

Penyakit Defisiensi Gizi di Indonesia

- Penyakit anemia defisiensi zat besi (Fe)
- Penyakit Kekurangan Kalori dan Protein
- Penyakit Defisiensi Vitamin A
- Penyakit Defisiensi Yodium (Iodium Deficiency Disease = IDD)

Anemia

- Suatu keadaan kadar hemoglobin kurang dari harga normalnya
- Harga normal hemoglobin
 - Laki-laki dewasa: 13 s.d 18 gr%
 - Perempuan dewasa: 12 s.d 16 gr%
 - Anak-anak: 12 s.d 16 gr%

Penyebab Anemia

1. Perdarahan yang hebat
2. Pengerusakan sel-sel darah merah, misal pada penyakit malaria, talasemia anemianya disebut anemia hemolitik
3. Produksi sel darah merah tidak mencukupi, disebut anemia gizi

Defisiensi Besi

1. Cadangan Fe berkurang tetapi Fe dlm sel darah merah masih normal (*latent iron deficiency*)
2. Cadangan Fe menurun terus hampir habis tetapi Fe dalam sel darah merah belum menurun (*early iron deficiency anemia*)
3. Fe dalam sel darah merah sudah menurun tetapi Fe dalam jaringan belum berkurang (*late iron deficiency anemia*)
4. Fe dalam sel darah merah dan jaringan sudah menurun, pada tingkat ini semua kompartemen Fe dalam tubuh sudah terganggu (*Iron tissue deficiency*)

Dampak Anemia Deficiency Fe

1. Rendahnya kemampuan kerja jasmani dan produktifitas kerja
2. Rendahnya kemampuan intelektual
3. Rendahnya kekebalan tubuh