# ملحق خاص

## أهم المشكلات التى تواجه الأم حديثة الإنجاب وطرق علاجها

## بعض المشكلات التى تواجه الأم حديثة الإنجاب

قد تتسبب بعض المشكلات البسيطة التى تواجه الأم عقب الولادة مباشرة فى قلقها، وخاصة لو كانت هى المرة الأولى التى تمارس فيها أمومتها.

**من ضمن هذه المشكلات:**

**قشط الطفل أو الارتجاع:**

نعنى بهذا خروج بعض اللبن من فم الطفل بعد الرضاعة، وقد يكون مجبنا أو لا.. وهو ليس قيئا مادام لايحدث باندفاع ولا يُحدث صوتا أثناء خروجه، ولا خطر منه، وهو لا يتوقف تماما إلا بعد الشهور الأولى.

• ونواجه هذه المشكلة بأن نساعد الطفل على أن "يتجشأ" بعد كل رضعة برفعه على الكتف مع إدارة رأسه لأحد الجانبين والتربيت بخفة ولطف على ظهره، أو ننيمه على بطنه حوالى ربع ساعة على فخذ الأم، حتى إذا حدث وقشط يخرج القشط بعيدا عن فمه وأنفه ولايضايقه مع التربيت بلطف على ظهره أيضا.. ويمكن أن نفعل ذلك فى منتصف الرضاعة أيضا.

وعموما مادام وزن الطفل طبيعيا ويأخذ فى الزيادة، فلا أهمية لذلك القشط لأنه سوف يتوقف وحده بعد عدة أشهر – كما سبق وقلنا –.

◆◆◆

**قىء الطفل:**

يختلف القىء عن القشط فى إنه يخرج باندفاع مع حدوث صوت، وهذا القىء لا يسبب قلقا، خاصة إذا كان الطفل يرضع طبيعيا ولا يتسبب هذا فى نقصان وزنه.

**• ولمواجهة هذه المشكلة أيضا علينا بتجشؤ الطفل وتنييمه على الجانب الأيمن على السرير حتى لا يشرق إذا تقيأ.**

وعموما فإن هذا القىء يتوقف من تلقاء نفسه بعد عدة أسابيع من الولادة.. ولكن لابد أن يؤخذ بعين الحذر، وخاصة إذا كان الطفل يرضع صناعيا، أو لاحظنا عدم زيادة وزنه.

**أما إذا صحب القىء إسهالا وسخونة، فهذا يعنى حدوث نزلة معوية، وفى تلك الحالة لابد من استشارة الطبيب فوراً.**

◆◆◆

**الغصة "الشرقة":**

كثيرا ما تحدث للطفل حديث الولادة "شرقة" أثناء الرضاعة بسبب صعوبة فى التنفس مع محاولته السعال.

وهذا يرجع لعدم انتظام عملية البلع لديه فحين تقترب نقطة من الحليب فى السقوط إلى داخل الحنجرة والقصبة الهوائية تحدث الغصة أو "الشرقة".

وهى عملية دفاعية لمنع سقوط أى شىء سواء حليب أو غيره داخل الحنجرة.

• وهذا يتم الوقاية منه وعلاجه بنوم الطفل على فخذ الأم ورأسه منخفض عن جسمه قليلا مع خبط بسيط على ظهره للمساعدة على طرد أى شيء بعيدا عن حنجرته.

• • •

**الزغطة:**

تحدث الزغطة للطفل نتيجة امتلاء معدته من الرضاعة وضغطها على الحجاب الحاجز وليست لها أية أضرار.

• فقط على الأم أن تهتم "بتجشؤ" أى "بتكريع" طفلها حتى يخرج الهواء الزائد من المعدة فيقل ضغطها على الحجاب الحاجز فتتوقف هذه " الزغطة".

• • •

**العطاس:** كثيرا ما نجد الطفل يعطس دون تعرضه لدور برد أو إصابته بالزكام، والسبب فى ذلك العطاس غالبا ما يكون تجمع الغبار أو المخاط الجاف على شكل كتل فى مقدمة الأنف.. وعند زوال السبب يزول العطاس وهو فى تلك الحالة ليس مرضيا.

• • •

**زيادة اللعاب "الريالة":**

زيادة اللعاب تكون فى فترة التسنين.. وتكون عند حدوث تقيحات أو التهابات فى الفم أو اللثة، ويكون المتسبب فيها فيروس يسمى "الهربس"، وهذا الفيروس يسبب سخونة وألما بالإضافة للزيادة فى اللعاب.

• وعلاج هذا بالمسكنات وعدم استعمال مضادات حيوية دائما ما تزيد الحالة سوءا، ويجب إعطاء الطفل الفيتامينات لأنها تساعد على سرعة الشفاء الذى يتم غالبا خلال أسبوع.

◆◆◆

**المغص:**

يعانى الطفل أحيانا من مغص.. قد يكون ناتجا عن ابتلاع الهواء أثناء الرضاعة، أو غازات تخرج من تخمر اللبن أثناء هضمه بالأمعاء.

• وعلاج هذا يكون بنوم الطفل على بطنه على فخذ الأم مع تدليك الظهر فيساعد هذا على خروج الغازات.

وقد يكون ناتجا عن حساسية فى أمعاء الرضيع ضد اللبن البقرى الذى تشربه الأم، فتنتقل للطفل عن طريق الرضاعة .

• وعلاج ذلك بأن تغير الأم نوع اللبن أو أوقفته سيتوقف مغص الطفل.

وإذا كان الطفل يرضع لبنا صناعيا يتسبب فى هذا المغص.

• وعلاج هذا باستبداله بغيره مناسب وحينها سيتوقف المغص تماما.

وقد يكون ناتجا عن الإسهال والنزلات المعوية وبالطبع هذا يحتاج لعلاج عن طريق الطبيب المختص.

◆◆◆

**تورم النهدين:**

**متى يحدث هذا وما سببه؟**

سنلاحظ أن هناك أطفالا كثيرين سواء أكانوا من الذكور أو الإناث تتورم نهودهم لفترة من الوقت بعد الولادة، ويخرج فى بعض الحالات شيء من اللبن من نهدى الطفل.

والسبب فى ذلك يرجع للتقلبات التى تطرأ على غدد الأم قبل الولادة بصورة مباشرة.

**وفى هذه الحالة لا حاجة لنا للقيام بأى عمل لمعالجتها حيث إن هذا التورم يزول مع مرور الوقت، ولايلزم بوجه خاص تدليك النهدين أو عصرهما - كما يفعل البعض- لأن هذا من شأنه - على الأرجح- أن يتسبب فى التهابهما.**

◆◆◆

**إصابة فم الطفل بالفطر:**

قد تظهر بقع لاصقة بالجهة الداخلية من الوجنتين واللسان وسقف الحلق، ويسمى بالقُلاَع " Thrush".

وتكثر الإصابة بهذا الفطر إذا أهملت العناية بحلمات الزجاجات ولو أن هذا لا يمنع الإصابة مطلقا.

وهذا الفطر لا يُزال بالحكاك، بل قد يؤدى لالتهابات فيصبح مصدر ألم للطفل وخاصة أثناء الرضاعة.

• **ولذا من الممكن أن نبلل قطعة قطن معقمة بماء معقم ونجعل الطفل يمصها بعد تناوله الرضعة، فهذا قد يزيل بقايا الحليب من الفم، وبالتالى يمنع امتزاجه بالفطر..**

وبالطبع لابد من استشارة الطبيب ليصف العلاج المناسب إذا كانت الحالة تستحق هذا.

• • •

**حويصلات اللثة:**

وهى عبارة عن حويصلة أو حويصلتين صغيرتين بلون اللؤلؤ تظهر فى الطرف العلوى الحاد من اللثة، وقد نعتقد فى بادئ الأمر أن الطفل بدأ يسنن.

ولكن لو دققنا النظر سنلاحظ أن تلك الحويصلات مستديرة أكثر مما ينبغى ولا رنين يسمع لها.

**وعموما.. هذه الحويصلات لا أهمية لها لأنها تزول وحدها ولاتترك أثرا.**

• • •

**انتفاض الطفل وذعره:**

ينتفض المولود الجديد لدى سماعه أصوات مرتفعة أو لدى تغيير موضعه، وبعض الأطفال يكونون أشد تأثرا عن بعضهم الآخر، فعندما تضعين الطفل مثلا على أرض مسطحة صلبة ويأخذ فى تحريك ذراعيه وساقيه يهتز بدنه بعض الشىء فيثار الرعب فى داخله إذا كان شديد التأثر، فيصرخ مذعورا.

وقد تنمو لديه كراهية للاستحمام بسبب تلك الاهتزازات.

وفى تلك الحالة على الأم أن تستخدم إسفنجة فى استحمامه وهو فى حضنها ثم تنقله للحوض لشطفه وهى ممسكة به بكلتا يديها.. وتزول هذه الحالة مع تقدمه فى العمر، ومراعاة تحريكه ببطء فى جميع الأوقات.

◆◆◆

**الارتجافات:**

قد تصيب بعض الأطفال خلال الأشهر الأولى بعض الارتجافات فترتعش الذقن أو ترتجف الساقان والذراعان وخاصة إذا كان الطفل مضطربا أو يشعر بالبرد عند تغيير ملابسه أو استحمامه.

وهذه الحالة لا تدعو للقلق وستزول فيما بعد وغالبا يكون السبب فيها أن الجهاز العصبى للطفل مازال فى طور النمو.

◆◆◆

**الاختلاجات:**

قد تعترى الأطفال أثناء نومهم ولكن بعضهم يختلج بكثرة وهذه الحالة تزول مع تقدم سن الطفل، ولكن لو لاحظت الأم زيادتها عليها باستشارة الطبيب.

◆◆◆

**ارتفاع درجة الحرارة:**

لارتفاع درجة حرارة الطفل أسباب كثيرة، فهذا الارتفاع

مجرد مؤشر على وجود التهاب معين يصيب أحد أعضاء الجسم كالنزلات المعوية أو التنفسية أو الالتهابات الفطرية... إلخ.

والمشكلة التى تواجه الأم هى فى عدم استطاعة الطفل أن يعبر عن ألمه سوى بالبكاء.

• **لذا على الأم أن تراقب الطفل جيداً وتذهب به للطبيب فوراً وألا تعطى الطفل من تلقاء نفسها أدوية مخفضة للحرارة لأن الحرارة مجرد عرض ولابد من علاج السبب.**

وقد يكون مثلا إعطاء المضادات الحيوية فى تلك الحالة غير مفيد بل مضر، فربما يكون السبب فى ذلك الارتفاع التهابات فيروسية أو فطرية أو أمراض المناعة الذاتية فتزيد المضادات الحالة سوءاً حيث ستؤثر على مناعة الطفل بالسلب، كما أن مخفضات الحرارة الأخرى قد تحدث تسمما للطفل إذا كانت نسبتها مرتفعة فى الدم.. والنصيحة هنا الاتجاه بالطفل للطبيب فوراً وألا نجرب فيه الأدوية.

◆◆◆

**الإمساك:**

قد يتأخر الطفل حديث الولادة فى إخراج البراز يومين أو ثلاثة.. فإذا كان الطفل يرضع طبيعيا فلن يحدث إمساك، ومهما تأخر نزول البراز سيكون لينا وليس يابسا بسبب تكوين لبن الأم الطبيعى، وهو لا يحتاج لعلاج فى تلك الحالة.

أما إذا كان يرضع ألبانا غير لبن الأم فهو معرض لحدوث إمساك ونزول براز يابس قد يجرح الشرج.

• **وعلاج هذا يكون بتغيير نوع اللبن، وإذا كان الطفل فى سن تسمح له بتناوله بعض الأغذية فنضيف لغذائه الفواكه أو شوربة خضروات لوجود ألياف بها تساعد على الليونة.**

◆◆◆

**الإسهال:**

قد يصيب الأطفال غالبا من بداية الشهر السادس حتى نهاية السنة الثالثة، وتعتبر تلك الفترة فترة التحول من الرضاعة للأكل العادى.

وقد تلاحظ الأم تغير لون البراز للون الأخضر مع تغير رائحته ويصبح فجأة لينا رخواً، والحقيقة أن الإسهال لايسبب القلق إذا عولج فى بدايته.

أما إذا زادت الحالة ولاحظت – سيدتى – أن البراز أصبح سائلا أو به قيح أو دم أو كان هناك تقيؤ أو ارتفاع فى درجة الحرارة لابد من اللجوء فورا للطبيب.

• **وفى تلك الحالة يجب ألا تتوقف الأم عن إرضاع طفلها، والغذاء الذى يجب أن يتناوله الطفل حينئذ، وحسب سن الطفل الزبادى خالى الدسم، وأيضا يسلق له جزر مع بعض الأرز ويضرب فى الخلاط ويصفى أو عصير الجزر وكذلك ماء الأرز المغلى، أو ما يصفه الطبيب .**

**مرض الصفراء:**

الصفراء مرض يصيب بعض الأطفال حديثى الولادة – وليس كلهم بالطبع –، وغالبا ما تكون من النوع الفسيولوجى، والذى يبدأ فى الظهور خلال اليوم الثانى أو الثالث بعد الولادة وقد يستمر حتى نهاية الأسبوع الثانى أو قد تزول قبل ذلك.

وبالطبع قد تنزعج الأم حديثة الإنجاب من جراء ذلك حيث يكسو جلد الطفل اللون الأصفر وأيضا يظهر فى بياض العين وتحت الأظافر، وقد يظهر هذا الاصفرار أكثر عند الضغط على الجلد بلطف.

ومشكلة الصفراء بسيطة ولا تحتاج لعلاجات من أى نوع غير مكوث الطفل تحت الأشعة لفترة من الوقت، إلا أنها أحيانا تكون من النوع المرضى الذى يحتاج لمباشرة الطبيب وللعلاج.

• **ولذا إذا ظهرت تلك البوادر على الطفل لابد أن تعود الأم بطفلها للمستشفى ليقيس لها الطبيب نسبة "البيليروبين" فى الدم، حتى تتأكد من كونها بسيطة أم تحتاج لفحوصات أخرى.**

**وعموما الصفراء الفسيولوجية لا قلق منها ولا تستمر لفترة طويلة.**

***

## متاعب التنفس

**التنفس الضعيف أو غير المسموع:**

تتوتر وتضطرب الأمهات كثيرا وخاصة الحديثات منهن إذا لاحظن أن الطفل يتنفس بشكل غير منتظم أو نفسه ضعيف إلى حد عدم سماعه.

وقد يحدث العكس ونجد الطفل يشخر شخيرا طفيفا أثناء النوم.. وهنا يجب على الأم ألا تنزعج أيضا لأن هذه حالات طبيعية ولا تثير القلق.

**التنفس المسموع المزمن:**

هذه الحالة تحدث لدى بعض الأطفال، فنجد الطفل يصدر صوت شخير من مؤخرة أنفه يشبه شخير الكبار، وهذا لايحدث أثناء النوم فقط ولكن أثناء استيقاظه أيضا.

- **وهناك سببان لهذا النوع من التنفس وهما:**

- **السبب الأول:** يعود إلى أن الطفل لم يستطع بعد السيطرة على سقف حلقه، وبعد تدربه على ذلك تزول تلك الحالة بمرور الوقت.

- **والسبب الثانى:** قد تتسبب فيه منطقة الحنجرة حيث إن لسان المزمار القائم فوق الأوتار الصوتية يكون رخوا لدى بعض الأطفال، إلى حد أن تبتلعه الحنجرة، فيروح يتذبذب ويثير عند التنفس صوتا مسموعا وشخيرا يطلق عليه الأطباء اسم(صرير).

ونشعر فى تلك الأثناء وكأن الطفل يختنق أثناء تنفسه، وقد يتنفس هكذا باستمرار، أو لا يحدث هذا إلا إذا كان يتنفس بقوة.

ويزول هذا "الصرير" عادة عندما يخف التنفس أو يستغرق الطفل فى النوم، وقد يتضاءل بشكل كبير إذا استلقى الطفل على بطنه.

**وعموما، سيزول كل هذا مع تقدم الطفل فى العمر.. ولكن إذا زاد عن حده تجب استشارة الطبيب.**

**التنفس الحاد المسموع:**

وهذا النوع يصيب الأطفال الكبار ويختلف عن التنفس المسموع المزمن.. فقد يكون ناتجا عن مرض صدرى معين كالربو أو زبحة الزور، أو غير ذلك من الالتهابات، **وبالطبع فى تلك الحالة ينبغى عرضه على الطبيب فورا.**

**نوبات حبس التنفس:**

هى نوبات تصيب الأطفال غالبا عندما يشتد غضبهم ويتحول لصراخ شديد.. فقد نجدهم حينئذ يكفون عن التنفس لحد أن تزرق معه ألوانهم .. وبالطبع تصاب الأم بالذعر.

والحقيقة أن هذه الحالة لاتعنى شيئا على الإطلاق إلا أن الطفل شديد الغضب بطبعه، ولكن للتأكد من سلامته علينا بفحصه وإذا ثبت هذا فحينها لاداعى لتدليل الأم له باحتضانه أو تنفيذ طلباته حتى لاتفسده ويكرر ذلك بصفة مستمرة بعد ذلك.

## متاعب العينين

• يصاب الكثير من الأطفال بالتهاب طفيف فى العينين بعد بضعة أيام من ولادتهم، والسبب فى ذلك قد يكون من العقاقير التى تستعمل بعد الولادة لمنع الالتهابات.

فإذا بدا بياض عينى الطفل به إحمرار ولو كان بسيطا، فهذا يعنى وجود التهاب وتجب استشارة الطبيب.

• أما إذا لاحظت وجود التهاب بالجفن فى إحدى العينين ويظهر من وقت لآخر، وخاصة إذا تعرضت العين لهواء شديد، فلا تنزعجى، فهى إصابة ليست خطرة ولا تلحق أذى بالعين وقد تدوم عدة أشهر ثم تزول فى معظم الحالات دون علاج.

وفى هذا الالتهاب ستلاحظين تجمع القذى (مادة بيضاء) فى طرف العين وعلى جانبى الجفنين، حتى أن الطفل حينما يستيقظ نجد أن الجفنين ملتصقان، فنضطر أن نقوم أحيانا بعمل كمادات حتى يستطيع أن يفتح عينيه.

وهذا يتسبب فى انسداد مجرى الدموع المتجه من فتحة صغيرة فى الطرف الداخلى من الجفن باتجاه الأنف، ثم نزولا إلى داخل تجويف الأنف.

وعندما ينسد هذا المجرى جزئيا لا تجرى الدموع بالسرعة التى تتكون بها، فتتجمع فى العين وتسيل على الخد، وبالتالى

لاتقوم بدورها فى تنظيف العين، ويترتب على ذلك أن الجفن يبدأ فى الالتهاب شيئا فشيئا.

**وبالطبع يجب أن نستشير الطبيب وخاصة إذا استمرت هذه الحالة لبعد بلوغه عام من عمره، حيث غالبا ما ينصح بتدليك مجرى الدموع فى الجهة العليا من جانب الأنف بطريقة معينة، سيرشدك إليها الطبيب لتفرز ما بها من "قذى" فتستريح عين الطفل.**

• وليس من المستغرب أن يهدل أحد جفنى الطفل المولود أكثر مما يهدل الجفن الآخر، أو تبدو إحدى عينيه أصغر من الأخرى، لأنه فى معظم الحالات تزول هذه الظواهر كلما تقدم عمر الطفل، ومع ذلك لابد أن يفحصهما الطبيب أيضا إذا ساورك القلق.

• **الحول: كيف تحددين إذا كان هناك حول فى عينى طفلك أم لا؟!**

معظم الأطفال تحول أعينهم لأى جهة خلال الأشهر الأولى ولكن سرعان ما تستقر العينان وتستقيمان مع تقدم سن الطفل.

**وإذا لاحظت أن عينى الطفل لا تستقران طوال الوقت سواء أكان فى الشهر الأول أو حتى بلوغه الشهر الثالث فعليك باستشارة طبيب العيون.**

**ويقال إن هناك عدة أشياء تتسبب فى حول العينين فى تلك الفترة منها:**

**أولها:** إن الجلدة الفاصلة بين العينين (فوق أرنبة الأنف)

تكون أوسع نسبيا لدى الطفل الصغير عمن يكبرونه، لذلك فإن مقدار بياض العين الذى يظهر فى الجهة الداخلية باتجاه الأنف من القزحية هو أكبر من المقدار الذى يظهر فى الجهة الخارجية (باتجاه الأذنين) منها.

**ثانيها:** إنه عندما يتطلع الطفل فى بعض الأحيان لشىء يحمله فى يده، فإن قصر ذراعه يجعل عينيه تحولين ليركز بصره على هذا الشىء، فعيناه تحولان حينئذ بشكل طبيعى غير مرضى.

**ثالثها: وهو السبب الذى يجب أن نفحص عينى الطفل بسببه ودون إبطاء عندما نشك ولو قليلا فى حوله، هو أنه يمكن أن يصاب بعمى نفسى بصورة تدريجية بسبب الحول.**

وذلك لأنه سينعدم التنسيق بين العينين للتركيز على شىء من الأشياء، فكل منهما سترى مشهدا مختلفا لحد ما .

وهذا الأمر سيزعج الطفل مما يجعله يتجاهل ما تبصره إحدى العينين ولا يبذل مجهودا لاستعمالها، فيزول الإبصار بها تدريجيا من الناحية النفسية.

أما إذا استمرت الحال على هذا المنول وأهمل العلاج ستتأثر العين بالفعل ويصبح من المستحيل إعادة البصر إليها.

ولذا سنلاحظ أن طبيب العيون سيحاول إعادتها للعمل بوضعه

حجابا فوق العين السليمة لفترة معينة حتى يتحسن أداء العين الأخرى، أو يشير باستعمال نظارة تساعد على تحسين التنسيق بين العينين.. أو سينصح بإجراء جراحة إذا كانت الحالة متقدمة.

**وأخيراً: يجب ألا نعول حول الطفل إلى تعاملنا غير المناسب معه، كأن نعلق الألعاب فوق سريره فيتطلع إليها باستمرار فيجعل عينيه تحولان فهذا ليس صحيحا، ولكن علينا ألا نعلق هذه الألعاب فوق أنف الطفل مباشرة، بل يجب أن تكون على مسافة تمكن الطفل من ملامستها وإمساكها بيده.**

***

## الفتق البطنى (Inguinal Hernia)

الفتق البطنى هو أشد أنواع الفتق شيوعا وهو عبارة عن انتفاخ السرة **ويحدث هذا نتيجة للآتى:**

- من المفروض أن يكون هناك ممر ضيق من داخل البطن، وعلى طول ملتقى الفخذين ممتدا إلى كيس الخصيتين (للذكر) لتسير فيه شرايين الدم التى تصل إلى الخصيتين.

ولابد لهذا الممر أن يمر عبر الطبقات العضلية التى منها يتشكل جدار البطن.

فإذا كانت الفتحات المذكورة الموجودة فى العضلات أوسع

مما ينبغى، فمن المحتمل أن ينزلق منها إلى خارج البطن جزء من الأمعاء عندما يبكى الطفل أو يتشنج .

- فإذا كان خروج الأمعاء جزئيا من تلك الفتحة فإنه يحدث انتفاخا عند ملتقى الفخذين.

- أما إذا انزلق كله إلى داخل كيس الخصيتين، بدا هذا الكيس منتفخا جدا .

- وقد يحدث الفتق البطنى (للفتيات) أيضا وإن كان ذلك أقل شيوعا، إنه يبدو حينذاك وكأنه نتوء فوق ملتقى الفخذين.

- وقد يحدث الفتق فى شكل تمزق (Ruptures) وهذا يعنى أن اتساع الممر الضيق – الذى ذكرناه فيما قبل- أكثر مما ينبغى ويبدو هكذا منذ ولادته.

• وتعود الأمعاء لداخل البطن عموما عندما يضطجع الطفل بهدوء فى معظم حالات الفتق، ولكنه قد يعود للاندفاع من الفتحة كلما وقف الطفل أو نزل مرة واحدة أو كلما توترت أعصابه.

**ولكن هناك حالة يجب الانتباه إليها وهى حالة "انحباس الفتق البطنى"، وتحدث أحيانا فى غضون الأشهر الستة الأولى من عمر الطفل.**

- وهذه الحالة تعنى أن يبقى هذا الجزء من الأمعاء داخل الممر الضيق غير قادر على العودة إلى مكانه، مع التواء شرايين الدم.

ويحدث شكلا من أشكال العرقلة المعوية، ومن شأن ذلك أن يحدث ألما فى البطن مصحوبا بالقىء، مما يستدعى إجراء عملية جراحية، وقد أصبحت هذه العملية سهلة ويشفى الطفل منها بسرعة وسهولة.

**وعلى الأم إذا ما اشتبهت بوجود فتق لدى الطفل أن تبلغ الطبيب فورا، وحتى يتم هذا عليها أن ترفع مؤخرته فوق وسادة وتعطيه رضعة ليكف عن البكاء، وأن تضع له كيسا من الثلج فوق الفتق، وحينئذ ربما تؤدى هذه الإسعافات إلى عودة الأمعاء للبطن من جديد.**

وهناك حالة تحدث لبسا أحيانا فى تشخيصها، وهل هى فتق أم تمزق؟! والحقيقة إنها لا هذا ولا ذاك، فهى تكون عبارة عن تجمع سائلى أو انتفاخ يحدث حول الخصية (Hydrocele)، وهو كالفتق تماما حيث يحدث انتفاخا فى كيس الخصية.

- ومن المعروف أن كل خصية فى كيس الخصيتين تكون محوطة بجيب رقيق يحتوى قليلا من مادة سائلة وذلك لوقاية الخصية.

- وكثيرا ما يحدث أن يكون السائل فى هذا الجيب لدى الطفل المولود حديثا أكثر مما ينبغى، الأمر الذى يجعل الخصية تبدو أكبر من حجمها الطبيعى عدة مرات، وفى بعض الأحيان يحدث هذا الانتفاخ بعد فترة الولادة بوقت طويل.

- إلا أن وجود هذا السائل لا ينبغى أن يثير القلق، لأنه فى معظم الحالات يتقلص كلما تقدمت سن الطفل، وعندئذ تزول الحاجة لاتخاذ أى إجراء.

- وقد يحدث أحيانا أن يكون لدى طفل أكبر سنا تجمع سائلى مزمن، فإذا كان الانتفاخ كبيرا، فينبغى عرضه على الطبيب فربما يحتاج لإجراء جراحة، وهو الوحيد الذى يستطيع تحديد إذا كان هذا فتقا أو تجمعا سائليا.. وفى كل الحالات يجب ألا نهمله.

***

## انكماش الخصيتين

قد يحدث أن نلاحظ وقت الولادة أنه لا أثر لإحدى الخصيتين أو لكلتيهما فى الصفن (كيس الخصية)، بل تنزلان فى معظم الحالات من قرب الورك أو حتى من البطن إلى موضعهما فى الصفن بعد فترة وجيزة من الولادة.

إلا أنهما تبقيان هكذا حتى مرحلة المراهقة أى فى الثالثة عشرة لدى الذكور، وفى حالات قليلة جدا لا تنزلان بصورة تلقائية بسبب انسداد ما أو وجود حالة غير طبيعية.

والخصيتان تتكونان فى الأصل داخل البطن وتنزلان إلى الصفن بعد فترة قليلة من الولادة، وتتصل بهما عضلات تشدهما إلى حَنية الورك أو حتى إلى البطن لحمايتهما من الأذى إذا تعرضت المنطقة المحيطة بهما لضربة أو خدش.

ولذا نجد أن الكثيرين من الصبية ترتد خصياتهم عن موضعها فى الصفن عند استفزازهم أو عند تعرض الجسم للبرد وقت التعرى أو عند ملامستها عند المعاينة.

**لذلك لا تقلقى سيدتى إذا توارت خصيتا ولدك، وأكثر وقت يمكنك أن تتأكدى من وجودهما هو وقت استحمامه فى الماء الساخن على ألا تلمسيهما.**

والخصيتان اللتان أمكن رؤيتهما ولو مرة واحدة لاداعى للقلق بشأنهما أو علاجهما، لأنهما ستنزلان حتما فى موضعهما فى مرحلة المراهقة.

وحتى فى الحالات التى لا تنزل فيها إلا خصية واحدة، فليس هناك ما يدعو للقلق لأن خصية واحدة تكفى لممارسة حياة جنسية سليمة.. وبالطبع مع محاولة علاج الخصية الأخرى لإنزالها.

أما إذا لم تظهر إحدى الخصيتين أو كلتيهما بعد بلوغ الطفل سن الثانية، فلابد من استشارة الطبيب.

**وأخيرا: إذا بدا لك أن خصيتى ولدك منكمشتان فلا تقلقى ولاتثيرى قلقه حتى لا يثار عنده شعور بأنه غير طبيعى.**

***

## التسنين

تتصور أمهات كثيرات أن الطفل يبدأ فى التسنين خلال العام الأول من عمره.. لكن الحقيقة التى تصل إلى حد "المفاجأة" أن الجنين يبدأ فى التسنين داخل رحم الأم منذ الشهر الخامس، حيث يبدأ ترسيب الكالسيوم (تكلس السن) فى هذه المرحلة من العمر ويستمر بعد ذلك، وهذا ما أكدته بعض الدراسات.

• وعندما تبدأ مرحلة نتوء الأسنان المتعارف عليها يكون الطفل منزعجا كثير البكاء، ويفقد شهيته للطعام أو يفضل بعض الأنواع من الأغذية دون الأخرى.

**لذلك لابد أن تسايره الأم بشرط عدم الإخلال بنظامه الغذائى.**

• وفترة التسنين طويلة جدا وقد يعانى خلالها الطفل من بعض الأعراض كالإسهال أو الإمساك أو القىء أو السخونة دون أن يكون لها علاقة بالأسنان.

إنما العرض الوحيد المرتبط بها هو زيادة إفراز اللعاب.. وقد تنتفخ اللثة قليلا.

**وتستطيع الأم التخفيف من آلام الطفل أثناء هذه المرحلة باتباع ما يناسب طفلها كالآتى:**

• لفِّى إصبعك بقطعة قماش نظيفة ومرريها على لثة الطفل لإزالة البكتيريا العالقة بها وتسهيل بروز الأسنان، أو ادعكى اللثة بزيت الزيتون.

• امنحى الطفل قطعة بسكويت أو عضاضة باردة (سبق وضعها فى الثلاجة)، ويفضل التى تحتوى على سائل الجل.. وذلك لمساعدته على التخلص من تهيج اللثة.

• بردى بعض الفراولة والعنب ( الخالى من البذور) فى الثلاجة ثم اعطها للطفل ليعضها فيستفيد من أكلها، وتلهيه عن ألم التسنين وفى نفس الوقت تقلل الشعور به.

• عدم إعطاء الطفل الأشياء الصلبة والحامضة والمالحة.. ويفضل أن يكون شرب السوائل عن طريق الكوب أو زجاجة بحلمة مطاطية فتحتها واسعة.

• تذكرى دائما أن التغذية السليمة للطفل تؤدى إلى نمو أسنانه بشكل طبيعى، واحرصى على الرضاعة الطبيعية.

**وأخيراً: يلاحظ أن فترة ظهور أسنان الطفل تضعف جهاز مناعته مما يعرضه للإصابة بالأمراض وبعض الحميات، وهذا ليس له علاقة بعملية التسنين نفسها، ولكن بسبب ضعف جهاز المناعة أثناء تلك الفترة فيجب الحرص - كما سبق وقلنا- على التغذية السليمة.**

• كذلك يقال الفصل الذى يولد فيه الطفل له تأثير فى التسنين.. فالأطفال الذين يولدون فى فصل الخريف عندما يتضاءل نور الشمس.. تنبت أسنانهم بصورة أبطأ من هؤلاء الذين يولدون فى فصل الربيع عندما تتوافر الفرصة للخروج إلى العراء للتشمس.

**وهناك سؤال يراودنى الآن وهو: هل يمكن أن تتعرض أسنان الرضيع للتسوس؟!**

بالطبع يمكن أن يحدث هذا خصوصا إذا كانت الأم تمنح طفلها غذاء تكميليا يحتوى على الكثير من السكر، ويبدأ هذا التسوس فى الظهور على هيئة بقع شديدة البياض تفوق لون الأسنان الطبيعى ثم تبدأ فى التحول للون التسوس، وبعد ذلك سنلاحظ خلخلة السنة وضعفها وقد يمتد ذلك للأسنان المجاورة، **ولتجنب هذا علينا بالآتى:**

- نتجنب إعطاء الطفل الكثير من السكر فى غذائه.
- الحرص على تنظيف أسنانه بقطنة طبية حتى نزيل اللبن العالق بها، وياحبذا لو يتم ذلك حتى قبل ظهور الأسنان.
- الحرص على نظافة "اللهاية" وعدم غمسها فى العسل أو العصير عند، يتناولها للطفل.
- تشجيع الطفل من سن الثانية على استخدام الفرشاة ومتابعة ذلك، ولكن دون ضغط منا.

• وعموما استشيرى الطبيب حول بعض الأدوية المسكنة للآلام والمساعدة على نمو الأسنان وأيضا تسوسها.

• اصطحبى طفلك فورا للطبيب إذا اشتدت عليه الأعراض أو أصيب بأى عرض آخر.

***

## صـراخ الطفـل
## صراخ الطفل فى الأسابيع الأولى له أسبابه

• **ما سببه وكيف تتصرف الأم حياله؟**

➥ قد تتساءل بعض الأمهات بينهن وبين أنفسهن.. ماذا يحدث للطفل، ولماذا هذا الصراخ؟، وتتخيل أنه يعانى من مشكلة ما كالجوع أو عسر الهضم أو البلل... إلخ، ولكنها نادرا ما تتخيل أن طفلها قد يكون متعبا أو مرهقا وهو ما يدعوه للصراخ.

➥ وإذا نظرنا للأطفال بصفة عامة سنجد أن الطفل قد تنتابه بعد حوالى أسبوعين من الولادة فترات من الاضطراب لا نجد لها تفسيرا.. **ولكننا نعلم أن لها أسبابا مثل:**

• إذا كان الصراخ على فترات منتظمة من بعد الظهر أو فى المساء مثلا، فقد يكون هناك مغص مصحوب بانتفاخ وغازات، وقد يكون اضطرابا دوريا إذا لم يصاحبه انتفاخ.

• أما إذا كان يصرخ بين الوقت والآخر نهارا أو ليلا فهذه حالة من الاضطراب ستزول تدريجيا بعد تجاوزه الشهر الثالث.

➥ **وعموما:** فالثلاثة أشهر الأولى فى حياة الطفل تعتبر مهمة ومرهقة له وللأم معا، حيث يتكيف فيها الجهازان العصبى والهضمى غير المكتملين لدى الطفل مع العالم الخارجى، وهذا

التكيف لا يتم بسهولة لدى بعض الأطفال..وبالتالى حالة الصراخ فى هذه الفترة تكون مؤقتة وتمر بخير.

**أما إذا أردت أن تعرفى إذا كان طفلك يصرخ لأنه جائع أو مريض.. أو.. أو.. فعليك بالآتى:**

• **بالنسبة للجوع:** كل أم بعد فترة وجيزة تألف أسلوب طفلها فى الطعام ومتى يريد المزيد أو الأقل.. ولكن إذا ظل الطفل يصرخ صراخاً شديداً لمدة ربع ساعة أو أكثر، وقد مر حوالى ساعتين على وجبته الأخيرة، **فمن الواجب إمداده بوجبة أخرى، وإذا تناولها ونام فمعنى هذا أنه كان جائعا.**

**وغالبا ما يكون البكاء فى هذه الحالة خفيفا وبلا نظام، ثم يبدأ فى الارتفاع والانتظام بالتدريج وحينئذ يجب أن تدرك الأم أنه جائع أو عطشان وربما بردان.**

– أما إذا استيقظ صارخا بعد فترة وجيزة من الوجبة الأخيرة فالأرجح أنه غير جائع، ودعيه يصرخ بعض الوقت إذا أمكنك هذا، مع محاولة إلهائه، فإذا لم يستسلم قدمى له وجبة أخرى.

– ولكن لا تزيدى من مقدار الطعام المقرر له اعتقاداً منك أنه لا يكفيه حيث جسمه ينمو، فهذا يحدث فعلا ولكن بالتدريج، وستشعرين به حيث إنه يبدأ فى الاستيقاظ مبكرا عن موعده باحثا عن الطعام متطلبا المزيد.

– ولا تنسى أن إدرار لبن الأم يزداد طبيعيا وفقا لزيادة متطلبات الطفل.

• **وبالنسبة للمرض:** كثيرا ما يصاب الطفل خلال الفترة الأولى من ولادته بالزكام والسعال والإسهال... إلخ، وفى تلك الحالة ستلاحظين أن بكاء الطفل حاد وصراخه عال ممزوج بالشهقات واللهاث القصير، عليك بالذهاب للطبيب لإعطائه الدواء المناسب.

• **وبالنسبة للتبرز أو التبول:** ففى الغالب يعتاد الطفل على ذلك ولا يقلقه الأمر كثيرا إلا إذا كانت به تسلخات أو التهابات.

• **وبالنسبة لعسر الهضم:** فى تلك الحالة حاولى إخراج الغازات بتجشؤه أو أن تنيميه على بطنه على فخذك مع دعك ظهره قليلا.

• **وبالنسبة للتوتر والإرهاق:** قد يحدث للطفل إذا ظل مستيقظا لفترة غير معتادة، أو ظل يلهو مع البعض لفترة طويلة، أو نام فى مكان مختلف عن فراشه..إلا أن هناك أيضا أطفالا يصعب عليهم الاستسلام للنوم بصورة طبيعية، ويظلون مستيقظين حتى تغير حفاضاتهم، ويصيبهم الإرهاق بعد فترة من اليقظة مما يؤدى بهم للصراخ، ثم فجأة أو تدريجيا يستسلمون للنوم، وستلاحظين فى تلك الحالة أن بكاء الطفل يكون على صورة نشيج غاضب مستمر لا يتصاعد فى قوته.

– فإذا ظل الطفل يصرخ بعد فترة من اليقظة وبعد تناوله لوجبته فهذا يعنى أنه مرهق، فما عليك إلا بنقله لفراشه ودعيه يصرخ كما يحلو له حتى يستسلم للنوم.

- ولكن إذا كان صراخه شديدا وشعرت أنه فى حاجة للهزهزة أو حضنك فلا بأس، ولكن لا تعوديه على ذلك حتى لايزعجك فيما بعد.

• **بالنسبة للاضطراب:** من الغريب فعلا أن يضطرب طفل فى شهوره أو أسابيعه الأولى، ولكن هذا يحدث ويمر به معظم الأطفال على وجه التقريب وخاصة "الأبكار" منهم.

- وقد تتخلل مراحل هذا الاضطراب فترات صويلة من النوم العميق ويصبح من الصعب إيقاظه.

- وهذا الوضع على الرغم من صعوبته إلا أنه لا يدعو للقلق فسرعان ما يزول.. ويمكن التغلب عليه بإعطاء الطفل دمية مناسبة لسنه أو هزهزته فى عربته... إلخ.

- أما إذا كان طفلك يستسلم لكل حركة وكل سكنة تقومين بها فيستيقظ صارخا، فعليك بإنامته فى غرفة هادئة، وأن تخفضى له الأصوات والأضواء، ولا تعرضيه للزوار الكثيرين وتنويمه على بطنه وحصره فى مكان ضيق- أى راعى مشاعره، وإذا استمر صراخه رغم ذلك استشيرى طبيبا ربما أعطاه عقاقير مهدئة.

• **بالنسبة للمغص:** فعن المغص حدث ولا حرج، والمنتشر منه مغص الثلاثة أشهر الأولى و " صراخ الاضطراب الدورى"، وهما حالتان متشابهتان لحد كبير وقد تكونان مرتبطتين ببعضهما البعض.

- **حيث فى الأولى – مغص الثلاثة أشهر**- تحدث آلام حادة فى الأمعاء، فنجد الطفل يصرخ رافعا ساقاه أو يصلبهما، وقد تخرج بعض الغازات فى تلك الأثناء.

- **وفى الثانية – الاضطراب الدورى**- يصرخ الطفل لساعات طويلة وبإنتظام دون وجود غازات فى بطنه ولايمكن تهدئته إلا باحتضانه، والتنقل به من مكان لمكان.

➥ وحالات المغص تلك تبدأ بين أسبوعين أو أربعة تقريبا من الولادة وتزول بعد بلوغه الثلاثة أشهر وغالبا ما تكون تلك الحالة ما بين السادسة والعاشرة مساء.

➥ ولكن هذه ليست قاعدة فكثير من الأطفال يصابون بهذا قليلا فى الشهور الأولى، وغيرهم يصابون كل ليلة، وقد يستمر هذا إلى أن يبلغ الطفل ستة أشهر أو أكثر.

➥ والملاحظ فى الغالب أن صراخ المغص يكون بعد تناول الطفل لوجبته مباشرة أو بعد تناولها بربع ساعة، وبالطبع يختلف صراخ المغص عن الجوع حيث يكون صراخ الجوع قبل تناول الوجبة.

➥ والغريب فى أمر طفل كهذا أنه ينمو نموا طبيعيا ويكسب وزنا قد يزيد عن المعدل الطبيعى وربما هذا يرجع إلى محاولة الأم تغيير نظام أكله ونوع غذائه مع الوقت معتقدة أنه السبب فى

تعبه.. مع أنها لو توقفت قليلا مع نفسها لعرفت أن هذا ليس السبب، بدليل تناوله لوجباته طوال اليوم ولايصرخ إلا مرة واحدة مثلا.

**وعموما: لعلاج هذه الحالة حاولى أن تريحى الطفل بأية طريقة كطريقة تنويمه السابقة على ركبتيك أو احتضانه، أو هزهزته إذا كان هذا يفيده دون تردد، فهذا لن يفسده، لأن الطفل الذى يعتاد هذا عند التعب لا يطلب المزيد منه فيما بعد عندما يزول عنه المغص.**

**• ولكن ماذا لو حاولت معه ولم تجدى نتيجة لمحاولاتك إراحته بل ازداد صراخه وظل يخبط بيديه ويركل برجليه ؟!**

← عليك فى تلك الحالة بالهدوء حتى لا تتوتر أعصابك ويزداد الأمر سوءا، وتتوتر معاملتك لطفلك كذلك، وأن تهتمى بحالتك النفسية وتطلبى مساعدة زوجك أو والدتك أو جارتك واتركى المنزل ولو لفترات بسيطة حتى تعودى لهدوئك، لأن هذا سيساعدك على اجتياز تلك المرحلة ويساعد طفلك أيضا.

**■ ملحوظة: بعض الأمهات حينما يبكى طفلها تسرع بإطعامه وبإعطائه ثديها والذى قد يتسبب فى مغص للطفل أكثر ، وخاصة إذا كان قد رضع منذ فترة قصيرة .**

وسنلاحظ أنه قد يهدأ مؤقتا لاقتراب أمه منه ثم يعاود البكاء ثانية لأن الغازات ستزداد وبالتالى المغص.

فعلى الأم أن تتعرف على سبب بكاء طفلها أولا، ربما يكون هناك التهاب فى أى جزء من جسمه، أو هناك التهاب بالجلد بسبب الحفاضات... أو أى شىء آخر.

***

## وأخيـــراً (نصيحة)

### لا تفسدى طفلك بحملك له كلما بكى

• قـد تـضطر بعـض الأمهـات لحمـل الطفـل وخاصـة فى الفترات الأولى من مولده إذا كان يكثر صراخه ولا تعرف سببه.. فتنهضه من فراشه وتتمشى به فى أرجاء المنزل فيكـف عـن هـذا، ولكن بمجرد وضعه ثانية فى فراشه يعود لما كان عليه ثانية.

فإذا كان الطفل فى الشهرين الأولين فلا بـأس مـن أن تقـومى بهذا لأنه غالبا ما يكون يعانى ألما معينا وعند رفعك له وسيرك بـه وربتك عليه ربما يزيل هذا من ألمه.. وهو لـن يتعـود هـذا إلا مـع بلوغه الشهر الثالث.

فبعد أن يبلغ الطفل شهره الثالث وتزول هذه الأعـراض، قـد يتمسك بهذا التدليل وإذا لم تحمليه يصرخ... وهكذا.

**⬅ ولعلاج تلك الحالة عليك بالآتى:**

**أولاً:** أن تتوقفى بالتدريج وبلا قسوة حتى لو اضـطررتى لتركـه يصرخ لبـضع دقـائق.. ولا تستـسلمى لرغباتـه لأنـك فى النهايـة ستصبحين أسيرة لرغباته مع استيائك الشديد من هذا، والذى قـد يؤثر على علاقتك بطفلك الذى ليس لـه ذنـب فى هـذا، فهـو قـد اعتـاد أنه كلمـا رفع صوتـه حملتيـه فينتهـى بـه الأمـر إلى الـشعور بأن بقـاءه حيث هو شىء مخيف حقا.. وقديما قالوا: "ابنـك عـلى ما تربيه".

**ثانيا:** إن الأمر فى تلك الحالة يتطلب كثيرا من الإرادة وبعضا من القسوة، ولذا يجب أن تتوارى عنه بعض الشىء ثم تعودين.

**ثالثا:** لا تحمليه عندما يرفع يديه فى كل مرة بل حادثيه بأنه لاينفع هذا الآن بطريقة ودية فهو يفهم نبرة الصوت، وعوديه على استعمال لعبه ودربيه حتى يتسلى بها وينشغل عنك بعض الوقت.

**رابعا:** إذا أردت أن تلاعبيه ولديك وقت فراغ، اجلسى قربه ودعيه يتسلق ذراعيك إن شاء، ولكن لا تحمليه، فمثلا إذا كنت جالسه بجواره على الأرض سيحبو بعيدا عنك لو شعر بأنك لن تحمليه.

**خامسا:** إذا كان متعودا أن تحمليه حين يريد النوم وتهدهديه، فحين تتخلين عنه فى هذه الحالة سيحاول متعمدا أن يظل مستيقظا حتى ساعة متأخرة من الليل، وقد ينجح فى هذا تدريجيا مما يضطرك لحمله بين ذراعيك حتى يغمض جفنيه، ولكن ما أن تضعيه حتى يستيقظ مسرعا.

• **وعلاج هذا بسيط جدا، فعليك أن تأخذيه لفراشه فى ساعة معقولة ثم تودعيه بكلمات حنونة، ثم تخرجى من الحجرة ولاتعودى ولو حتى للاطمئنان عليه، فهو سيصرخ كثيرا فى الليلة الأولى حتى يستسلم للنوم، وفى الثانية سيقل صراخه وهكذا .. ولكن لا تفعلى هذا بالطبع فى حالة مرضه أو اضطرابه.**

**سادساً:** هناك من الأطفال من يستيقظون فى الليل مرة أو أكثر، وقد يعود ذلك للتسنين، أو لمرض الطفل، أو لتعويده على أخذ رضعات ليلية، أو لتغيير وضعه فى الفراش.

• فى هذه الحالة إن جالسناه ودللناه وحملناه سيستعذب هذا ويعود نفسه على الاستيقاظ.

• وإذا لم يتمكن الأبوان من وضع حد لهذه الحالة فإن الطفل سيستيقظ فترات أكثر ويطالبهما بحمله وقد تكثر طلباته أكثر وحين يعود لفراشه يبدأ فى الصراخ محتجا.

وعلينا بتوجيهه - إذا كان فى سن تسمح- بأن هذا الصراخ لن يفيده.

ويمكن أن نحاول ألا يرانا الطفل عند استيقاظه بنقل سريره لغرفته أو وضع ستارة بينه وبين سرير الأبوين.

**وأخيراً:** قد نجد أن هذا الطفل المدلل قد يتقيأ عندما يثور غضبه ولا نلبى طلباته، وبالتالى يجد العطف والشفقة من الأم التى تسارع إليه وتحمله، وتضطرب من أجله، ولذا يعاود ذلك متعمدا كلما لزم الأمر مع أنه قد يصاب بالذعر لذلك تجاوبا مع ذعر أمه.

وعلى الأم حينئذ ألا تبدى قلقها وتلاطفه بل تزيل آثار القىء فقط، وذلك فى حالة إذا شعرت بتعمده هذا حتى لا يستمر فيه.

***

# المراجـــــع


- حديـــث الأمهـــــــات — د. ســـــــــبوك
- طفـلك وكيـــف تعتنيـــن بـــــه — د. جـــورج أمين جرجـس
- ١٠٠ سؤال وجواب عن غذاء طفلك — د. محمـــــود نبيـــــل
- موســـوعة العنايـــة بالطفـــــل — د. ســـــــــبوك
- التغـذيـــة الصحيـــة لأســـرتـــك — دوريـة عالـم الأم والطفـل
- طبيـــب اســـــمه الغـــــذاء — د. أيمـــن الحســـــينى
- غـــــذاؤك حيـاتـــــــك — د. محمـد علـى الحـــاج
- قـــوة الشـــــفاء فـى الخضـــــار — د. رالـــف عيـــرانـــى
- الأطفـــال بعد السـنة الأولى والوقاية من الأمراض بالتغذية — شـــريفة أبـو الفتـــوح


***