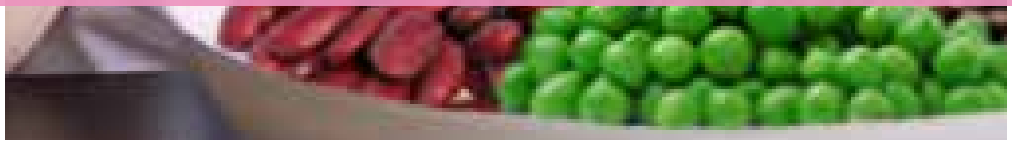
Kingdom of Saudi Arabia
Ministry of National Guard
Health Affairs

# Diet for G6PD (Pediatrics)

## Glucose-6-Phosphate Dehydrogenase Deficiency



HA. Printing Press 16 - 10 - 939

King Abdullah Specialist Children's Hospital
Clinical Nutrition Services
Educational Materials Team
2016

Notes:

# What is Glucose-6-Phosphate Dehydrogenase (G6PD) Deficiency?

(G6PD) is an enzyme that catalyzes the reaction to stabilize red blood cells. G6PD deficient subjects normally enjoy good health but they will develop acute hemolytic anemia when exposed to exogenous stresses such as fava beans or certain drugs.

## What Causes G6PD Deficiency?

G6PD deficiency is inherited; that means it is passed from one or both parents to the child.

## What are Symptoms of G6PD Deficiency?

- Paleness
- Extreme tiredness
- Rapid heartbeat, rapid breathing or shortness of breath
- Jaundice or yellowing of the skin and eyes, especially in newborns
- An enlarged spleen
- Dark, tea-colored urine

G6PD Deficiency is an inheritable and life-long condition. There is no cure of the disease. In order to prevent acute hemolysis, affected subjects should take the following precautions:

1. Do not eat menthol, or menthol-containing foods such as breath mints or candy.
2. Avoid eating:
   - Peas: Green, Chickpea, Black-eyed peas and Yellow-eyed pea
   - Lentils: Green, Red and Yellow lentil
   - Beans and legumes: Fava beans, Lima beans, Kidney beans and White kidney beans, Red, Black and Green beans and Soy beans
   - Peanuts
   - Soy-containing products: Tofu, soy milk, yogurt, butter
3. Avoid consuming fortified foods or supplements that contain large amounts of Vitamin C, also called ascorbic acid.
4. Avoid Sulfites as they are used in a wide variety of foods
5. Be sure to check food labels carefully for one or more of the ingredients mentioned above
6. Breastfeeding mothers should avoid the ingredients mentioned above if their child has G6PD
7. Remember to inform your child's physician during each visit that your child has G6PD

# ما هي أنيميا الفول أو (نقص إنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجنيز)؟

(جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجنيز) هو الإنزيم المحفز لتحقيق الاستقرار في خلايا الدم الحمراء. الأشخاص الذين يعانون من نقص في هذا الإنزيم عادة ما يتمتعون بصحة جيدة لكنهم قد يتعرضون إلى نوبات فقر الدم انحلالي حاد (أنيميا الفول) عند تعرضهم لمؤثرات خارجية مثل تناول الفول أو بعض الأدوية.

## ما الذي يسبب نقص هذا الإنزيم؟

يكون نقص هذا الإنزيم وراثياً. وهذا يعني أنه يتم تمرير أحد الوالدين أو كليهما هذا النقص للطفل .

## ما هي أعراض أنيميا الفول؟

- شحوب
- التعب الشديد
- سرعة ضربات القلب، وسرعة التنفس أو ضيق في التنفس
- اليرقان أو اصفرار الجلد والعينين وخاصة في الأطفال حديثي الولادة
- تضخم الطحال
- بول داكن بلون الشاي

**إن أنيميا الفول حالة وراثية تستمر مدى الحياة ولا يوجد علاج لها، و لمنع نوبات فقر الدم الانحلالي الحاد يجب على من يعاني من نقص إنزيم (جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجنيز) اتخاذ الاحتياطات التالية :**

١. تجنب تناول **المنثول**، أو الأطعمة التي تحتوي على **المنثول** مثل حلوى النعناع أو غيرها من الحلوى.
٢. تجنب تناول :
   - **البازلاء**: الخضراء والسوداء والصفراء والحمص
   - **العدس**: الأخضر والأحمر والأصفر
   - **الفول والبقوليات**: الفول، الفاصوليا الخضراء والبيضاء والحمراء والسوداء، فول الصويا
   - **الفول السوداني**
   - **المنتجات التي تحتوي على الصويا**: التوفو، حليب ولبن وزبدة الصويا
٣. تجنب تناول الأغذية المدعمة أو المكملات الغذائية التي تحتوي على كميات كبيرة من **فيتامين C**، والمسمى أيضا بحمض الاسكوربيك
٤. تجنب أملاح حمض الكبريتوز (**السلفايت**) حيث أنها تستخدم في مجموعة واسعة من الأطعمة
٥. راجع الملصقات الغذائية بعناية للتأكد من عدم احتوائها على واحد أو أكثر من المكونات المذكورة أعلاه
٦. يجب على الأم المرضعة لطفل مصاب بأنيميا الفول تجنب تناول المكونات المذكورة أعلاه
٧. تذكر أن تخبر طبيب طفلك عند كل مراجعة عن إصابته بأنيميا الفول

**مستشفى الملك عبدالله التخصصي للأطفال**
**قسم التغذية الاكلينيكية**
فريق المواد التعليمية
٢٠١٦

ملاحظات:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المملكة العربية السعودية
وزارة الحرس الوطني
الشؤون الصحية

# حمية أنيميا الفول (أطفال)

## نقص إنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجنيز