

Translation Dep.
Lecturer: Abdulghaffar M. Mohammed

Scientific Translation
Fourth Stage
Tenth Lecture

النص:

Vitamin A is an important nutrient that plays a role in many crucial bodily functions. A deficiency may occur when a person does not get enough vitamin A to cover their body's needs, and may lead to troubling symptoms.

Symptoms of vitamin A deficiency may differ in severity, and some people may have more serious symptoms than others. Below are some possible symptoms people may experience:

According to the American Academy of Ophthalmology, vision issues are common in those with vitamin A deficiency.

The eyes may become very dry at first, which may damage the cornea and retina.

Night blindness may also occur as a result of vitamin A deficiency. This causes the person to be unable to see or have trouble seeing in low light, eventually leading to complete blindness at night.

According to World Health Organization (WHO), night blindness is one of the first signs of vitamin A deficiency.

Some people with vitamin A deficiency may notice problems with their skin, such as dryness, itching, and scaling. Some may experience similar issues on the hair and scalp as well.

الترجمة:

فيتامين A عنصر غذائي مهم يلعب دورًا في العديد من وظائف الجسم الحيوية. قد يحدث النقص عندما لا يحصل الشخص على ما يكفي من فيتامين A لتغطية احتياجات الجسم ، وقد يؤدي هذا إلى أعراض مقلقة.

قد تختلف أعراض نقص فيتامين A في شدتها ، وقد يعاني بعض الأشخاص من أعراض أكثر خطورة من غيرهم. وفيما يلي بعض الأعراض المحتملة التي قد يعاني منها الأشخاص:
وفقًا للأكاديمية الأمريكية لطب العيون ، فإن مشاكل الرؤية شائعة لدى المصابين بنقص فيتامين A.

قد تصبح العيون جافة جدًا في البداية ، مما قد يؤدي إلى تلف القرنية وشبكية العين.

وقد يحدث العمى الليلي أيضًا نتيجة لنقص فيتامين A. يتسبب هذا في عدم قدرة الشخص على الرؤية أو صعوبة الرؤية في الإضاءة المنخفضة ، مما يؤدي في النهاية إلى العمى الكامل في الليل.

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية (WHO) ، يعد العمى الليلي من أولى علامات نقص فيتامين A.

قد يلاحظ بعض الأشخاص الذين يعانون من نقص فيتامين A مشاكل في جلدهم ، مثل الجفاف والحكة والقشور. وقد يعاني البعض من مشاكل مماثلة في الشعر وفروة الرأس أيضًا.