

الباب الثامن عشر

تكوين العادات الحسنة في الطفل

١ - تنظيم عمل الأمعاء والمثانة

يجب أن يبدأ بتعويد الطفل من صغره على وضعه فوق (القصرية) وأن تلمس حافتها الباردة إلى يتي الطفل مرتين في اليوم للتبرز لأنه إن لم يبدأ بهذه العادة مبكراً فيها فسيكون هناك صعوبة فيما بعد للتعود عليها

وهذه العادة إذا تكونت عنده تقيه شر الامساك وإرا لاحظته الأم أن طفلها يريد أن يتبرز فلتحضر - القصرية - حالاً حتى يتكون في مخ الطفل العلاقة بين التبرز والقصرية -

أما تنظيم المثانة فهو أكثر صعوبة ولكن إذا وضع على القصرية بعد كل رضة وعند الاستيقاظ من النوم يتعلم بالتدريج ما هو مطلوب منه -

٢ - تعود الطفل على التنفس من الأنف

وقد سبق الكلام عنه في باب نوم الطفل ولأهميته نعود فنقول إنه يجب أن يعود على التنفس من الأنف لا الفم من أول يوم . فالأنف مبطن بالغشاء المخاطي الذي يحوى أوعية الدم وهذا

الدم يدفع الهواء الذي يمر كما انه توجد شبكة من الشعر تصفى الهواء الداخل من الاوساخ والاثربة والميكروبات وعلى ذلك يصل الهواء الرئة ساخنا وخاليا من الجراثيم بخلاف الهواء الداخل عن طريق الفم - وفي شكل ٣٤ تظهر نتيجة التنفس من الفم هذا ويجب أن يترك فم الطفل مغلقا دائما الا وقت الرضاعة او البكاء او التكلم

٣ - منع الطفل من المص في اصابعه او ملاسه او البزازة حيث ان المص يشوه شكل الأنف والفك ولا يجعل الأسنان تنبت جيدا . وكذلك يسبب التنفس من الفم الذي يعرض الطفل الى البرد والم الزور وتضخم اللوز والزوائد - شكل ٣٤ -

ويلاحظ في هذه الصورة الفم المفتوح والاسنان العليا البارزة غير مغطاة بالشفة وصغر الفك الاسفل وكل ذلك نتيجة التنفس من الفم



هذا وبالمص المستمر يكثر لعاب الفم فيبلعه الطفل وعلى ذلك لا يترك للمعدة وقتا للراحة وتكون النتيجة عسر الهضم هذا فضلا عن أن الميكروبات قد تلتصق بالبزازة فتسبب عنده

امراضا مختلفة — ولتعلم الام أن الطفل الذي يترك له الحبل في
الصغر فيتعود على المص من مهده قد يصير عند ما يكبر قليلا
لاهم له الا مص الحلويات ثم عندما يشب ربما يشب مدمن على التدخين
والخمر — لذلك يجب على الام أن تمنع طفلها من هذه العادة
السيئة من صغره ولا تهملها في مبدئها — وكثيرا ما نشاهد أطفالا
بلغوا من العمر الخامسة وما يزالوا يضعون في أفواههم هذه
القطعة الملوثة من المطاط ولا يستطيع أولو أمرهم منعهم خوف
اغضابهم ولو علموا أنها تعرضهم للأمراض المختلفة لما احجموا عن
منعها عنهم بحزم وعزم

٤ — تعويد الطفل على عدم الرضاعة ليلا

يجب ان يعود الطفل ذلك من صغره فلا يسمح له بأخذ
الثدي بعد آخر رضعة كما سبق ان اوضحنا ذلك حتى يتقى
الطفل امراضا كثيرة

