

الفصل الخامس

أمراض التنفس والفم والجلد

رغم إمكانية إصابة الطفل بنزلات البرد والإنفلونزا، إلا أن الأم تستطيع أن تقلل فرص الإصابة بها عن طريق:-

١- الرضاعة الطبيعية: تُعدُّ الرضاعة الطبيعية وسيلة هائلة لحماية طفلك من نزلات البرد؛ لأن مناعة الأم تنتقل إلى الطفل مباشرة من خلال اللبن.

٢- بالنسبة للأطفال الأكبر سنًا فإن الغذاء المتوازن يوفر لهم الفيتامينات والأصلاح اللازمة للحفاظ على أجسامهم ومقاومة المرض.

٣- التدخين السلبي يعرض الطفل للإصابة بأمراض الأنف والأذن والحنجرة.

٤- اجعلي درجة حرارة بيتك معتدلة؛ فالغرف شديدة الحرارة تسبب احتقان الأنف والحنجرة، كما أنها تخفض مناعة طفلك.

٥- احمي من تقلبات الجو المفاجئة والمتغيرة، وقومي باللباسه بعد الحمام - مباشرة - لباسًا جافًا ودافئًا.

٦- من المنطقي أن تمنعي طفلك من الاحتكاك بشخص مريض، فالأطفال حديثو الولادة يجب أن تكوني معهم أكثر حذرًا.

٧- اعلمي أن الأماكن المغلقة بيئة جيدة لانتشار الجراثيم؛ لذا يجب أن تكون الروضة والمدرسة والبيت جيدي التهوية.

علاج الطفل من نزلات البرد والإنفلونزا:

بظهور الأعراض يتم التعرف على المرض، وهي: «رشح الأنف - حشجة في الحنجرة - سعال - عطس - صداع - ضعف الشهية - وأحيانًا ارتفاع درجة الحرارة - واهمرار ودموع بالعين». من الأفضل الاتصال بالطبيب، ولكن هناك ما يجب عليك فعله بجانب الطبيب:

١- لا تعطي طفلك أي دواء دون استشارة الطبيب، وخصوصًا المضاد الحيوي؛ لأن هناك حالات لا تحتاج إلى مضاد حيوي، فما الداعي لإرهاق الكلى بالمضاد الحيوي؟!.

٢- احرصي على أن يحصل طفلك على قدر كبير من الراحة، ولا تُرسله للحضانة أو المدرسة حتى لا يتعرض للإصابة بمرض آخر ولا يعدي أصحابه.

٣- عليك بالسوائل؛ فمن الممكن أن يُصاب الطفل بجفاف، فالنسبة للرُّضْع قديمي لهم ماء باردًا، واحرصي على الرضاعة، والأطفال الأكبر سنًا عليك بعصير البرتقال أو الليمون - وإن كانا يهيجان سعال طفلك -، والينسون، والقرفة، والكرأوية.

٤- لو ارتفعت درجة حرارة طفلك فعليك بالكُمادات، والاتصال بالطبيب لمعرفة نوع المُخفِّض - إن لزم الأمر.

٥- خلال فترة المرض لن يرضى الطفل بأية مأكولات لم يعتد عليها؛ لذا إن كان يشرب اللبن فقدمي له اللبن.

٦- حاولي رفع مقدمة السرير لرفع الرأس قليلاً؛ فإن ذلك يساعد على أن يعمل مجرى المخاط بالأنف بشكل سليم ويسهل عملية التنفس، وذلك بوضع فوطة مطوية تحت المرتبة للطفل الأقل من عام، وتحت الوسادة للأكبر سنًا.

٧- في هذا الوقت يكون الطفل في أشد الحاجة لعطفك وحنانك.

٨- لا تنسي نفسك؛ فأنت والأسرة معرَّضون للإصابة، فاغسلي يديك كثيرًا. فعندما يمرض الطفل تبتس الأم، لكن عند مرض الأم تبتس الأسرة كلها.

- متى يتوجب عليك زيارة الطبيب؟

إذا ارتفعت درجة الحرارة فوق ٣٨.٥ درجة، وإذا استمرت لأكثر من ٤٨ ساعة، وإذا أصيب الطفل بألم في الأذن والكُّحة الشديدة، والقيء، وإسهال، إذا ازرقَّ لون الشفايف وأظفار الطفل، أو حدث فقدان تام للشهية، إضافة إلى الصعوبة في التنفس، صعوبة البلع.

حتى وإن لم يصب طفلك أيُّ من هذه الأعراض، إن لم يبدأ في التحسن بعد ثلاثة أيام من الأفضل استشارة الطبيب.

الكُّحة الجافة، والبالغم عند الطفل؛

مرض الأطفال الذي يأتي تابعًا لتزلات البرد والإنفلونزا، أو عدوى نتجت عن مخالطة شخص مصاب، ولا بد من مقاومة الكُّحة في بدايتها حتى لا تُكوّن حساسية صدر مزمنة عند الطفل، ودور الأم في علاج الطفل ووقايته أهمُّ بكثير من الأدوية والعلاج؛ لتلافي النزلة الشعبية.

طرق التخفيف من حدة الكحة وإذابة البلغم:

- ١- الينسون (كوب مغلي في الصباح، وآخر في المساء)، يوضع الينسون في الماء المغلي، ويترك ١٠ دقائق، ثم يضاف لعلاج الكحة والسعال.
- ٢- تناول الملفوف (الكرنب) والبصل لطرد البلغم.
- ٣- اللعب والجري؛ لتوسيع الشعب الهوائية، ولطرد البلغم.
- ٤- العسل، أكدت الدراسات - ومن قبلها القرآن والإنجيل والتوراة - على أهمية العسل. يُمنح الأطفال المصابون بالسعال ملعقة من العسل، فهي بالفعل علاج فعال، ومؤثر، يُساعد على الإخلاد إلى النوم بشكل يفوق الأدوية؛ وذلك بفعل قدرته الطبيعية على حماية حناجر الأطفال الحساسة من الالتهابات، مما يُخفف من حدة سعالهم، وجاءت أهمية هذه الدراسة في وقت حذرت فيه الأوساط الطبية من الآثار الجانبية للعقاقير المضادة للإنفلونزا والبرد والسعال الخاصة بالأطفال دون السادسة من العمر مما أدى إلى سحب أعداد كبيرة منها من الأسواق.

شروط هامة لعلاج الكحة المصاحبة للبلغم:

- ١- أهم شيء توفير الشروط الصحية؛ مثل منع التدخين في البيت كُله.
- ٢- التدفئة المناسبة؛ حيث تكون حوالي (١٩-٢١) درجة مئوية في الغرفة.
- ٣- التهوية الجيدة للغرفة.
- ٤- عدم التعرض لتقلبات الجو المتغيرة.
- ٥- تنظيف الأنف بمحلول ملح مناسب.

التهاب الرئوي:

وتحدث الالتهابات الرئوية نتيجة لإصابة الرئة بأحد الميكروبات، وقد تكون العدوى أولية؛ أي تكون الرئة أول مكان للإصابة، وقد تكون ثانوية نتيجة الإصابة بنزلات البرد والنزلة الشعبية، أو أي مرض مُعدٍ؛ مثل الحصبة والسعال الديكي.

الأعراض:

وتحدث الأعراض بصورة مفاجئة وسريعة في الالتهاب الرئوي الأول، بينما تكون تدريجية في الحالات الثانوية: تبدأ بنزلة البرد، وتنتهي بالالتهاب الرئوي، تتمثل الأعراض في:

- ارتفاع في درجة الحرارة، المصحوبة بقشعريرة، وتشنج، وألم في البطن.
- ازدياد في سرعة التنفس، وقد تكون مصحوبة بزرقة، وإسهال، وحمول.
- انجذاب الجزء السفلي من الصدر للداخل أثناء الشهيق.
- ظهور علامات الإجهاد؛ أثناء الزفير: صوتٌ مُمَيَّز - اتساع فتحتي الأنف: أثناء الشهيق، والشعور بعدم الراحة.

العلاج ودور الأم:-

- ١- الراحة التامة بالفراش، وعدم التعرض للتيارات الهوائية، خاصة بعد استحمام الطفل، لا يخرج من البيت في نفس اليوم، وإذا خرج ثاني يوم يخرج في الظهيرة، والحفاظ على الجو دافئاً داخل الغرفة، وأن تكون جيدة التهوية.
- ٢- وجبات خفيفة سهلة الهضم؛ مثل: اللبن في بادئ الأمر، وعندما تنخفض درجة الحرارة يُعطى غذاءً كاملاً لكن سهل البلع والهضم، ويُعطى سوائل بكثرة.
- ٣- يُعَيَّر وضعُ الطفل من آن لآخر، والعناية بمقعده، وتغير ملابسه، والحفاظ على جفافها دائماً.
- ٤- عزل الطفل، مع الحفاظ على الحالة النفسية له، وعدم إزعاجه.
- ٥- الملاحظة الدقيقة له من حيث "مبوط التنفس - القيء - الإسهال والمضاعفات". وإبلاغ الطبيب بها فوراً.

- ٦- العناية بالفم، والأنف، والشفيتين.
- ٧- لا يُنصَحُ بعمل كماداتٍ للطفل المصاب بالالتهاب الرئوي، والحفاظ على جفافه رغم ارتفاع درجة الحرارة.

حساسية الصدر لدى الأطفال:

وهي ضيق الشعب الهوائية، وإهمالها من البداية يسبب التهابات مُزمنة في الشعب الهوائية يمتد طول الحياة. وإصابة الأطفال بحساسية الصدر في ازدياد مستمر، واختلاف العمر الذي يُصاب فيه الطفل قديماً في غضون العام الثاني للطفل، ولكن الآن يُصاب من الأيام الأولى من خروجه إلى الحياة.

أسباب حساسية الصدر لدى الأطفال:- أولاً: الوراثة:

■ أول أسباب إصابة الأطفال بالحساسية، وقد يكون هناك تاريخ مرضي بعيد عن الأب والأم.

ثانياً: التلوث والتدخين:-

■ يُعتبر كل من التلوث والتدخين من أهم مشيرات الحساسية؛ لاحتوائهما على ميكروبات وجراثيم ومواد ضارة وسامة تتطاير في الجو، وعبر ذرات الهواء المُستنشق.

ثالثاً: نزلات البرد الشديدة:-

■ عندما تدوم إصابة الطفل بالإنفلونزا والكحة، يكون حافزاً لنوبة الربو (الحساسية).

أعراضها:-

من أهم أعراض الربو الشعبي (الحساسية) السعال المزمن، ووجود أزيز في الصدر عند التنفس، وأحياناً تقطع في التنفس، وتزداد هذه الأعراض ليلاً فتقلق الأم على طفلها، وتزداد عندما يبذل الطفل مجهوداً بدنياً شديداً.

لا بد من المسارعة للطبيب؛ حيث إن تفاقم المشكلة يأتي من تجاهلها، وظن أنها نزلة برد، وصعوبة علاج هذا المرض، فيجد الطفل صعوبة في التنفس ويتغير لون الطفل، ويَزَرَق وجهه، وهنا يجب الإسراع إلى أقرب مستشفى.

خطوات تمريضية بجانب الدواء:

■ تبذل الأم جهداً فائقاً لتجنب مهيجات الحساسية، وإبعاد الطفل قدر الإمكان عن مصادر التلوث وعادم السيارات وتيارات البرد الشديدة؛ لتجنب نزلات البرد، والأجواء التي تنتشر فيها حبوب اللقاح، والرطوبة أثناء فصل الصيف، والمبيدات، وكافة الروائح النفاذة؛ كالعطور والبخور، وروائح الطعام، وتجنب تربية الحيوانات الأليفة في المنزل. وأكثر المخاطر على مريض الحساسية الصدرية هي دُخان السجائر؛ فهو يُعتبر جريمة في حال وجود حالة مرضية بالمنزل، وإن لزم الأمر فلا بد من جلسات للتنفس.

- أن تعلم الأم أن وجود بخاخة للطفل ليست شيئاً مخجلاً، بل هي كأي علاج.
- تجنب إثارة الأتربة عند التنظيف أمام الأطفال، وإبعادهم عند التنظيف.
- غسل السجّاد والستائر وتعريضهما للشمس بصورة مُستمرّة لقتل الميكروبات، التي تسبب الحساسية الصدرية عند الأطفال.
- عدم شراء ألعاب للأطفال مكسوّة بالفراء؛ لأنها تحمل الأتربة بداخلها، وتكون سبباً لتهيّج الأغشية المخاطية في الجهاز التنفسي؛ مما يثير الحساسية بالصدر.
- محاولة الإكثار من تناول الفاكهة الغنيّة بفيتامين (سي) لزيادة مناعة الجسم.
- وهناك وصفة علاجية للتخفيف من حدة الحالة: (كمون - شمر - مرة) توضع المكونات مع بعضها بكميات متساوية إلا المرة تكون حسب الرغبة، وتُعمل كطريقة الشاي.

الحمى الروماتيزمية :-

تحدث الحمى الروماتيزمية نتيجة الإصابة بعدوى الميكروب السبحي في الحلق أو اللوزتين، ولكن الكيفية التي تؤدي إلى حدوث هذا المرض ليست معروفة، وجارٍ البحث، وإن كان مُعقّداً؛ لأنه نتيجة لوجود تفاعل مناعي غير طبيعي ضد أنسجة الجسم.

الأعراض:

- هناك أعراض رئيسية، وأعراض ثانوية.

أولاً: الأعراض الرئيسية:

التهاب المفاصل:

ويكون التهاب متركزاً بالركبة والكاحل ومفصل الكوع والرسغ، وقد يحدث في عدة مفاصل في نفس الوقت، أو قد ينتقل من مفصل إلى مفصل آخر مع وجود احمرار بالجلد وألم شديد عند لمسه.

١- روماتيزم القلب:

يحدث التهاب بجميع أغشية القلب وبعضلة القلب نفسها، مما ينتج عنه ألم في الصدر وهبوط في القلب نتيجة ضعف عضلة القلب - حدوث ضيق في صمام القلب بعد عدّة

سنوات من حدوث الحُمى نتيجة تلف الصمامات - وحدوث ارتجاع في الصمام الميترالي، ثم الأورطي.

٢- كورنيا:

هى عبارة عن حركات غير إرادية تشمل عدة مفاصل خاصة الطويلة، فيعاني - أيضًا - من تقلبات في المزاج نتيجة الحركة غير المتسقة.

٣- ظهور عقد (أرسلار):

تظهر تحت الجلد، قد تُرى بالعين المجردة أو تُحسّ خاصة فوق الناحية المصابة من بعض المفاصل؛ مثل: «الكوع - الرسغ - المقطع»، وكذلك في مؤخرة الرأس أو فوق سوكلات الفقرات في منطقة الصدر والبطن.

٤- ظهور طفح جلديّ مميز:

ويظهر في أشكالٍ شبه دائرية خاصة على الساعدين والساقين والجذع، عادة يكون لون الطفح قرمزيًا ويتغير شكله من ساعد لساعد.

ثانيًا: الأعراض الثانوية الصغرى:

١ - ارتفاع درجة الحرارة.

٢ - ألم المفاصل دون وجود تورّم أو احمرارٍ في المفصل.

٣ - زيادة سرعة ترسيب الدم.

٤ - زيادة عدد كرات الدم البيضاء.

٥ - وجود دلائل على التهاب الحلق المتسبب في الميكروب السبحي؛ مثل: الحُمى القُرْمُزِيَّة في وقتٍ سابق، ويكفي وجود اثنين من الأعراض الرئيسية إلى اثنين من الأعراض الصغرى لتشخيص المرض.

العلاج، ودور الأم داخل المستشفى وخارجها

أ- من وصف الحالة بالطبع فإن المكان الطبيعي لها هو المستشفى، وليس البيت ولكن لا نخفي دور الأم في حالة وجودها بجانب طفلها، فعليها الآتي:

▪ تعمل على الراحة التامة للطفل، وعدم إجهاده لأي سبب لتفادي تلف القلب.

- عدم تحريكه كثيراً، وعدم إزعاجه، ولا يُسمح للطفل بعمل أى شيء بنفسه إلا في أضيق الحدود المسموح بها.
- تُغيّر ملابس الطفل وفُرُش السرير؛ لتفادي قرح الفراش وتمزق الجلد، ولحماية أطراف الطفل من التصلب، ومساعدة الرثتين على التمدد.
- حماية الطفل من العدوى، وتوفير التسلية المناسبة من لعب يحبها وغيرها، لكن لا تكون كثيرة حتى لا تثيره على الحركة الشديدة.
- إدخال السرور على نفسه حتى يحسّ بالرّضا والتفاؤل، وإن غادر السرير لفترة يكون من خلال الكرسي المتحرك وسحبه ناحية النافذة لتغيير المنظر.

ب- خارج المستشفى لابد من استكمال العلاج عن طريق:

- الجو المناسب للطفل بالمنزل، وإشاعة السرور لحماية الطفل نفسياً.
- تتبع نفس أساليب التسلية في البيت، فهي من خطة العلاج.
- حث الأبوين على عدم ذكر حالة قلب الطفل سواء أمامه، أو أمام الآخرين.
- حماية الطفل من التعرض لأي عدوى في فترة نقاهته.
- عند دخول الطفل المدرسة، لابد من إعلام المدرسين وإدارة المدرسة بحالته لعدم إرهاب الطفل أو عقابه بالضرب.
- زيارة الطبيب بصفة منتظمة، وخصوصاً طبيب الأسنان للعناية بغم الطفل وأسنانه.



التهابات أذن الأطفال :- (الأذن الوسطى)

من الشائع جداً حصول الالتهابات الميكروبية في أذن الأطفال، وقد تتطور الالتهابات تلك لتصبح مُرّمة، أو تُحدِثُ نُقْباً بالأذن، وتستغرق - بالتالي - معاناة الطفل منها وقتاً طويلاً.

أسباب إصابة الطفل بالتهابات الأذن:

- وجود الطفل في محيط منزليّ به مدخنون.
- وجود تاريخ عائلي لحصول التهابات الأذن، وخاصة لدى الإخوة القريبين في السن.

- انتظام الطفل في الذهاب إلى دار الرعاية أو الروضة.
- كَوْنُ الطفل وُلِدَ في وقتٍ مُبَكَّرٍ؛ دون إتمام مدة الحمل.
- تَدَنِّي وزن الطفل عند الولادة.
- تكرار إصابة الطفل بنزلات البرد أو غيرها من الالتهابات الميكروبية.
- استخدام الطفل لضرورة الرضاعة عند ذهابه إلى النوم، واستخدامه المصاصة آنذاك.
- استسهاال الأم رضاعة طفلها وهو نائمٌ، وكَوْنُ المولود ذَكَرًا.
- وجود حالة من الحساسية، والاحتقان في الأنف.

الأعراض:

- أعراض الالتهاب الحاد:

- ١- ارتفاع درجة الحرارة.
- ٢- ألمٌ شديدٌ بالأذن المُصابة.
- ٣- إفرازٌ صديديٌّ من الأُذُنِ لأكثر من أسبوعين.

العلاج:

- وعادة يكون العلاج بالمنزل.

- ١- عند ارتفاع درجة الحرارة تؤخذ الكمادات اللازمة، والإسعافات الأولية اللازمة، وإذا استمر الارتفاع في درجة الحرارة فعليك التوجه لأقرب مستشفى.
- ٢- لابد من الاهتمام بحالة الطفل حتى لا يُصاب طفلك بالصمم.
- ٣- إعطاء الطفل سوائل بكثرة تساعد على خفض درجة حرارته، وغسل الأيدي من آن لآخر لتفادي نقل العدوى، ومنع الطفل من هَرَسِ الأذن المُصابة.
- ٤- تجفيف الأذن المُصابة من الإفرازات الصديدية بحذر.
- ٥- مع المهدئات والمخدر الموضعي والمضاد الحيوي الذي يقرُّه الطبيب، وأدوية الحرارة، استعمال قربة ماءٍ ساخن بدرجة حرارة ٤٦ درجة، ووضعها تحت الأذن المُصابة بعد لفّها.

طرق تجفيف الأذن من الإفرازات:

- ١- تلف قطعة من القماش الماصّ أو منديلٍ ورقيٍّ بطريقة حلزونية (برمها).

٢- توضع قطعة القماش (المُبرم) في أذن الطفل بحذر حتى تتشبع الإفرازات.

٣- يتم التخلص من القماش الملوّث بالإفرازات.

٤- تكرر هذه العملية ٣ مرات في اليوم على الأقل.

٥- يتم تخفيف الأذن من الإفرازات في فترة من أسبوع إلى أسبوعين.

إن عملية تخفيف الأذن تستهلك كثيرًا من الوقت، لكن يجب أن تعلم الأم أن هذه هي الطريقة الوحيدة والبديل الفعّال لتفادي المضاعفات، فيجب على الأم أن تتعلم طريقة التخفيف.

٦- العناية بالجلد حول الأذن المصابة في حالة نزول الإفرازات.

٧- الملاحظة الدقيقة للأعراض الدّالة على المضاعفات.

٨- يجب مراعاة تدفئة الغرفة للطفل، وخاصة الطفل الذي لم يبلغ سوى الشهرين من العمر؛ حيث إنه مُعرّض لفقدان الحرارة الداخلية للجسم بسهولة؛ لذا يجب تغطية جسم الطفل بما في ذلك اليدين والقدمان.

نصائح للأم

١- عدم استخدام الماء المثلّج في عمل الكمادات.

٢- عدم استخدام الخلّ و الكحول في عمل الكمادات.

٣- الإكثار من السوائل في حالة ارتفاع درجة الحرارة، وتخفيف الملابس.

النزلات الشعبية

تحدث نتيجة لالتهاب الغشاء المخاطي المبطّن للقصبة الهوائية والشعبية والشعبيات الهوائية؛ بسبب الإصابة بالكثير من الفيروسات والميكروبات، وغالبًا ما يحدث كأحد المضاعفات الناتجة عن نزلات البرد الشديدة أو أحد الأمراض المعدية؛ مثل: الحصبة، والسعال الديكي، والإنفلونزا.

الأعراض:

١- السعال أهم الأعراض المميّزة للكحة الجافّة، ثم تكوين هموضة بإفرازات.

- ٢- قد يكون هناك ارتفاع في درجة الحرارة، وقد تكون طبيعية.
- ٣- في الحالات الشديدة قد يحدث ضيق في التنفس كما تحدث زُرْقَةٌ، وخاصة في الرُّضْع، ويصبح التنفس سريعاً، وتُصبح الحالة سيئةً جداً.
- العلاج، ودور الأم:**

- ١- بعد الذهاب للطبيب وتشخيص الحالة، يجب على الأم راحة طفلها في الفراش.
- ٢- واستنشاق هواء نقي في غرفة جيدة التهوية، إن لم تكن الحالة تستدعي إعطاء الطفل الأكسجين في غرفة دافئة غير معرضة للتيارات الهوائية.
- ٣- وجبات خفيفة وسهلة الهضم، وسوائل بالقلم.
- ٤- سوائل دافئة، وملعقة عسل على الإفطار، وأخرى قبل النوم، ولكن تُعطى السوائل على فترات، إذا كانت مصحوبة بقيء.
- يُسمح أن ينام الطفل بالوضع الذي يريحه، وتوفير وسادات كافية لضمان راحته لتحرك الإفرازات؛ لأن سكونها يسبب شدة مخاطية بالشعب والممرات الهوائية مما يؤدي إلى انكماش جزء من الرئة.
- يُعطى الطفل الغذاء بكميات صغيرة، وعلى فتراتٍ مُتقاربة؛ حتى لا تمتلئ المعدة فتضغط على الحجاب الحاجز، فيتسبب في ضعف الطفل وشعوره بعدم الراحة والألم والصعوبة في التنفس.
- يُعطى الطفل العلاج والمُضادات الحيوية في موعدها المحدد، والعناية النفسية له أهم من العلاج.

التهاب الحلق واللوزتين

يتسبب هذا الالتهاب عن عددٍ كبيرٍ من الفيروسات والميكروبات، ومن الصعب التفريق بين هذه المسببات عن طريق الصور الإكلينيكية، التي تتشابه إلى حدٍ كبير في جميع الحالات.

أعراض المرض:

- ارتفاع في درجة الحرارة غالباً، صعوبة في البلع وألم في الحلق، ويشكو بعض الأطفال من ألم في البطن، وقيء، وتضخم العقد الليمفاوية بالرقبة، واحتقان اللوزتين (بالكشف طبعا).
- ويوجد صديد باللوزتين في صورة بشور، أو غشاء يغطيها كلها أو جزءاً منها، وشعور بالإرهاق والغثيان.

المضاعفات

- ١- التهاب بالأذن الوسطى والجيوب الأنفية.
- ٢- التهاب الرئوي، والنزلات الشعبية.
- ٣- مضاعفات تظهر بعد فترة؛ مثل: الحُمى الروماتيزمية، والتهاب الكلى الحاد.

دور الأم

- ١- بالطبع كل هذه الأعراض تكون واضحة للأم عند حدوث المرض، فلا بد من علاج ارتفاع درجة الحرارة المصحوبة بالمرض بالكدمات الفاترة.
- ٢- زيارة الطبيب لأخذ العلاج المناسب للطفل.
- ٣- إن تكررت إصابة الطفل بالتهاب اللوزتين أكثر من ٤ مرات في السنة، فينصح كثير من الأطباء باستئصال اللوزتين.
- ٤- عليك بالسوائل الساخنة وسهلة البلع، والمشروبات؛ مثل: (الينسون، والكرامية، والشربة الدافئة، والشاي، والتيليو).
- ٥- الراحة بالفرش، ولا تغادري طفلك، واحتضنيه؛ لأنه غالباً ما يكون في حاجة إليك.
- ٦- عمل غرغرة بمحلول ملح دافئ لتخفيف آلام الحلق.
- ٧- يجب أن يكون الطفل بمعزل عن أقرانه لعدم انتشار العدوى.
- ٨- إذا أهمل العلاج، وأصيب الطفل بهذا المرض لمرات متتالية فقد يتعرض الطفل للإصابة بالحُمى الروماتيزمية أو التهاب الكلى.

استهلال

التسنين... ومراحله

التسنين: حالة يمرُّ بها كلُّ طفلٍ، مثل المني والحبو، إلّا أنّها تختلفُ من طفلٍ لآخر. وسوف

تعلمين أعراض التسنين ومتى تقلق الأم؟

إن أولى أسنان الطفل تبدأ في البروز عند بلوغه سن ٥ أو ٦ أشهر، وتلاحظ الأم عندما يبدأ الطفل بعضّها فتجدُ بروزَ السنِّ الأولى، ومن الممكن أن تتأخّر ظهور الأسنان حتى عمر سنّة تقريباً، خصوصاً عند الأطفال الخُدَّع (ناقصي النمو)، ولكن لا يعني هذا أن هناك مُشكلة لدى الطفل.

أعراض التسنين

من الأعراض المصاحبة للتسنين:

- ١- زيادة إفراز اللعاب وسيلانه.
- ٢- إصابته بالإسهال ورغبته في مضغ الأشياء لحك منطقة اللثة، وتختلف حدتها من طفلٍ لآخر.

٣- ارتفاع بسيط في درجة الحرارة لا يتجاوز ٣٨ درجة.

أعراض مشابهة للتسنين

إن الأطفال قد يُصابون ببعض الأمراض، ومنها الالتهابات الفيروسية، والرشح والزكام وفيروسات الحلقي، التي تُشابه أعراض التسنين، لكنها تختلف في شدتها أمّا هذه الأخيرة غالباً ما تكون خفيفة، وإذا اختلط عليك الأمر فاذهبي إلى الطبيب.

ظهور الأسنان

يستمر ظهور الأسنان بصورة متواصلة من سنّ (٦ أشهر إلى سنتين)، وفي هذا الوقت من الممكن أن يمرّ الطفل بكثير من الأمراض التي تشابه أعراضها بالتسنين كالحُمى، والإسهال، القيء، والزلة المعوية، التي يصاب بها نتيجة وضع أغراض ملوثة في فمه، وتبدأ الأسنان السفلية أولاً في البروز.

فيتامينات مساعدة

إذا بلغ الطفل العام الأول دون ظهور أية سن، على الأمّ عرض طفليها على الطبيب لأنه من الممكن أن يعاني نقص فيتامين (ج) أو (د) أو من لين في العظام أو أنيميا، ومن الأخطاء الشائعة أن الأم تعتقد أن طفلها يحتاج إلى كالسيوم، فقد يؤدي كثرة الفيتامينات إلى تقلص في الكلى أو الأنسجة الدهنية أو الأمعاء كما أن فيتامين (ب) يؤثر في الجلد، ويتسبب في حدوث تقرّحات، فلا تعطي لطفلك أي فيتامين دون استشارة الطبيب.
وعليكي بالآتي:-

- ١- استخدمي مَصاصةً نظيفةً لطفلك.
- ٢- استشيرِي الطبيب قبل إعطائه خافضًا للحرارة أو أي فيتامين لتحديد الجرعة المناسبة حسب وزن الطفل.
- ٣- لا تستخدمي (جِلّ التسنين)، الذي يعمل على تخدير اللثة بإفراط؛ فاستخدامه المفرط يتسبب في شرقة للطفل أثناء الرضاعة.
- ٤- نوّعي غذاء طفلك.

تعليم الطفل العناية بأسنانه

المرحلة العمرية المثالية لتعليم طفلك العناية بأسنانه تبدأ من بزوغ أسنانه، أي ابتداءً من سنّ سنتين إلى ثلاث سنوات، وهي فترة نمو الأسنان، وخلال هذه الفترة يجب على الطفل مشاهدة والديه يستخدمان فرشاة الأسنان، ولتشجيعه يجب إحضار فرشاة صغيرة ومعجون خاص بالأطفال، حتى إذا ابتلع الطفل جزءً منه لا يضرّه، وبمجرد تقليد والديه فباستخدام أدوات التنظيف الخاصة بالأسنان، سوف تترسخ هذه العادة لديه ليأرسلها تلقائيًا، مثل غسل يده قبل الأكل وبعده، والاستحمام، وتغيير الملابس، وغيرها من العادات الأساسية.

رائحة الفم الكريهة عند الأطفال

رائحة الفم الكريهة مشكلةٌ صحيّةٌ تؤثر - اجتماعيًا - على من يعانيها، وإذا تعددت الأسباب المسؤولة عن حدوثها، والتي تشمل الأسنان، واللثة، والغذاء، والهضم، وبعض

الأمراض، وثمة حلول قصيرة وطويلة المدى لعلاجها، فإن كان التسوس من أسبابها هل يعاني الأطفال منها؟

في الحالات الطبيعية تُعتبر المعدة محمية من ارتداد الطعام في المريء، هناك من الأطعمة التي تؤثر على رائحة الفم كالبصل والثوم، وبعض أنواع الصلصات الدسمة، ولكنها لا تدوم طويلاً، وفي المقابل تؤثر حموضة المعدة في هذا الإطار وسوء الهضم، ويمكن علاجها بأدوية الحموضة.

ويأتي دور الأسنان وخصوصاً التسوس ويرافقه التهاب اللثة؛ فالالتهابات تولد رائحة كريهة في الفم؛ لأن الأسنان المجوفة تتحول إلى مخزن لفضلات الطعام، فتصاب بالفطريات الخاصة، وتؤدي إلى إنتاج روائح كريهة في داخله.

وتأتي أيضاً مشكلات الأنف والجيوب الأنفية، فالالتهابات تؤثر لوقت طويل على رائحة الفم، والضغط النفسي أيضاً يؤدي إلى الإصابة برائحة الفم وخصوصاً لدى الأشخاص الذين لا يعانون من أية مشكلة صحية في الهضم، أو الأنف، أو اللثة والأسنان. - ولكن من هو المسؤول عن رائحة الفم الكريهة؟

نحو ٩٠٪ من الحالات تكون عن طريق تراكم بكتيري في شقوق اللسان، علماً بأن هذه البكتيريا تشكل نوعاً من المواد التي تتطاير بشكل كبير في الفم، وتخرج في الهواء، ويُفسر وجود رائحة كريهة في الصباح: بأن إفراز اللعاب يكون قليلاً أثناء النوم مما يزيد من التراكم البكتيري داخل شقوق اللسان ويزداد معه التبخر البكتيري الذي تصدر عنه الرائحة المزعجة.

وفي الحالات العادية يلعب كوب الماء أو الفطور دوراً في القضاء على هذه الرائحة الكريهة، لكن تتفاقم بعض المشكلات عند بعض الأشخاص دون غيرهم لأن هناك أسباباً من بينها تسوس الأسنان واللثة، والمعالجة غير الدقيقة للأسنان مما يؤدي إلى تراكم بكتيري داخل أسنان المصاب، فلا بد من زيارة طبيب الأسنان للتأكد من ذلك، وتعرف الطرق الصحيحة لغسل الأسنان وكيفية العناية بالفم، وكذلك اللسان يسبب تراكم البكتيريا داخله، وننصح بتنظيف الأسنان عند كل وجبة طعام فضلاً عن استعمال خيط الحرير ليلاً لإزالة

التراكم الغذائي من بين الأسنان، وتحرير فرشاة الأسنان على الجزء الأعلى من اللسان فإن هذه العملية تخفف من وجود البكتيريا الموجودة، وهناك كثير من أنواع الفرش التي تحتوي على إضافات لتنظيف الأسنان، ومن الضروري المضمضة بسوائل خاصة ضد البكتيريا. وعليك بتناول العلكة الخاصة برائحة الفم؛ فهي من الحلول القصيرة فيمكن الاعتماد عليها لحين معرفة السبب المباشر.

- هل يعاني الأطفال من هذه المشكلة؟

من النادر إصابة الأطفال بهذه المشكلة، لكن عند الإصابة - وقد يتمتعون بصحة جيدة - فلا بد من زيارة اختصاصي في أمراض الأنف والأذن والحنجرة للتحقق من عدم وجود جسم غريب في منطقة الأنف، وعند اكتمال أسنان الأطفال لابد من تعويدهم على نظافة الفم، ولدى الرضع عادة مص الرضيع أصابعه أو جزءاً من القماش إلى الإصابة برائحة الفم الكريهة، وإن كان الطفل بصحة جيدة لابد من البحث عن الأسباب، كما يؤدي التنفس الدائم من الفم إلى رائحة الفم الكريهة، وإن كان أهم أسبابها عند الأطفال هي الأنف والحنجرة وحساسية الأنف.

العناية التمريضية لبعض حالات جلد الأطفال من التهابات

العناية التمريضية لحالات الجلد:

١- التهاب الجلد لدى الأطفال حديثي

الولادة.

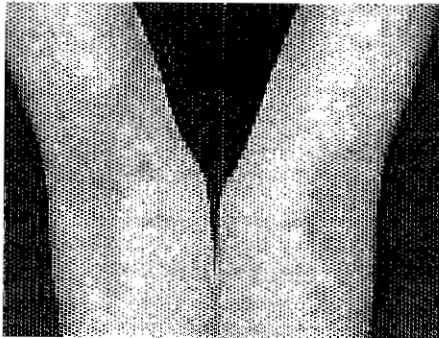
٢- حمو النيل.

٣- التينيا.

٤- التهاب الجلد حول مقعدة الطفل.

الأعراض والعلامات العامة للمشاكل الجلدية:

١- الهرش: ويكون بسيطاً أو بشدة حسب حالة المريض.



٢- ظهور بثور فوق سطح الجلد، تحتوي على سائل في بادئ الأمر كثيرًا ما يتحول هذا السائل إلى صديد يفتح تلك البثور من تلقاء نفسها، ثم تجف وتتحول إلى قشرة تقع أيضًا من تلقاء نفسها في بعض الحالات لا تترك أثرًا.

٣- التهاب واحمرار الجلد.

٤- سقوط الشعر مثلما يحدث في حالات تينيا فروة الرأس.

٥- حرقان الجلد.

٦- ارتفاع درجة الحرارة.

٧- اضطراب مزاج الطفل المصحوب بالعصبية.

٨- البكاء المستمر خاصة عند الأطفال الصغار.

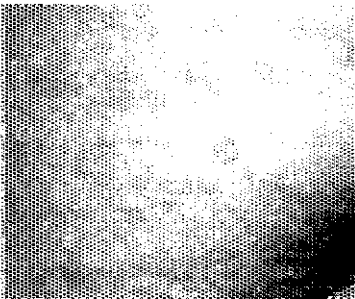
دور الأم في حالات الجلد لدى الأطفال:

■ التهاب الجلد لدى الأطفال حديثي الولادة.

١- عزل الطفل عن الأطفال لعدم انتشار العدوى.

٢- اتباع تعليمات الطبيب فيما يختص بوضع المراهم التي تحتوي على قاتل للبكتيريا المسببة للمرض.

٣- استخدام كمادات ساخنة مكان الإصابة بالمرض (درجة حرارتها مناسبة لتحمل الطفل).



التينيا Ringwormortinea

تينيا الرأس Tinea Capitis

١- تغيير تعليمات الطبيب فيما يختص بوضع المراهم

القاتلة للطفيل المسبب للمرض.

٢- تغطية الرأس بقطعة قماش أو استعمال الغطاء

الخاص بالرأس مع العناية بغسله وغليه يوميًا لتفادي

انتشار العدوى.

٣- أهمية العزل لحماية الآخرين، ولعدم انتشار العدوى.

- ٤ - النظافة العامة لرأس وجسم الطفل مع استعمال الغلي عند غسل الملابس وفرش السرير.
- ٥ - تقليم أظفار الطفل.

تينيا ثانيا الجلد Tinea Corporis

- ١ - استعمال المراهم القاتلة للطفيل المُسبِّب.
- ٢ - كمادات برمنجانات البوتاسيوم على الأماكن المتورمة والمصابة.
- ٣ - تقليم أظفار الطفل ومنعه من الهرش.
- ٤ - تعقيم الملابس، وفرش السرير بالغلي والتعريض للشمس.

تينيا القدم Tinea pedis

- ١ - يُنصح الأطفال بلبس الأحذية الخاصة بهم، وعدم تبادل أحذية الغير.
- ٢ - عدم لبس الأحذية لمدة طويلة.
- ٣ - لبس الجوارب النظيفة، وتهوية الحذاء.
- ٤ - التأكد من نظافة حمام السباحة وحجرات الألعاب لتفادي الإصابة بالأمراض الجلدية.
- ٥ - الرعاية التمريضية الروتينية، مع اتباع قواعد النظافة.
- ٦ - عمل حمام يومي للطفل، باستعمال "السافلون" أو مستحضر آخر مُطهر لمنع انتشار العدوى ولراحة الطفل.
- ٧ - تغيير وضع الطفل من آن لآخر، خاصة الجو الحار؛ لإعطاء فرصة لجلد الرأس حتى يتعرض للهواء من جميع الجهات.
- ٨ - إعطاء السوائل بكميات كافية.
- ٩ - الغذاء الغني بالفيتامينات والبروتينات مع قلة كمية المواد الكربوهيدراتية.
- ١٠ - منع الطفل من حك الجلد، وذلك بتغيير حركة يده.

حمى النيل



- ١- النظافة العامة يوميًا بأخذ حمامٍ دافئٍ وصابون جيد النوع، مع الشطف الجيّد والتخفيف.
- ٢- لا يُترك الطفل في مكان حار، ويتجنب الإكثار من الملابس والأغطية في الجو الحار لتفادي حدوث العرق.

٣- يسأسأ جسم الطفل بالكالامينا لتلطيف حدّة الرغبة في الهرش.

٤- حتّ الطفل إذا كان سنّه يسمح بالفهم على عدم الهرش، أما إذا كان صغيرًا فنغير حركة يده.

٥- العناية بملابسه وفُرُش السرير.

٦- تجديد هواء الحجرة باستمرار.

٧- اتباع تعليمات الطبيب.

٨- عدم وضع المراهم جُزأفًا.

الالتهابات حول مقعدة الطفل

وهو التهابٌ ناتجٌ عن البول والبراز من الطفل في حالة الإسهال مثلاً أو ارتداء الحفاضة

لمدّة طويلة.

يُعالج كالآتي:

١- النّظافة التّامة للمنطقة بأكملها، مع إبقاء الطفل جافاً ونظيفاً طوال الوقت.

٢- وضع الطفل على بطنه فوق السرير، وترك المنطقة عارية؛ لتتعرض للهواء أو أشعة الشمس إن أمكن.

٣- وضع الكريمات المرطبة حسب تعليمات الطبيب.

- ٤- تعقيم لفائف الطفل وتعرضها لأشعة الشمس، وكيها حتى لا تعود له مرة أخرى.
- ٥- عدم إلباس الطفل أي ملابس بها خيوط النايلون أو ألياف صناعية.
- ٦- عدم استعمال صابون به صودا كاوية، ويُستحسن استعمال صابون عاديّ.