

جناب آقای دکتر کمال حیدری

معاون محترم بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان

موضوع: در پاسخ به اصلاح دستورالعمل تجویز مکمل اسید فولیک مادران باردار

با سلام و احترام

بازگشت به نامه شماره ۱۲/۶/۴۶۸۳/ب مورخ ۹۱/۷/۳ در خصوص میزان تجویز اسید فولیک برای مادران باردار، ضمن تشکر از دقت نظر کارشناسان محترم آن معاونت به استحضار می‌رسد، بر اساس متون علمی، اسید فولیک مورد نیاز خانم باردار روزانه به میزان ۶۰۰ میکرو گرم است که انتظار می‌رود ۲۰۰ میکرو گرم آن از طریق تغذیه روزانه برآورده شود. مادرانی که در معرض خطر نیستند ۴۰۰ میکرو گرم به عنوان مکمل از سه ماه قبل از بارداری تا انتهای بارداری دریافت می‌نمایند. به نظر می‌رسد با توجه به اینکه قرصهای موجود در بازار یک میلی گرمی است نیاز روزانه تامین می‌شود.

کسانی که سابقه نوزاد مبتلا به نقایص مادرزادی لوله عصبی، سابقه دیابت وابسته به انسولین، چاقی با BMI بالاتر از ۳۰ و داروهای ضد صرع نظیر کاربامازپین، والپروئیک اسید مصرف می‌کنند، در گروه پرخطر قرار دارند که می‌بایست روزانه ۵ میلی گرم اسید فولیک مصرف نمایند.

لازم است موارد زیر به عنوان توصیه های کلی به همکاران مراکز بهداشت درمانی گوشزد شود:

- به هر دلیلی که خانم در سنین باروری مراجعه می‌کند (انجام معاینات زنان و یا انجام تست پاپ اسمیر، معاینات پستان و پیشگیری و یا برنامه ریزی برای بارداری)، در مورد فواید اسید فولیک به او مشاوره داد.
- زنان در سنین باروری از مواد غذایی حاوی اسید فولیک نظیر اسفناج، کلم بروکلی، نخود سبز، ذرت، پرتقال، عدس، جوانه ها، کلم بروکسل و ... بیشتر استفاده نماید.

دکتر محمد اسماعیل مطلق
مدیر کل دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

