

# बाल पोषण बुलेटिन

अंक १: अप्रिल-जुन, २०१०



## परिचय

नेपाल, संयुक्त राष्ट्र संघको सहस्राब्दि घोषणा पत्र र त्यसका आठवटा सहस्राब्दि विकास लक्ष्यहरूको हस्ताक्षरी मुलुक हो। कुनै पनि राष्ट्रको सहस्राब्दि विकास लक्ष्य (विशेष गरी पहिलो विकास लक्ष्य: अति गरिबी र भोकमरी उन्मूलन) प्राप्तमा भएको प्रगति आकलन गर्नका लागि पाँच वर्ष मुनिका बालबालिकाहरूमा पाईने कम तौलको अवस्था जस्ता पोषण सम्बन्धि सूचकहरूको निरन्तर अनुगमन गर्नु अत्यावश्यक छ। विभिन्न समयमा खानपान र शिशु स्याहारका अभ्यासहरूका साथै कुपोषणको अवस्थामा के कस्तो परिवर्तन भईरहेछ भन्ने आकलन गर्नका लागि नियमित रूपमा पोषण सम्बन्धि सूचकहरू संकलन गर्ने किसिमका राष्ट्रव्यापी अनुगमन प्रणाली हाल सम्म विद्यमान छैन। यस कुरालाई सम्बोधन गर्ने र नेपालमा बाल कुपोषण र खाद्य असुरक्षा बिचको सम्बन्धमाथि प्रकाश पार्ने हेतुले विश्व खाद्य कार्यक्रम र हेलेन केलर ईन्टरनेशनलले पोषण सम्बन्धि सुचनालाई नेपाल खाद्य सुरक्षा अनुगमन प्रणाली (NeKSAP) मा समेट्ने संयुक्त पहल गरेका छन्।

यस बुलेटिनलाई नेपाल खाद्य सुरक्षा बुलेटिन अंक २८ को सम्पूरकको रूपमा लिन सकिन्छ, र यस्ता त्रैमासीक सर्वेक्षण रिपोर्ट श्रृंखलाको यो पहिलो अंक हो। यस पोषण श्रृंखलाले खानपान तथा विभिन्न समय/मौसममा पोषणको अवस्थामा हुन सक्ने विविधता/घटबढलाई समेट्ने छ। यसले पोषणसंग सम्बन्धित विकासका साथै आपतकालिन सहयोग क्रियाकलापहरूका लागि लक्षित समुहहरूको प्रभावकारी पहिचान र स्रोतहरूको सही परिचालनमा सहयोग पुऱ्याउन सक्ने छ।

## विधि

बाल पोषण र खाद्य सुरक्षा सम्बन्धी तथ्याङ्क २०१० को अप्रिल-जुन महिनाको अवधिमा ०-५९ महिना उमेरका ४९१ बालबालिकाहरूका परिवारहरू बाट संकलन गरिएको हो। यस प्रक्रियामा दुई किसिमका नमूना चयन (sampling) का विधिहरू अपनाइएका थिए: सम्भाव्यताका आधारमा नमूना चयन (probability sampling) र खाद्य सुरक्षा चरणका आधारमा नमूना चयन विधि। (यस प्रक्रियाको विस्तृत जानकारीका लागि नमूना चयन विधि सम्बन्धी कागजात हेर्नुहोला)। आमाहरूसँगको अन्तर्वाता मार्फत शिशु तथा कलिला बालबालिकाहरूको खानपानको अभ्यास र बाल अस्वस्थता बारे जानकारी लिइएको थियो र तीव्र बाल कुपोषण मापनका लागि बालबालिकाको माथिल्लो पाखुराको बिचको गोलाई (MUAC) को नाप लिइएको थियो। विश्लेषण चरणमा गरिने कुपोषणको अवस्था अनुमान र क्रस टेबुलेशन विधि, सम्भाव्यतामा आधारित नमूनाहरू (n=२९१) मा आधारित छ। खाद्य सुरक्षा चरणका आधारमा गरिएको क्रस टेबुलेशन भने कुपोषणको अवस्थाको कुल नमूना (n=४९१) बाट अनुमान गरिएको हो। आउँदा बुलेटिनहरूमा उमेर, भौगोलिक क्षेत्र र जनसाङ्ख्यिकीय तत्त्वहरू जस्ता विभिन्न कारकतत्त्वहरूको वर्गीकरणलाई ध्यानमा राखि आकलनमा सुधार ल्याउने हेतुले नमूनाको आकार बढाइने छ।

## प्राप्त नतिजाहरू

### तीव्र कुपोषण

नमूना भित्र परेका ६-५९ महिना उमेरका बालबालिकाहरूमा १५.१ % बालबालिकाहरू तीव्र कुपोषणबाट ग्रसित भएका, २.४ % कडा तीव्र कुपोषणको शिकार भएका (MUAC ११५ मि मि भन्दा कम) र १२.७ % मध्यमस्तरीय तीव्र कुपोषणबाट ग्रसित भएका (MUAC ११५ मिमि देखि १२५ मिमिको बिचमा भएको) पाइएको छ। यस विश्लेषणमा समाविष्ट नमूनाको मात्रा २००६ को नेपाल जनसाङ्ख्यिकीय स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NDHS) को नमूना भन्दा कम भएता पनि यी दुवैका नतिजाहरू भने मिल्दाजुल्दा भएको पाइएको छ। NDHS (२००६) अनुसार पाँच वर्ष मुनिका करिब १३ % बालबालिकाहरूमा उचाई अनुसार कम तौल (wasted) भएको र ३ % गम्भिर रूपमा कम तौलका (severely wasted) भएको अनुमान गरिएको थियो। तालिका १ मा जनसाङ्ख्यिकीय तत्त्वहरूको आधारमा वर्गीकरण गरिएको कुपोषणको अवस्था प्रस्तुत गरिएको छ। अपेक्षा गरिए जस्तै आर्थिक सम्पन्नताका चतुर्थांश (Quartile) अनुसार विश्लेषण गर्दा अति गरीबमा पर्ने र विश्व खाद्य कार्यक्रमको खाद्यान्न उपभोग तालिकामा सिमारेखामा वा स्वीकारयोग्य खाद्यान्न उपभोग नभएका समूहमा वर्गिकृत घरधुरीका बालबालिकाहरूमा तीव्र कुपोषण बढी देखा परेको पाइएको छ।

तालिका १: जनसाङ्ख्यिकीय वर्गहरूको आधारमा तीव्र कुपोषणको व्यापकता

बच्चाको लिंग अनुसार	
पुरुष (n=१३५)	१४.८ %
महिला (n=११७)	१५.४ %
भौगोलिक क्षेत्र अनुसार	
हिमाल(n=११२)	१२.५ %
पहाड (n=५२)	१७.३ %
तराई (n=६८)	१७.० %
आर्थिक सम्पन्नताको चतुर्थांश अनुसार	
अति गरिब (n=५१)	२३.६ %
गरिब (n=६१)	११.५ %
अलि धनि (n=६१)	१४.८ %
धेरै धनि (n=५४)	११.१ %
खाद्यान्न उपभोगका आधारमा घरधुरीका समूह अनुसार	
गरिब वा सिमारेखामा (n=९४)	२२.४ %
स्वीकारयोग्य (n=१५७)	१०.८ %
कूल (n=२५२)	१५.१ %

चित्र १ मा खाद्य सुरक्षा चरणका आधारमा तीव्र कुपोषणको अवस्थालाई प्रष्ट रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। उच्चतम खाद्य असुरक्षित (चरण ३) मा परेका गाविसहरूमा बसोबास गर्ने बालबालिकाहरूमा तीव्र कुपोषणको दर सबै भन्दा उच्च छ (२६.१%), तत्पश्चात क्रमशः मध्यमस्तरीय खाद्य असुरक्षित (चरण २) गाविसहरूका बालबालिकाहरू (१९.०%) र सामान्यतया खाद्य सुरक्षित (चरण १) गाविसहरूका बालबालिकाहरू (१४.६%) परेका छन्। यस तथ्याङ्क संकलन वाली भित्र्याइए पछिको अवधिमा परेको थियो र कुनै पनि गाविसहरू गम्भिर रूपमा खाद्य असुरक्षित (चरण ४) वा सो भन्दा माथि परेका थिएनन्।

### थप (पूरक) खाना र पोषणमा विविधता

पूरक खानाको अभ्यास सम्बन्धि अध्ययनका लागि यस टोलीले पोषणको न्यूनतम विविधता र उमेर अनुरूप आवश्यक खानाको न्यूनतम पटकलाई विश्लेषण गरेको थियो। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) र यूनिसेफ (UNICEF) को निर्देशिकाको आधारमा स्तनपान गराईएका ६-२३ महिना भित्रका बालबालिकाहरूको पोषणको न्यूनतम विविधतामा निम्न खानाको समूहहरू मध्यबाट कम्तिमा चार वटा समूहको खाना समावेश भएको हुनु पर्दछ: १) अन्न, जरा र कन्दमूल, २) गोडागुडीहरू, ३) दुग्धजन्य उत्पादनहरू, ४) माछामासु, ५) अण्डा, ६) भिटामिन ए युक्त तरकारी तथा फलफुलहरू, र ७) अन्य तरकारी तथा फलफुलहरू। खानाको न्यूनतम पटकमा, स्तनपान गराईएका ६-८ महिना उमेरका र ९-२३ महिना उमेरका शिशुहरूका लागि ठोस, लिटो जस्तो वा नरम खाना क्रमशः दिनको दुई र तीन पटक दिईनु पर्दछ। यस सर्वेक्षणले स्वीकारयोग्य न्यूनतम आहारको अवस्था पनि अध्ययन गरेको थियो जुन पोषण विविधता र खानाको पटकको परिपूरक सुचक हो।

सम्भाव्यता नमूनामा परेका ६-२३ महिना उमेरका शिशुहरू (n=९४) मा ९७.०% शिशुहरूलाई स्तनपान गराईएको र पूरक खानाको अभ्यास जति हुनु पर्ने सो भन्दा धेरै कम भएको पाइयो। ६-८ महिनाका शिशुहरूमा ९०.९% ले पूरक खानाको प्रति दिन न्यूनतम पटकको सन्दर्भमा उचित पटक पूरक खाना खाने गरेको पाइयो र ९-२३ महिना उमेरका ८२.५% शिशुहरूले उचित पटक चाहिने खाना खाने गरेको पाइयो। यद्यपि, ६-२३ महिना उमेरका १८.०% बालबालिकाहरूले मात्र पोषणको विविधता भएका न्यूनतम खाना खाने गरेको पाइयो। यी दुई सुचकहरूको सयुक्त नतिजा अनुसार, यस उमेर भित्रका १७.०% बालबालिकाहरूले मात्र न्यूनतम स्वीकारयोग्य आहार प्राप्त गरेको पाइयो। चिन्ताको विषय के हो भने नमूनामा परेका ६-२३ महिना उमेरका ४९.०% बालबालिकाहरूले मात्र पशुजन्य खाना खाएको र सो भन्दा पनि थोरै (३७.०%) ले मात्र भिटामिन ए युक्त तरकारी तथा फलफुल खाएको पाइएको छ।

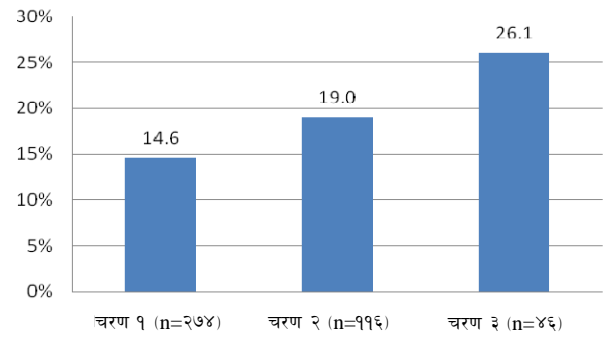
### विरामी बच्चाको हेरचाह

सम्भाव्यता नमूनामा परेका ०-५९ महिना उमेरका ३०.०% बालबालिकाहरू तथ्याङ्क संकलन भन्दा दुई हप्ता पूर्व भाडापखालाले ग्रस्त भएका, १७.०% तीव्र स्वाशप्रस्वाश सम्बन्धि रोगबाट संक्रमित भएका र ३६.७% अन्य रोगबाट ग्रसीत भएका कुरा स्याहारकर्ताहरूले जनाएका थिए। एकै जनालाई एक भन्दा बढी रोगले ग्रसीत पारेको पनि हुन सक्ने कुरालाई ध्यानमा राख्दा समग्रमा ५५.५% बालबालिकाहरू गत दुई हप्तामा विरामी परेको तथ्याङ्क पाइएको छ। यो परिणाम जनसाङ्ख्यिकीय स्वास्थ्य सर्वेक्षण-२००६ को परिणाम भन्दा धेरै बढी छ। यो विशेषत, मौसमी विविधता, आमाहरूमाभ्र प्रश्नको अनुवाद शैली, नमूनामा भिन्नता खास गरी यस अनुगमनको नमूना पूर्णतः ग्रामीण क्षेत्रमा केन्द्रित भएकाले भएको हुन सक्छ। हालको अवस्थाको आकलनलाई भावी सर्वेक्षण बुलेटिनहरूसँग तुलनात्मक रूपमा हेर्दा विविध समय/मौसमले रोगव्याधीको अवस्थामा के कति प्रभाव पार्दछ भन्ने बुझ्न अझ सजिलो हुनेछ। यद्यपि, विरामी परेका बालबालिकाका आमाहरूले आवश्यकता भन्दा कम खाना खुवाउने गरेको भन्ने बताएको कुरा पनि टिप्पणी योग्य छ। विरामी अवस्थामा र विरामी भए पश्चात दुई हप्ता सम्म खानाको पटक बढाउनु पर्ने सुभावको बावजूद दैविक नमूना (random sampling) मा परेका ६-५९ महिना उमेरका स्वस्थ बालबालिकाहरू (n=११७) लाई दिनमा औसत ३.६० पटक खाना खुवाईएको पाइयो भने यसको तुलनामा विरामी बालबालिकाहरू (n=१२७) लाई भने दिनमा औसत ३.३५ पटक मात्र खाना खुवाईएको पाइयो।

### निष्कर्ष

यी परिणामहरूले नेपालमा तीव्र कुपोषण व्यापक रूपमा फैलिएको र नेपालमा शिशु तथा कलिला बालबालिकाहरूको खानपान अभ्यासमा कमी कमजोरीहरू भएको कुरालाई पुष्टि गर्दछन्। यस बुलेटिनमा संकलित र विश्लेषित तथ्याङ्कले सही अर्थमा बाल पोषण र खाद्य सुरक्षा सर्वेक्षण प्रणाली विकासका लागि अत्यावश्यक पहिलो कदमलाई इंगित गर्दछ। जुलाई-सेप्टेम्बर २०१० अवधिलाई समेटेर तयार पारिने आउँदो बुलेटिनले परम्परागत भोकमरीको मौसममा खानपानको अभ्यास र कुपोषण अवस्थालाई सम्बोधन गर्नेछ र यसले निती निर्माता साथै कार्यक्रम योजनाकारहरूलाई कुपोषणको समय/मौसम अनुसार हुने विविधता र नेपालमा खाद्य सुरक्षासँगको यसको सम्बन्ध बुझ्न मद्दत मिल्नेछ।

चित्र १: खाद्य सुरक्षा चरणका आधारमा तीव्र कुपोषणको अवस्था



चित्र २: ६-२३ महिना उमेरका बालबालिकाहरूमा पोषणको विविधता

