قطره آهن در نوزادان باعث پوسیدگی دندان‌ها نمی‌شود

24 تیر 1404

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت وزارت بهداشت گفت: کودکان برای خون سازی، رشد و تکامل و همچنین افزایش مقاومت بدن در برابر ابتلاء به عفونت‌ها به آهن نیاز دارند.

به گزارش وبدا، احمد اسمعیل زاده، مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت وزارت بهداشت تاکید کرد: کمبود آهن اثرات نامطلوبی بر تکامل عصبی و رفتار کودکان گذاشته که برخی از آنها تغییر ناپذیر است. در سنین ۲۴-۶ ماهگی به دلیل رشد سریع شیرخوار، نیاز به آهن به ازای کیلوگرم وزن بدن نسبت به سایر دوره‌های زندگی بیشتر است.

وی ادامه داد: ذخیره آهن شیرخواران تا ۶ ماهگی آهن مورد نیاز آنان را تأمین می‌کند. به دلیل نیاز زیاد به آهن در شیرخواران و تأمین نشدن آهن مورد نیاز از طریق غذای کمکی، از پایان شش ماهگی یا هم زمان با شروع تغذیه تکمیلی استفاده از مکمل آهن ضروری است.

اسمعیل زاده اظهار داشت: برای شیرخوارانی که با وزن طبیعی متولد می‌شوند (اعم از شیر مادرخوار و یا شیر مصنوعی‌خوار) از پایان ماه ششم (۱۸۰ روزگی) و همزمان با تغذیه تکمیلی، باید مکمل آهن به میزان یک میلی گرم به ازای کیلوگرم وزن بدن به صورت روزانه ۱۵ میلی گرم آهن المنتال (معادل ۱۵ قطره آهن) تا پایان ۲۴ ماهگی داده شود.

در صورتی که به دلیل اختلال رشد کودک، تغذیه تکمیلی بین ۶-۴ ماهگی شروع شود، قطره آهن هم زمان با شروع غذای کمکی به میزان ۱۵ قطره درروز باید داده شود.

اسمعیل زاده، سازمان جهانی بهداشت نیز مصرف مکمل آهن برای کودکان را از پایان ۶ ماهگی تا ۲۴ ماهگی توصیه نموده است و در برخی کشورها بدلیل غنی سازی غذای کودک با آهن و تأمین آهن مورد نیاز از طریق غذای تکمیلی، برنامه مکمل یاری با قطره آهن اجرا نمی‌شود.

وی با تاکید بر اینکه برخی ترکیبات آهن ممکن است موجب تغییر رنگ موقت دندان‌ها شوند که در پایان دو سالگی و با قطع قطره آهن، این رنگ از بین می‌رود عنوان کرد: در ضمن برای جلوگیری از تغییر رنگ دندان‌ها، قطره آهن در عقب دهان کودک چکانده شود و پس از دادن قطره آهن دندان‌ها با یک پارچه تمیز پاک گردد. قطره آهن نه تنها باعث پوسیدگی دندان نمی‌شود بلکه از پوسیدگی دندان‌ها جلوگیری کند. اما در کودکانی که به دلیل نداشتن بهداشت دهان و دندان و مصرف زیاد قند، پوسیدگی زیادی دارند، قطره آهن می‌تواند وارد ناحیه متخلخل شود و باعث تغییر رنگ در دندان‌ها شود. در واقع، در این کودکان، قطره آهن به دیدن پوسیدگی‌هایی کمک می‌کند که والدین تا آن زمان ندیده‌اند.

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت گفت: نتایج مطالعات مروری و متآنالیز در ارتباط بین کم خونی فقر آهن و پوسیدگی دندان نشان داده است که احتمال پوسیدگی دندان در کودکان مبتلا به کم‌خونی فقر آهن در مقایسه با کودکانی که به کم‌خونی فقر آهن مبتلا نیستند، به طور قابل توجهی بالاتر است و کودکان مبتلا به کم‌خونی فقر آهن در معرض خطر بیشتری برای پوسیدگی دندان هستند، زیرا کم‌خونی فقر آهن ممکن است عملکرد غدد بزاقی را تغییر دهد و ترشح بزاق کاهش یافته و خطر پوسیدگی دندان را افزایش دهد.

وی تاکید کرد: در سال‌های اولیه زندگی، کمبود آهن می‌تواند به دلیل اینکه مرحله‌ی حیاتی رشد و معدنی شدن دندان‌ها است، مستقیماً بر رشد دندان تأثیر بگذارد. در کودکان زیر ۶ سال کمبود آهن می‌تواند مینای دندان را به خطر بیندازد و حساسیت به پوسیدگی را افزایش دهد. بنابراین کم‌خونی فقر آهن در سنین پایین می‌تواند بر سلامت دهان تأثیر بگذارد و به دلیل تغییرات در بزاق و میکروبیوتای دهان، زمینه

را برای شدت بیشتر پوسیدگی فراهم کند.

اسمعیل زاده در پایان تصریح کرد: بر اساس نتایج مطالعات متعدد انجام شده قطره آهن نه تنها موجب پوسیدگی دندان نمی‌گردد بلکه بدلیل تأمین آهن و پیشگیری از کم خونی ناشی از فقر آهن از پوسیدگی دندان‌های کودکان جلوگیری می‌کند.