

الفصل السادس

الإعاقة العقلية

تعريف ملاك جرجس للأعاقة العقلية

الإعاقة العقلية أو الضعف العقلي أو القصور العقلي، كلها من وجهة نظره بمعنى واحد: هي حالة نقص أو تأخر أو عدم اكتمال النمو أو النضج العقلي المعرفي، مما يؤدي إلى نقص في ذكاء الفرد بدرجة لا تسمح له بحياة مستقلة أو حماية نفسه ضد مخاطر الحياة إلا أن الفرد المعوق عقلياً قد يفكر كما يفكر غيره، وقد يفهم كما يفهم الآخرون ولكن على مستوى أقل وبسرعة أبطأ وهناك أمور يصعب عليه التفكير فيها أو فهمها.

تعريف الطفل ذو الإعاقة العقلية

يعرف الطفل ذو الإعاقة العقلية بأنه: أقل قدرة على الفهم وعلى التفكير من الأطفال العاديين وأقل إدراكاً وأقل استعداداً للتعلم كما أن قدرته على التذكر وعلى التركيز محدودة.

التخلف العقلي

هو الضعف العقلي وهو عكس التقدم العقلي أي الذكاء بمعناه العام أي أنه صورة من صور النمو العقلي أياً كان هذا النمو ضعيفاً أو متدنياً^(١).

اكتشاف التخلف العقلي

يمكن للأسرة أن تكتشف بوادر التخلف العقلي عند طفلها بالملاحظات الآتية :

- ١ - نقص الوزن بالنسبة للطول.
- ٢ - عدم انسجام أعضاء الجسم في عملها.

(١) شاهين رسلان سيكولوجية الإعاقات العقلية والحسية مكتبة الانجلو المصرية ٢٠٠٩ القاهرة.

- ٣- عدم انتظام الرضاعة أو عدم استكمالها.
- ٤- عدم انتظام حالات النوم واليقظة.
- ٥- النظرة النهائية غير المحدودة إلى الأشياء.
- ٦- شدة الانفعال بدون سبب وعدم التوقف عند الإنسحاب.
- ٧- عدم إطراد النمو الجسمي بشكل واضح على نحو ما يظهر في الأطفال العاديين.
- ٨- بطء النمو في المهارات الحركية وعدم تناسقها.
- ٩- تأخر المشي والكلام والابتسام وردود الافعال الطبيعية.
- ١٠- خلو الانفعالات لديه من التطور حسب حاجته إذ تكون دائماً في صورة بدائية.
- ١١- عدم قدراته على إدراك علاقات المحيطين به ولا التمييز بين جسمه وملابسه^(١).

أسباب التخلف العقلي

- ١- سوء تغذية الأم أثناء الحمل.
 - ٢- سوء تغذية الطفل.
 - ٣- نقص الأوكسجين.
 - ٤- نقص اليود:
- يؤدى نقص اليود إلى مضاعفات خطيرة وليس فقط تضخم الغدة الدرقية، بل اختلال في وظائف المخ في الجنين مما يؤدى إلى التخلف العقلي والتشوهات الخلقية وولادة طفل ميت، أو ناقص النمو ويؤدى نقص اليود إلى ارتفاع نسبة الوفيات بالنسبة للرضع والأطفال الذين هم في سن ما قبل المدرسة.

(١) عبد المجيد عبد الرحيم. تنمية الأطفال المعاقين. مرجع سابق.

علامات نقص هرمون الغدة الدرقية:

التبльд، الخمول، الميل للنوم

وفى الأطفال تخلف النمو الجسمانى والذهنى بدرجاته المختلفة

أسباب نقص اليود:

يوجد اليود فى التربة والماء وتوجد مناطق كثيرة فى العالم فقيرة فى اليود وخاصة المناطق الجبلية البعيدة عن البحر وبالتالى تكون الأغذية المنتجة محلياً فقيرة فى اليود، سواء كانت أغذية محاصيل زراعية أو حيوانية ويختلف نقص اليود عن النقص فى المغذيات الأخرى فى أنه لا يمكن التغلب عليه عن طريق تناول أغذية أخرى من البيئة لأن التربة غنية بعنصر اليود. وتكون الحاصلات الزراعية والفواكه والخضروات والأغذية الحيوانية ومنتجاتها اللحوم والدواجن مصادر غذائية جيدة ويوجد اليود بنسبة كبيرة فى مياه البحر والمحيطات، وبالتالى تزيد النسبة فى الأسماك المستخرجة منها كما يوجد بنسبة عالية فى الطحالب والأعشاب البحرية^(١).

مشكلات ومقومات قد تسبب فى الضعف العقلى:

هناك بعض العوامل والمشكلات التى قد تسبب الضعف العقلى وتنقسم إلى:

١- أمراض.

٢- مشكلات نفسية واجتماعية.

٣- مسببات غذائية وتشمل هذه المسببات نقص الفيتامينات.

مثال ذلك نقص الفيتامين يؤدى إلى حدوث مرض الكساح لدى الأطفال، وانخفاض نسبة الكالسيوم فى أجسادهم مما يؤدى إلى عرقلة نمو هيكلهم العظمى، وفى حالات الكساح الحاد فإن الاضطرابات لا تقتصر على تشوه العظام فقط وإنما يتعداه إلى وقف نمو الطفل إجمالاً.

(١) عبد المحى محمود حسن صلاح. متحدوا الإعاقة من منظور الخدمة الاجتماعية دار المعرفة الجامعية ٢٠٠٦.

الطرق الغذائية السليمة للتعامل مع الطفل المعوق ذهنياً :

العناية بالتغذية السليمة والمفيدة والمتكاملة

ويكون ذلك بتقديم وجبات كاملة للأطفال ووجبات خفيفة ما بين الوجبات لأن هؤلاء الأطفال غير الأسوياء لا يجلسون للمائدة حتى يشبعوا، بل لا يأخذون كفايتهم من الطعام في كل وجبة ولذلك لابد من مساعدتهم بوجبات خفيفة ومغذية بين الوجبات الرئيسية، ولابد من وجبة مطهوه تحتوى على الخضار، الأرز، اللحم في الغذاء، ووجبة خفيفة صباحاً تحتوى على اللبن والبيض مع البسكويت، ويجب أن تكون الوجبات حاملة لأهم مكونات الغذاء الكامل ما بين البروتينات والكربوهيدرات والفيتامينات والحديد والأملاح.

نشر الثقافة الصحية والغذائية لدى الطفل المعوق واهله

وذلك حتى يهتموا بالتكامل الغذائي لابنهم المعوق وحتى يهتموا بالإشراف الطبى الدقيق الدائم على ابنهم فالمتابعة الصحية والغذائية ضرورية جداً ولا يمكن تجاهلها^(١).

التغذية والتخلف العقلى

عند اكتساب الطفل المتخلف عقلياً مهارات الأكل لابد من اتباع الآتى :

- ١ - ضبط ميعاد تناول الوجبات (الإفطار - الغذاء - العشاء).
- ٢ - تعيين الكمية اللازمة والملائمة لحالة وصحة الطفل ووزنه وعمره الزمنى، وكذلك حالة الجو برد - حر.
- ٣ - وعند تقديم وجبات الطعام لابد من مراعاة:
 - تقديم الأكل فى أدوات خاصة بالطفل فمثلاً طبق ملون جميل لونه محبباً للطفل مرسوماً فيه عصفورة أو وردة مثلاً وأن يكون من البلاستيك حتى لا يتعرض للكسر من جانب الطفل مما يعرضه للإصابة.

(١) اسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي فن التعامل مع ذوى الاحتياجات الخاصة. دن. دث.

- تدريب الطفل على حمل أطباق الطعام بيديه وتدريبه على إستعمال يديه الاثنين، وكذلك يجب تخصيص ملعقة خاصة للطفل وأن يتم تدريب الطفل على إستعمالها بمفرده، وأن يحمل الأطباق ويضعها فى الحوض بعد انتهائه من الأكل.

١- مراعاة ميعاد الوجبة: أى اختيار الوقت الملائم والمناسب للأكل، فلا يكون أثناء لعب الطفل مثلاً أو مشاهدته للتلفزيون، لأن هذا سوف يجعله لا يركز فى عملية تعلم مهارات الأكل مع التنبيه دائماً على الطفل للانتباه إلى عدم بعثرة الطعام من الطبق أو أن يقذف بالطبق أو بالملعقة بعيداً وأن يتم تخصيص مكان معين لتناول الطعام.

٢- مراعاة التوازن فى نوعية الأغذية: أى أن تكون نوعية الأكل غير متشابهة، فلا تكون نشويات كلها أو بروتينات كلها، بل يجب أن تشمل على كل العناصر الغذائية المهمة لنمو الجسم.

كذلك يجب تحديد كمية الطعام التى يتناولها الطفل والتى تناسب سنه والمجهود الذى يقوم به، ودرجة حرارة الجو فلا تتركه يأكل ما يشاء وفى أى وقت.

٣- لابد من تعويد الطفل على طريقة تنظيف أسنانه حيث إن الاهتمام بأسنان الطفل أمر ضرورى وحيوى، وأن نقوم بتزويد الفرشاة بمسكه إذا كان الطفل لا يستطيع الإمساك بها بسهولة، كذلك لابد من تعويد الطفل على شطف الفم جيداً بعد الانتهاء من غسيل الأسنان بالفرشاة^(١).

الصرع Epilepsy:

مصطلح الصرع مشتق من كلمة يونانية تعرف بالنوبة وهو أحد الأمراض العقلية التى تصيب بعض الناس فى مراحل العمر المختلفة، وخاصة فى مرحلتى الطفولة والصبى.

(١) الإعاقة العقلية بين الأهمال والتوجيه. دار قباء للطباعة والنشر ٢٠٠١ القاهرة ص ١٣٨ ١٣٩.

وهو اضطراب متكرر الوقوع في النشاط الكهربى الكيمائى للمخ، والذى ينعكس ويظهر فى شكل تشنج عضلى وفقدان الوعى لفترات زمنية متفاوتة.

التغذية فى حالة الصرع:

يجب على الأم توفير الراحة للطفل بعد كل نوبة صرع، وإعطائه عدد ثلاث وجبات رئيسية بجانب التصبيرات، مثل كوب عصير أو لبن أو خضر أو فواكه مع محاولة غرس العادات السليمة مبكراً أو مراقبته وتشجيعه بشكل منتظم مع إعطائه الدواء بشكل منتظم ومواعيد منتظمة والإهتمام بالرياضة كالمشى أو اللعب والإهتمام بالنواحي النفسية مع الغذاء والرياضة وفى حالة عدم السيطرة عليه يعطى الوجبة الكيتونية وتحتوى على دهون ٣: ١ كربوهيدرات (نشويات وسكريات). ونوعية الدهون المستخدمة من الجليسيريدات الثلاثية متوسطة السلسلة لأنها تمتص سريعاً فى الجسم والبروتين يعطى بمقدار ١٠، ١٢ جرام لكل كيلوجرام من وزن الجسم مع الإهتمام بالتصبيرات والتدعيم بالفيتامينات. ويمكن استمرار هذه الوجبة ثلاثة شهور حتى يهدأ الطفل ونبدأ بالإقلال من الدهون وزيادة الكربوهيدرات تدريجياً، حتى نصل إلى الطاقة المطلوبة ويستدل على ذلك بمتابعة التحليل الدورى للبول.

وفى حالات تعدد الاضطرابات العصبية حيث تتأثر الأعصاب الطرفية، ويحدث فقد فى الذاكرة وضعف متكامل وفقد شهية وإمساك وآلام شديدة فى البطن وانزعاج النوم وشلل، وقد يتردد الشعور بين الحار والبارد. والعلاج فى هذه الحالة تقديم وجبات متوازنة غذائياً مع التدعيم بالفيتامينات خاصة ب ١.

كيفية التصرف فى بعض حالات التخلف الناتج عن عيوب فى التمثيل الغذائى:

- الجلاكتوسيميا Galactosemia: وتحدث نتيجة نقص إنزيم اللاكتوز الذى يهضم سكر اللاكتوز فى اللبن ومنتجاته، إلى جلو كوز وجالاكتوز يولد أطفال ليس لديهم هذا الإنزيم وتظهر عليهم علامات سوء التغذية والقيء واضطراب الكبد

وتدهور القدرة الذهنية وقد يموت إذا لم يعالج مبكراً، ينصح بإعطائه أغذية خالية من اللبن ومنتجاته.

- الفينيل كيتونيوريا PKu: ويولد هؤلاء الأطفال ولديهم سوء تمثيل الحمض الأميني الفينيل الأنين عن طريق إنزيم الهيدروكسيليز فلا يوجد هذا الإنزيم. ويزيد هذا الحمض الأميني وله آثار سامة على خلايا المخ ويؤدي لموت الخلايا العصبية. هذا الحمض يوجد في الألبان ويمكن منعها ومنتجاتها أيضاً، وإعطاء الطفل مركبات خالية تباع لأجل هذه الحالات خالية من الحمض المذكور - حتى ينخفض مستواه في محتوى الدم فيتحسن الأداء وتقل الإكزيما، ويزيد مستوى الذكاء وفترة اليقظة الانتباه والانتهااء من بعض المشاكل السلوكية خلال ٤٨ - ٧٢ ساعة بعد الوجبة.