

## Demir yetersizliđi anemisi

Demir yetersizliği anemisi (DYA) günümüzde en sık görülen halk sağlığı sorunlarından birisidir.

Anemi, bebek ve çocuklarda büyümeyi etkilemekte, enfeksiyonlara direnci azaltmaktadır.

Bebeklik ve kkk çocukluk döneminde demir eksikliđi anemisi zihinsel geliřimi geciktirip zeka düzeyini olumsuz yönde etkilemektedir.

Demir eksikliği olan 2 yaşından kkk çocuklarda uyum ve denge sorunları görülmekte bu çocuklar daha içe kapanık ve çekingen davranmaktadırlar.

Bu sorunu önlemek için; Tek başına anne sütünün 6 ay süre ile verilmesi,6 aydan sonra, özellikle demirden zengin uygun ek besinlere zamanında başlanılması ( et, yumurta, balık, kurubaklagiller, yeşil sebzeler ve özellikle C vitamininden zengin sebze ve meyvelerin tüketilmesinin sağlanması ), Uygun ek besinlerle beraber 2 yaşına kadar emzirmeye devam edilmesi,

Demirden zengin geleneksel besinlerin (şeker yerine tatlandırıcı olarak pekmezin kullanılması) tüketiminin arttırılması , C vitamini alımının arttırılması, ocuk beslenmesinde çayın kullanılmaması gereklidir.

Bu sorunun giderilmesi amacıyla, Ana ocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Merkezlerinde ve Sağlık Ocaklarında cretsiz demir damlası dağıtılmaktadır.