብ ሁኔታ ልኬት መከናወኑን፤ በዚህም የሥነ ምግብ ሁኔታ ልኬት ውጤት መሠረት አስፈላጊውን የእርምጃ እርምጃ የሚወስዱ መሆኑን፤
- ❖ ወላድ እናቶች ለጨቅላው የእናት ጡት ወተት ብቻ በመጀመሪያው ስድስት ወር እየሰጡ መሆናቸውን፤
- ❖ ዕድሜአቸው ከስድስት ወር በላይ የሆኑ ሕፃናት ተጨማሪ ምግብ እያገኙ መሆናቸውን፤
- ❖ ቤተሰቦች በአዮዲን የበለጸገ ጨው እየተጠቀሙ መሆኑን፤
- ❖ ለተጨማሪ ሕክምና ወደ ቀጣዩ የጤና እርከን የተላኩ ቤተሰቦች ተገቢውን እርዳታ ማግኘታቸውንና የታዘዙትን እየፈጸሙ መሆናቸውን፤

### 6.2. ግምገማ

- ❖ የኘሮግራሙ አጠቃላይና ዝርዝር ዓላማዎች መሳካታቸውን ማረጋገጥ
- ❖ ዓላማዎቹን ለማሳካት የተዘጋጀ ዝርዝር ዕቅዶች መፈጸማቸውን መከታተል
  - ዕቅዶቹን ለማስፈፀሚያ የዋሉ ግብአቶችን መለየት
  - የሰው ሐይል /ብዛትና የሙያ አይነት/
  - የማቴሪያል /በአካባቢ የሚገኙ ቁሳቁሶችና ድጎማዎች/
  - የገንዘብ መጠን /ከህዝብና ከእርዳታ/ የተገኘ
- ❖ የግምገማማስፈፀሚያ ስልቶች
  - የሞኒተሪንግ ቻርት/Vitamin A and De-worming
  - በመስክ በመዘዋወር

- ሪፖርቶችን በማሰባሰብና በመተንተን
- ተገልጋዮችን በማነጋገር
- ❖ የተከናወኑ ተግባራት
  - የሽፋን መለኪያዎች በመጠቀም /በፐርሰንት፣ በቁጥር፣ በሬሺኦ/
  - የተገኙ ጠንካራ ጎኖች መልካም ተሞክሮዎች

- ❖ የተገኙ ደካማ ጎኖች
- ❖ የተከናወኑ ተግባራት በህብረተሰቡ ጤና ላይ ያስከተለው ለውጥ
- ❖ ያጋጠሙ ችግሮች
- ❖ ችግሮቹን ለመፍታት የሰተጠ አስተያየቶች

**6.3. የፕሮግራም ጠቋሚዎች**

- ❖ ስለ ሥርዓተ-ምግብ ትምህርት ያገኙ ሰዎች ብዛት (በፆታ)
- ❖ ለስድስት ወራት የእናት ጡት ወተት ብቻ የሚሰጡ እናቶች ቁጥር
- ❖ ለሕፃናት በተገቢው ጊዜ ተጨማሪ ምግብ የመስጠት ልምድ ያዳበሩቤተሰቦች ብዛት፤
- ❖ በአዮዲን የበለጸገ ጨው የሚጠቀሙ ቤተሰቦች ብዛት፤
- ❖ ቫይታሚን ኤ የተሰጣቸው ሕጻናት፤ የሚያጠቡ እናቶች ብዛት፤
- ❖ አይረን ፎሌት የተሰጣቸው ሕጻናት፤ ነፍሰጡሮችና ለሚያጠቡ እናቶች ብዛት፤
- ❖ የፀረ ጥገኛ ትላትሎች ሕክምና ያገኙ ሕጻናት ብዛት፤
- ❖ የፀረ ጥገኛ ትላትሎች ሕክምና ያገኙ ነፍሰጡሮች ብዛት፤
- ❖ የዚንክ እንክብል የተሰጣቸው በውሃ ተቅማጥ የታመሙ ሕፃናት
- ❖ የእድገት ክትትል የተደረገላቸው እድሜያቸው ከ2 አመት በታች የሆኑ ህፃናት ብዛት
- ❖ የሥርዓተ-ምግብ ሁኔታ ልኬት የተደረገላቸው ሕጻናት ብዛት፤
- ❖ በከፍተኛ የምግብ አለመመጣጠን የተጎዱ፣ የሚታከሙ (Cured, death, defaulter and transfer)
- ❖ በወሊድ ወቅት ጤናማ ክብደት የሚኖራቸው አዲስ የሚወለዱ ልጆች ብዛት፤