

البَابُ الثَّانِي

التَّربِيَةُ الجِسْمِيَّة

شروط النمو الجسماني الصحيح . الغذاء الصالح
للطفل . ضرورة الهواء النقي والرياضة للنمو .

شروط النمو الجثمانى الصحيح

علاقة الطفل بأمه وتأثير ذلك فى صحته

ان علاقة الجنين بأمه دقيقة معقدة لا نستطيع مهما حاولنا أن ندرك مداها ، أو نعرف كنهها على وجه التمام ، لأنها أدق كثيرا مما نتصور . غير أن ما قد يظهر على الطفل أحيانا من شذوذ جثمانى ، وما يلحقه من أمراض ، أو على العكس من ذلك ، إذا كان قوى البنية سليم الجسم ، يساعدنا على تفهم هذه العلاقة الى حد معين ، ويحملنا على اعتبار الأم قلبا انسانيا يصب فيه الجنين عجيبة ليئة فيتشكل الى حد محدود . ويتعين لنا من ذلك أن نوع الحياة التى تحياها الأم ، وكل ما تقوم به من مختلف الأعمال ، له كبير الأثر فى تكوين جنينها . فلا غرابة إذن أن تكون هى المسؤولة وحدها أمام الله والهيئة الاجتماعية عن هذه الوديعة التى منحها الله اياها .

من أجل هذا يجب عليها أن تتحمل هذه المسؤولية بصبر وجلد ، وأن تؤدى واجباتها المقدسة نحوها . ولتكن على ثقة من أن تربية الطفل تبدأ فعلا قبل الوضع ، فعليها إذن أن تقوم بكل ما تستلزمه هذه التربية من العناية التامة بنفسها فى النواحي الآتية : —

١ — الناحية الصحية

والمقصود بذلك أن تكون صحيحة الجسم سليمة من الأمراض ، وأن تريح جسمها فتعطيه حقه من النوم والسكون ، وأن تدخر قواها فلا تقوم بأعمال مضنية ، أو حركات مجهدة . وأن تتجنب ما يسبب تعبها كالسفر الشاق ، والرحلات الطويلة ونحوها . غير أنه لا ينبغى مطلقا أن تركز إلى

البطالة والحمول والكسل ، لأن هذه قد تُنتج أمراضا عصبية ، زيادة على أنها تفسح المجال للأوهام والخيالات التي قد تؤثر في الجنين تأثيرا سيئا . بل يجب عليها ممارسة الرياضة البسيطة ، كالتنزه والمشى والقيام بعمل تمرينات سهلة لا تستلزم مجهودا كبيرا ، والتسلي بأنواع التسلية البريئة ، كأشغال الأبرة أو مزاوله بعض الفنون الجميلة ان استطاعت ، أو غير ذلك مما تقطع به وقتها في النافع المجدى ، ونعود فنكرر ضرورة تجنب كل ما ينهك قواها ، ويؤثر على أعصابها تأثيرا سيئا قد يسبب ضررا في تكوين جنينها .

هذا ويجب عليها العناية التامة بغذائها بمعنى أن يكون بسيطا ومضمون الفائدة ، وأن تتخذ كل ما من شأنه أن يجعل جهازها الهضمي يسير بانتظام تام ، خشية الاضطرابات والأمراض .

ويجب أن تكون معيشة الأم هادئة بعيدة عن الضوضاء والجلبة لأن هذا مما يحمل النفس على الاستقرار والهدوء . فاذا أضفنا إلى ذلك التمتع بالهواء النقي والشمس الساطعة ، فإنها تجنى صحة جيدة ونفسا هادئة مستقرة ، وهذا أول ما ننشده ونأمل أن تتمتع به كل حامل .

ولا يفوتنا التنويه بما تفعله بعض الأمهات تلبية لدواعي الزى الحديث مما قد يكون له أثر ظاهر في تكوين الجنين . فالملابس الضيقة تحدث ضغطا على البطن ، ومن ثمَّ على الجنين ، فيحول دون نموه الطبيعي . ولهذا يجب تجنب هذه الأنواع من الملابس التي تضر بالجنين ، وتجلب المصاعب عند وضعه .

هذا ومن مستلزمات الصحة الجيدة ، دوام المحافظة على النظافة التامة سواء أكان ذلك في المنزل أم في الجسم أم في الملابس . والأم في حاجة كبيرة إلى الاهتمام بذلك .

٢ — الناحية العقلية

ليس من شك في وجود تلك العلاقة المتينة بين الأم وجنينها وليست

هذه العلاقة قاصرة على علاقة الجسم بالجسم أو الدم بالدم فحسب ، بل هي تتعدى هذا إلى العقل والأخلاق . فسكون الأم وهدوؤها واستقرار حالها وراحة فكرها وإحاطتها بجو من السرور والفرح ، يريح أعصابها ومن ثم عقلها . أما الانفعالات والأوهام والخيالات الممقوتة وكثرة التفكير ونحو ذلك ، فإن أثرها السيء في أعصاب الأم ينتقل إلى الجنين البريء ، ويؤثر في أعصابه ، ويسبب له الاضطرابات العقلية .

فعلينا إذن أن نتجنب كل ما يجهد فكرها . وأن تدع التفكير والقلق والسهر ، وأن تتسلى بشتى الطرق المسلية ، كالمطالعة السهلة البسيطة ، وممارسة الأعمال اليدوية المفيدة ، إذ أن هذا لا يريحها فقط ، بل يؤثر تأثيرا حسنا في تكوين عقل الطفل الذي تنتظره .

٣ — الناحية النفسية

عرفنا أن علاقة الأم بجنينها واسعة النطاق . وقد سبق القول أنها تشمل الناحيتين الصحية والعقلية . ونريد الآن أن نقول أنها تشمل الناحية النفسية كذلك . فإخلاق الطفل متعلقة بانفعالات أمه ، ولذلك كان واجبا عليها الاحتراس مما يشير فيها شديد الانفعالات ، فتجنب كل ما يخيف ويرعب ، لأن ذلك ينشئه مضطربا يذعر لأقل مفاجأة ، كما يجب أن تبتعد عن النظر إلى الأشياء المرعبة ، وعن رؤية الحوادث المفجعة ، والكوارث المؤلمة ، لأن ذلك يجعل من جنينها طفلا سريع التأثر ضعيف الإرادة .

وليست الوقائع وحدها هي التي تؤثر في النفس فتبهج الأعصاب ، بل إن لقراءة القصص المملوءة بالحوادث كالقتل أو الانتحار أو الروايات البوليسية ، تأثيرا سيئا جدا في تهيج انفعالات الأم ، وكذلك سماع الأخبار المحزنة ، له أثر كبير في استيلاء السكدر والألم عليها ، ولذلك كان عليها أولا ،

وعلى من يحيطون بها ثانياً ، الترفيه عن نفسها بقدر ما يمكن ، وعدم إثارة غضبها أو تكديرها حتى تكون دائماً مسرورة هادئة .

ومما يزيد في سرورها احاطتها بالصور والتحف الجميلة التي تبعث في نفسها شعور الارتياح والاطمئنان ، ومشاربتها على التنزه والتفريح عن نفسها بشتى الوسائل الممكنة .

فإذا راعت الأم كل ما تقدم ، وقامت بكل شيء على الوجه الأكمل ، كانت الأيام كفيلة باظهار نتيجة حسنة موفقة في تكوين وليدها .

ولنوجه نظرنا إلى الوليد وإلى واجب أمه نحوه ، ذلك الواجب الذى فرضته عليها الطبيعة ، وهو العناية بأمر تربيته تربية صحيحة تضمن له صحة جسمه وعقله ، وتبهيء له حياة طيبة ، وعيشة راضية في مستقبله .

الحقيقة ، إن دائرة عمل الأم قد اتسعت واتقلت من العناية بطفلها عناية غير مباشرة فى أثناء حملها ، إلى العناية والاهتمام المباشر بعد وضعه . فقد كانت من قبل تغنى بنفسها لتحفظ صحتها وصحة جنينها فى الوقت نفسه . أما الآن فقد أصبح طفلها وحده يحتاج إلى عناية مستقلة زيادة على موالاة العناية بنفسها ، ومراعاة غذائها وراحته الجسمية والعقلية ، وإتقاء أسباب الأمراض التى تهدد حياتها فى ذلك الطور ، وتؤثر فى صحة وليدها الذى هو تابع لها فى غذائه .

هذا ومعظم وفيات الأطفال ناشئ عن جهل الأمهات بالتربية الحقة ، مع أن هذه التربية فى الشهرين الأولين ما هى إلا تمهيد لاطراد نمو الطفل نمواً طبيعياً بحيث يأخذ مجراه الصحيح فى خلال هذين الشهرين ، مع المحافظة على الطفل من المؤثرات الخارجية التى قد تسيء إلى أعصابه وحواسه .

فكلنا يعلم أن العوامل الضرورية لنمو الطفل ونشاطه وحفظ كيانه هى الشمس والهواء النقي . والطفل بطبيعة الحال أشد تأثراً بتقلبات الجو من

الكبار . ولذلك يجب أن تكون حجرة مستوفية للشروط الصحية إلى أكبر حد مستطاع . فالنوافذ ينبغي أن تكون كافية لدخول الشمس والهواء حتى يتمتع بأكثر قسط منهما ، وأن تكون نظيفة على الدوام . ومما يساعد على ذلك قلة أثاثها فنجعله يشمل فقط ما هو ضرورى ونافع للطفل .

والنوم حياة الطفل وكيانه ولا سيما فى حداته سنة . فهو ينام كثيرا ولا يستيقظ فى حالته الطبيعية إلا عندما يشعر بالجوع . ولكن من الأطفال من يسترسى فى النوم إلى حد غير عادى ، وإذا كان يحذر بالأم أن تبادر بعرضه على الطبيب ، ليجت عما قد يكون به من العلة التى تسبب ذلك النوم الطويل . ومن الأطفال من يكثّر البكاء فيمنعه ذلك عن التمتع بالنوم الذى هو فى أشد الحاجة إليه كما قدمنا ، وهنا يجب أن تتحرى أسباب ذلك وأن تعمل على إزالتها .

والطفل ينام نحو ٢٠ ساعة فى الشهور الأولى . وتقل هذه المدة شيئا فشيئا كلما كبر ففى من ٤ — ٨ سنة تكون ١٢ ساعة تقريبا . ومن ٨ — ١١ تنقص إلى ١١ ساعة تقريبا ، وهكذا . ويجب أن يتمتع الطفل بالمدة اللازمة له من النوم حتى يتكون جسمه تكويننا صحيحا ، وينمو نموا مطردا وتهدأ أعصابه ، ويقوى على مقاومة الأمراض . وعلى الأم أن تعود طفلها النوم فى أوقات معينة ، لما لذلك من الأثر الفعال فى مستقبل حياته .

ويجب ألا ننسى أن جسم الطفل رقيق سريع التأثر ، يحتاج إلى عناية مستمرة بنظافته أولا فأول ، لأن تراكم القاذورات عليه ولا سيما عند الثنيات ، يؤلمه ألما شديدا ، وينتهى غالبا بإصابة الجسم أو تسليخ الجلد . فإذا تراكم العنصر فى عينيه مثلا ، سبب التهابا قد يؤدى إذا أهمل ، إلى إصابة العين نفسها ، ويترتب على ذلك ضعف البصر أو فقدانه . وكذلك الأذن فإن

تراكم مادة الصملاخ بها ، قد يؤدي الى صمم و قى يزول بازالتها ، وقد يؤدي الى نتائج أكبر خطرا .

أما الفم ، فتجب العناية بنظافته لأنه طريق الطعام إلى المعدة . ولما كان الطفل لا يقوى على « المضمضة » بنفسه . كان واجب الأم أن تنظف له فمه قبل الرضاعة وبعدها ، حتى إذا ما أصبح قادرا على تنظيف فمه بنفسه ، أحضرت له فرجونا جيدة النوع ، وعودته تنظيف فمه وأسنانه صباحا ومساء مع المراقبة والارشاد .

هذا ويجب تعويد الطفل العادات الصحية الحسنة ، كغسل اليدين قبل الأكل وبعده ، وعدم وضع الأشياء في الفم ، وما إلى ذلك .

والأنف طريق الهواء إلى الرئتين ؛ فيجب أن يكون خاليا من الأقدار التي قد تسده ، فيضطر الطفل إلى التنفس من الفم وهي عادة خطيرة . ولذلك يجب أن نعمل دائما على نظافة الأنف وإزالة ما يتراكم به أولا فأول ، حتى يصل الهواء إلى الرئتين نظيفا نقيا .

أما باقى أجزاء الجسم ، فيجب غسلها من حين لآخر مع الاهتمام بالشايات كتهت الأبط ، وبين الفخذين وأسفل الرقبة ، وكذا فتحات الإخراج ، لأنها طالما تتلوث ببول الطفل أو برازه ، وكلاهما إذا ترك سبب التهاب الجلد . لذلك نجب مراعاة النظافة التامة فيها ، ومسحها بأحد المساحيق الجيدة النوع .

وإذا ما ترعرع الطفل وجب على الأم تعويده النظافة وإرشاده إلى اتباع القواعد الصحية بنفسه ، ومراقبته مراقبة دقيقة حتى يصبح ذلك عادة فيه .

ملابس الطفل

يجب قبل كل شيء ألا ننسى أن الملابس بنوعها ، لا بكثرتها . لأن الكثرة الزائدة تضايق الطفل ، وتعوق نموه الطبيعي ، وتعرقل عملية التنفس وغيرها

من الوظائف العضوية الضرورية . وكلما كانت الملابس بسيطة ملائمة للجو ، تحقق الغرض المقصود منها ، وهو المحافظة على الطفل لا الاضرار به . ونحن في جو دافئ كجو مصر لا يحق بنا الخوف على الأطفال منه . حقيقة أن الطفل يولد ضعيفا سريع التأثر ، ولكن هذا ليس معناه أن نبالغ في التحفظ إلى الحد الذي يصل إليه بعض الناس . ونحن الآن في عصر يجب أن نقلع فيه عن العادات القديمة الضارة . فلا داعي إذن لتقييد الطفل ، وحصر جسمه في مختلف اللقائف ، وتقييد أطرافه ، فليس في ذلك أدنى فائدة بل فيه ضرر شديد ، لأن هذه الأشياء تضغط على جسمه اللين ، ومن ثم على أجهزته الصغيرة الضعيفة فتضعف حركتها ، وتعوق نموها ، فيبدو الطفل ساكنا مكتوفا محروما مما يتمتع به الأطفال السعداء من حرية وسعة وخفة في الحركة . والواجب بطبيعة الحال أن تتطور الملابس بتطور نمو الطفل ، كما يجب أن يكون ما يلاصق الجسم منها ناعما . أما المعاطف والأغطية الخارجية : فيجب ألا تستعمل الا اذا استدعى الجو ذلك . وعلى الأم الاعتدال في إنتقائها .

تغذية الطفل

لا يخفى على أحد ما لرضاعة الأم من المزايا العديدة . فكنا نعرف ذلك الغذاء الطبيعي الذي أعده الله لهذا الوليد الضعيف . وحسبنا أن جميع الأمهات يرتحن إلى إرضاع أطفالهن . أما اذا عجزت احداهن عن اداء مهمتها لسبب من الأسباب ، فانها تلجأ إلى مرضع تقوم مكانها بذلك ، أو تعتمد إلى تغذيته بالالبان المختلفة .

ولبن الأم هو أوفق غذاء للطفل من يوم ولادته إلى وقت فطامه . ولا غرابة ، فتركيبه يتدرج مع نمو الطفل شيئا فشيئا ، وفوق هذا فهو خال

من الجراثيم التي قد يحتويها ألبان الحيوانات . وهو سهل الهضم زيادة .
على أنه يحتوي على جميع العناصر اللازمة لتكوين جسم الطفل . وفضلا
عن ذلك فإنه يصل مباشرة الى فم الطفل نظيفا في درجة حرارة ملائمة .
وفي الحالة التي تلجأ الأم فيها إلى مريض وليلدها ، يجب أن تحرص أشد
الحرص على انتقاها سليمة من العلل والأمراض ، وأن تعني بغذائها وراحتها
ونزهرتها عناية خاصة ، لأن صحة الطفل مرتبطة بصحتها .

أما مواعيد الارضاع ، فيجب أن تسير على نظام خاص ، لنأمن على
الطفل من سوء الهضم والاضطرابات المعدية أو المعوية التي تنتج من إرضاع
الطفل في مواعيد غير منتظمة ، أو لمجرد إسكاته عند البكاء . والواجب دائما
تحديد عدد الرضعات والفترات التي بينها ، مراعين في ذلك سن الطفل وحالته
الصحية من الضعف أو القوة ، وحالة لبن الأم أو الممرض من الكثرة أو
القلة ، ومن الكثافة أو الخفة ، وقدرة الطفل على الامتصاص وسرعته في
الهضم . ومادام الطفل يتمتع بالنشاط ويبدو عليه السرور ، ويرتاح في النوم
والاستيقاظ ، وما دام ممتلئ الجسم نضير اللون ، كان لنا أن نطمئن إلى صحة
النظام المتبع في إرضاعه ، وكفاية الرضاعة لجسمه ، وموافقها لسنه وحالته .
وعند ما تفكر الأم في فطام طفلها بعد ما يقل لبنها ويتغير في حوالى
الشهر الثامن تقريبا ، فالواجب الاستعاضة عن بعض الرضعات بأكلات
صناعية يتوفر بها سهولة الهضم واشتمالها على المواد اللازمة للنمو ، وأن
تكون ملائمة لسن الطفل وحالته الصحية ونوع الجو أيضا .

وعلى الأم إذا ما كبر طفلها أن تعود له آداب المائدة ونظام الأكل ، وغير
ذلك من مختلف العادات الصحية ، كتنظافة الفم والأسنان ، وغسل اليدين
قبل الأكل وبعده ، والمحافظة على مواعيد الغذاء ، ويمكن للأم أن تبدأ بغرس
هذه العادات من السنة الثانية من حياة الطفل .

اضطراب نمو الطفل بسبب سوء التغذية

ذكرنا فيما تقدم أن هناك وسيلة أخرى لإرضاع الطفل من غير ثدى أمه ، تلك هي إرضاعه من الألبان الطازجة والمجففة .

في مثل هذه الحالات تجب مراعاة القواعد الصحية في التغذية الصناعية مراعاة تامة ، والحرص على عدم تلوث اللبن بالجراثيم التي قد تصل إليه من الحيوان الذي يأتي منه ، أو من الماء الذي يضاف إليه ، أو الآنية التي يوضع فيها .

وفد يتسبب عن سوء التغذية ، أو نقص بعض مواد منها ، أمراض عديدة تهدد حياة الطفل . فالأملاح المعدنية مثلاً ضرورية جداً لأنها تعمل على تكوين العصارات الهضمية ، وتقوية العظام والأسنان والأظافر . و«الفيتامينات» من أهم المواد التي يحتاج الجسم إليها ، فاللبن الذي يفقد الفيتامين يصير قليل الفائدة إن لم يكن عديمها . وقد دلت التجارب على أن فقد اللبن للفيتامين يؤدي بالأطفال إلى الكساح ولين العظام ، كما يضعف مقاومتهم للأمراض الفتاكة . والفيتامين هو القوة التي تجعل الجسم قادراً على الانتفاع بالغذاء ، لأنها تجعل الغذاء صالحاً لتكوين الجسم ، فلا شك إذاً أن له أهمية عظيمة جداً في نمو الطفل وحفظ صحته .

هذا وسوء التغذية يؤثر على تكوين الطفل العقلي ، لارتباط نمو الطفل الجسمي بالعقلي ، فقد يتسبب عنه التأخر في المشي والكلام وغيرهما .

وهناك عادة ذميمة عند كثير من الأمهات ، وهي محاولة إسكات الأطفال الصاخبين بوضع الحملات الصناعية في أفواههم . وليس هناك من فائدة تجنبها الأم من وراء ذلك إلا أن تسكت بكاء الطفل المرتفع الذي قد يكون متسبباً

عن ألم في جسمه ، أو شعور بعدم الراحة . ولهذه العادة أضرار كثيرة .
فالحمية التي يهتمها الطفل تكون معرضة للهواء الملوث بالأتربة ، والذباب
الحامل للجراثيم ، فيتعرض الطفل بسببها للعدوى بالأمراض . هذا فضلا
عن أن حركة الأمعاء هذه تشوّء تكوين الفهم والخلق .

وليس هذا كل ما يجب علينا أدائه نحو صحة الطفل ، بل أن هناك علاوة
على التغذية والنوم والملابس شيئا آخر له أثره الكبير في تكوين الطفل
وهذا الشيء هو ترويضه بكثرة ، ويكون ذلك بالخروج به إلى الخلوات
والأمكنة الهادئة كالحدائق والبساتين ونحوها ، التي هي في الواقع ميدان
فسيح للتعرض للشمس ، ومجال واسع للاستمتاع بالهواء النقي العليل . على
أن الواجب أن تتكرر هذه الرياضة يوميا ولا نحرم الطفل منها إلا في
حالات مرضه ، عندما يأمر الطبيب بذلك .

ويمكن أن يكون أول خروج الطفل بعد أسبوع تقريبا ، إذا ولد في
الصيف ، وبعد أسبوعين إذا ولد في الربيع أو الخريف ، وبعد شهرين إذا ولد
في الشتاء . ويحسن جداً أن يكون ذلك في عربته الخاصة إذا سمحت الحالة
المالية بذلك . ويشترط في العربة أن تكون ذات شكل بيضى ، وذات غطاء
يمكن خفضه ورفع حتى لا يتعرض الطفل للفتح الشمس الوهاجة ، أو البرد
القارس ، أو المطر أن تغير الجو فجأة . ويجب أن تأخذ الأم أو المربية من
ملابس الطفل ما تستعمله لتغيير ما يتبل من ملبوسه ، وبذلك تتحاشى خطر
بلولة جسمه ، وتضايقه في أثناء نزهته .

ويجب أن نحرمه من كل قيد يعوق حركة أطرافه كاللفائف ونحوها ،
حتى يقوم بتلك الحركة التي تعتبر أولى تمريناته الرياضية . وعندما يستطيع
الطفل المشي والجري ، يجب أن نشجعه على ممارسة ذلك بقدر ما تسمح به
قدرته في غير إرهاق لقواه ، أي أننا نجمع بين ركوبه العربة الخاصة وبين

مشيه قليلا ، ثم نقل من الحالة الأولى تدريجا ونكثر من الثانية .
ونعود فنكرر أنه من الواجب عدم اجهاد الطفل ، وأن اعطاه الحرية
فى الجرى والوثب والتنقل من مكان لآخر ، ما يكفل لنا تمرين أعضائه
وتنشيط جسمه ودورة دمه وحركات تنفسه . وعندما يبلغ الطفل الرابعة
أو الخامسة ، تستطيع أمه أو مربيته أن تدربه على أداء بعض تمرينات بدنية
بسيطة جدا توضع فى قالب ألعاب شيقة ، تتضمن تحريك الأذرع والأرجل
والرأس والوسط وغيرها . وأن فى ذهاب الأطفال إلى المدرسة سيرا على
الأقدام ، ماهو كفيل بذلك . وليس من شك فى أننا إذا اتبعنا الارشادات
السابقة ، نكون قد أدبنا واجبنا نحو صحة الطفل ، وضمناله إلى حد كبير نمواً
مطردا ، وجسما سليما صحيحا ، ونشاطا وقوة ، وقدرة على مقاومة الأمراض .

وزن الطفل

ومما يدلنا على أن الطفل يتمتع بصحة جيدة ، نضارة لونه ، وامتلاء
جسمه ، وانتظام نومه ، وجودة شهيته ، وقلة مرضه ، وكثرة حركته ونشاطه
وسروره ، وقلة بكائه ، وتقدم نموه ، وازدياد وزنه .

وهذه الظاهرة الأخيرة مقياس دقيق لنمو الطفل . ولذلك كان من أهم
واجبات الأم المشاورة على معرفة وزن الطفل بالضبط لتقارن دائما بين
أوزانه فى الأوقات المختلفة ، وتتخذ الاجراءات اللازمة إذا استدعى الحال .
ويجب أن يوزن الطفل عاريا فى حجرة مغلقة النوافذ ، أو بملابس
خفيفة على شرط أن يوزن بها كل مرة ، أو توزن هى على حدة لمعرفة زنتها
بالضبط .

كذلك يجب أن يكون الوزن فى وقت معين ، وفى يوم معلوم من أيام
الأسبوع بعد الرضاعة أو قبلها ، مثل ما حصل فى المرة الأولى . والغرض

من ذلك كله معرفة درجة نمو الطفل بالضبط ، حتى إذا شاهدنا نقصاً في الوزن بحثنا عن العلة التي سببت ذلك النقص . والعادة أن تكون البنات أقل وزناً من البنين الذين في أعمارهن . وفي الصيف يقل النمو نسبياً ، ويظهر أثر ذلك في الوزن . وكذلك فالطفل الذي يتغذى بالارضاع الصناعي يكون أقل وزناً من زميله الذي يتغذى بلبن الأم أو المرضع . وهذه ظاهرة يجب ملاحظتها عند الوزن .

ولا يفوتنا أن نذكر كلمة عن التسنين الذي هو حادث طبيعي في حياة الطفل ومظهر من مظاهر نموه .

فالأسنان تظهر في الطفل حوالى الشهر السادس أو السابع . ويتم بروز « الأسنان اللبنية » عندما يبلغ الطفل سنتين ونصف سنة من عمره . ولا داعى هنا الى الكلام عن عهد ظهورها بالترتيب ، أو موعد تبديلها بالأسنان الثابتة وإنما نكتفى بأن نافلت أنظار الأمهات الى أن ظهور الأسنان لا يستلزم مرضاً مطلقاً كما يتوهم الكثيرات منهن . وليس من المعقول أن يكون كل ما يصيب الطفل من الأمراض في هذه الفترة ناتجاً عن التسنين . وكل ما يمكن أن يعترى الصغير ، هو تهيج في الأعصاب قليلاً . ومعنى ذلك أن يكون الطفل كثير البكاء ، قليل النوم ، متوعل المزاج عندما تقترب السن من البروز في اللثة التي قد يعترىها الورم لهذا السبب . ويجب علينا تنظيف الفم جيداً بأحد المحاليل المطهرة الدافئة ، ومس اللثة المتورمة بقليل من المسكنات .