الـفـصل الأول

الأيــام الأولــى

الــولادة:

تخضع الأم في الأيام الثمانية الأولى بعد الولادة، إلى مراقبة دائمة من قبل الطبيب النسائي، كما يخضع المولود إلى مراقبة دائمة من قبل طبيب الأطفال.

يجري أول فحص للطفل بعد الولادة مباشرة حيث يهتم الطبيب، بشكل خاص، بإظهار ما إذا كان الطفل يملك نواقص فيزيولوجية أو بيولوجية معينة، وذلك لعلاجها في الوقت المناسب في المستشفى.

تقدم الممرضات للأم في المستشفى نصائح مفيدة حول كيفية إطعام الطفل ورعايته بشكل صحيح، كما إنهن يستطعن مراقبة الطفل ورعايته بأنفسهن إذا لزم الأمر.

يبدأ إطعام الطفل منذ الساعات الأولى لولادته. ولكي نؤمن للطفل الكمية اللازمة من السكر، يجب زيادة كمية الحليب كل يوم. ويلاحظ في اليومين الأولين بعد الولادة، نقص في وزن الطفل يعادل نسبة 10% من وزنه بعد الولادة. تنتهي عملية استمرار النقص في وزن الطفل بعد بلوغه الثمانية حتى العشرة أيام.

يطرح الوالدان عادة سؤالاً، وذلك أثناء إخراج الطفل من مستشفى التوليد: «لماذا يسحبون الدم من كعب قدم الطفل؟».

يلزم القانون، بأن يفحص الطفل بعد أسبوع من ولادته، من مرضين أساسيين، اللذين إن وجدا ولم يستطع الأطباء إظهارهما في الوقت المناسب، يمكن أن يؤديا إلى اضطرابات بيوكيميائية غددية، ثم ينعكس هذا على عمل المخ لدى الطفل.

أعني هنا أنه يتوجب على الأطباء إظهار خفض الدرقية إن وجدت، وهو مرض غددي، يظهر في العجز الوظيفي للغدة الدرقية، حيث يسمح الإظهار المبكر لمرض خفض الدرقية بإجراء العلاج اللازم وفي الوقت المناسب بواسطة الأدوية الهرمونية.

كما يتم في الوقت نفسه اختبار ما إذا كان الطفل يعاني من البول الفينيلي الكيتوني وهو مرض عصيب، ينتج عنه فقدان الإنزيم، حيث يحدث تجمع طبيعي لحموض الأمونيوم الفينيلية، التي تؤدي إلى تسمم الدماغ.

إن الاكتشاف المبكر لمرض البول الفينيلي الكيتوني يسمح بنزع الفينيل من طعام الطفل.

المولود الجديد في البيت:

أريد أن أتحدث هنا عن المشكلة التي تظهر في البيت مع ظهور أخ أو أخت جديدة في الأسرة. نلاحظ عند الطفل دائماً إحساساً بالغيرة من الأصغر، وهذا شيء طبيعي جداً. لا يجوز أبداً السماح بإيذاء المولود الجديد، كما لا يجوز تدليله كثيراً أيضاً.

سوف يشعر الأخ أو الأخت الكبرى بالتعاسة، بعد أن تهملهم الأم قليلاً، بسبب الاهتمام الطبيعي، الذي يجب أن تظهره تجاه المولود الجديد، كذلك يفعل باقي أفراد الأسرة وأصدقاؤها، فالمولود الجديد يظهر كاللعبة الجديدة، ويريد الجميع التمتع برؤيته.

لهذا يشعر الأكبر، أنه منبوذ، مما يحذو به للشعور بالعداء تجاه المولود الجديد. لذلك، يتوجب على الأهل تحضير الأسرة لظهور المولود الجديد. يكفي بأن يبدؤوا الحديث عن ذلك قبل عدة أسابيع من الولادة، وأن يجذبوا الكبار لكي يحضروا الهدايا والسرير للطفل الجديد. نفضل أن يكون هذا التحضير بحدود المعقول، وأن يترك للأكبر كل ما اعتاد عليه: كالغرفة، والسرير، وما شابه ذلك، دون إزعاجه أو المساس بعاداته.

يتوجب على الأم، أثناء فترة إقامتها في دار التوليد، الاتصال بالأطفال في البيت دائماً، حتى لا يشعر الأطفال بأنهم متروكون دون عناية.

عند العودة من المستشفى، تنصح الأم بأن تهدي طفلها الأكبر شيئاً ما باسم المولود الجديد. يجب أن تجد الأم وقتاً أيضاً من أجل الأكبر، حتى تظهر له محبتها وعنايتها به. فهي يجب أن تفهمه، لقد كان ينتظر رفيقاً يلعب معه، وظهر أن هذا الرفيق ليس إلا مخلوقاً ضعيفاً، رغم حديث الجميع عنه، لذا فإن نزعته الطبيعية تدفعه لكي يستعيد وضعه السابق، ويسعى لكي يكون المحبوب من جديد: فيفعلها في ثيابه لكي يعطوه حفاضات نظيفة، أو يطلب الرضاعة من صدر أمه؛ أي إنه سيفعل كل شيء لكي يبقى في مركز الاهتمام.

لا يتوجب على الأهل في هذه الحالة توبيخ الطفل أو معاقبته، وإنما العكس، عليهم أن يبرهنوا له أنه ما زال يحتفظ بمكانته عندهم، وأنه سيبقى الابن أو البنت الأهم والأفضل من الصغير، الذي لا يستطيع فعل شيء لوحده.

على الأهل في هذه الفترة إيجاد شيء ما يشغل الطفل الأكبر، ويفضل إرساله إلى مكان ما للأطفال كمدرسة خاصة. إذا كان الأكبر في سن المدرسة، فينصح بعدم استعمال القوة والتوبيخ عند إرساله إلى المدرسة، كما لو كان عبئاً ثقيلاً.

أخيراً نقول: إن ظهور طفل جديد في الأسرة، هو بحد ذاته مصدر للإرهاق والمنافسة، ويحمل الأم المتعبة بعد فترة الحمل، عبئاً جديداً على كاهلها.

لكن يكفي أن تتصرف الأم بشكل طبيعي وببساطة دون فرط أحاسيس، حتى يجد كل من الطفلين مكانه في الأسرة ويعرف دوره تمام المعرفة.

عناية الأم:

قد تفقد الأم هدوءها، بعد أن تعود من دار التوليد، أمام المشكلات والمهمات الجديدة التي تظهر لها صعبة جداً وغير محتملة. وتحس بنفسها ضعيفة وعاجزة أمام المخلوق الصغير، الذي لم يتجاوز عمره بضعة أيام، والذي يعطي وزنه وطوله انطباعاً قوياً عن هوانه وضعفه.

إلا أنه يكفي، أن تتلقى الأم بعض النصائح المفيدة، وتجرب قواها في أن تكون أماً، وسوف تكون مؤمنة العناية الضرورية للطفل.

يحمل المولود الجديد على الأيدي بلطافة، ويمسك في الوضعية الأفقية، حيث يوضع رأسه على المرفق مرتفعاً للأعلى قليلاً، أو في الوضعية الشاقولية، بحيث يسند رأسه من الخلف براحة اليد. يمسك الطفل جيداً لكن دون الضغط عليه، فهو يجب أن يشعر بالراحة.

تسقط الصرة عند الطفل عادة بعد انقضاء اليوم الخامس وحتى العاشر كأقصى حد. لكن الجرح في منطقة الصرة يمكن ألا يشفى حتى وقت خروج

الأم من دار التوليد، وفي هذه الحالة يتوجب على الأم القيام بعلاجها بشكل جيد.

- يتم تطهيرها عدة مرات في اليوم بالكحول (60 ْ)، ثم بمحلول الأيوسين المائي.
- يوضع رباط معقم ويثبت بالضماد بشكل ضعيف. ويجب أن يكون الضماد والرباط جافين لذلك يتم تبديلهما أثناء اليوم كلما لزم الأمر.
- يجب أن يلتئم جرح الصرة بالكامل، دون أن ينزف أو يتقيح. وإذا نزف أو تقيح، فلا بد من مراجعة الطبيب.
- تلتئم الصرة بشكل كامل عادة في اليوم الخامس عشر بعد الولادة، حيث ينزع الرباط عنها.
- يتوجب على الأم، ما دامت الصرة غير ملتئمة، غسل طفلها بالماء المغلي بعد تدفئته وتبريده طبعاً، في الغرفة بدرجة حرارة عادية 20 ْ. كما يجب أن ترتدي الأم أثناء ذلك قفازات خاصة.
- يجب أن يكون الماء دافئاً، ويغسل جسم الطفل بصابون خاص للأطفال، حيث تنظف الأم برفق وعناية شديدين منطقة الرقبة، والإبط، ومنطقة الطيات الأربية والكفلية، غير متناسية الرأس أثناء ذلك.
- ثم يشطف الطفل بالماء، ويجفف جسمه جيداً بالمنشفة.

هناك الكثير من المواد المحضرة خصيصاً للأطفال. لكن لا أستطيع القول، إنها غير مؤذية بشكل تام.

تستخدم بشكل كبير المواد المحضرة بشكل خاص للأطفال الذكور ولا سيما المواد المعطِّرة، التي لا تحوي على الكحول. ينصح بعدم استخدام التالك. يجفف الأنف، والعينان، والأذنان بقطن طبي خاص، مبلل بمحلول فيزيولوجي، حسب إرشادات الطبيب.

يحمم الطفل بعد أن تلتئم صرته فقط. ويستخدم لهذا حوض خاص، يثبت على أساس متين، وينظف جيداً بعد كل استخدام.

درجة حرارة الماء يجب أن تكون بمعدل 73 ْ درجة مئوية. تحدد هذه الدرجة بواسطة مقياس الحرارة، أو بواسطة المرفق.

تنزع الثياب، ثم ينزل بهدوء في الماء تدريجياً، داهنين أثناء ذلك جسمه بالصابون في الوقت نفسه، ثم يمسك الطفل من تحت إبطيه، لكي نؤمن ثباتاً جيداً لجسمه ورأسه فوق الماء.

يجب أن يشعر الطفل بالانتعاش في الماء، حيث تترافق عملية الاستحمام ببعض الكمادات الدافئة والرقيقة من قبل الأم. كما لا يحدد زمن الحمام. بعد إخراج الطفل من الحوض، يجفف جسمه جيداً بالمنشفة، حيث يوضع أثناء ذلك على

طاولة صغيرة، مفروشة ببعض الحفاضات الناعمة. ويحذر من تركه وحده فوق الطاولة، خوفاً من سقوطه.

نبدأ بقص أظافر الطفل، في نهاية الأسبوع الثالث بعد الولادة، وذلك بمقص خاص مطهر. إلا أن بعض الأطفال، يملكون أظافر طويلة، بعد الولادة مباشرة، ويمكنهم أن يخدشوا أجسامهم بتلك الأظافر. ينصح في مثل هذه الحالة، بوضع قفازات قطنية في يدي الطفل، حتى يبلغ الأسبوع الثالث من عمره، حيث يمكن قص أظافره حينها.

يفضل تبديل الهواء في غرفة الطفل بشكل مستمر، وألا تتجاوز درجة الحرارة/20/ درجة مئوية. يمكن أن يرطب جو الغرفة بمرطب خاص، كما يحذر من التدخين في الغرفة، التي ينام أو يتواجد فيها الطفل.

يجب أن يتمتع جو الغرفة بالبساطة وبالعملية، حيث يتوجب إزالة الستائر منها، وكل الأشياء المجمعة للغبار، والأشياء غير المستخدمة.

السرير: هو عنصر المفروشات الرئيس في الغرفة، ويجب أن يكون اختياره مبنياً على الراحة والأمان للطفل. ولا ينصح باستخدام السلات المثبتة على أساس قوي أو ضعيف، لأن الطفل يكبر بسرعة، وقد لا تكفيه طويلاً.

يفضل شراء سرير ثخين الجوانب، ذي فتحات واسعة، أو سرير شبكي، بشبكات عريضة من كل الجوانب، ويجب أن يكون الفراش قاسياً، حيث يفرش فوقه مشمع للأولاد، ثم حفاضات قطنية طرية.

* يفضل أن يكون البياض السفلي رقيقاً واللحاف خفيفاً.
* لا ينصح باستخدام الوسادة. ينصح بوضع الطفل على بطنه في السرير، أو على جنبه، وذلك تفادياً لسقوط الطعام في مجاريه التنفسية. وفي حال الإقياءات الكثيرة الممكنة يعتبر استخدام الرباطات، والوسائل الأخرى المحددة لحركة الطفل، خطراً أكثر منه نافعاً. وإن تعرى الطفل أثناء النوم، فيمكن إلباسه مِفضلة (بيجامة) قطنية.

التعـرق:

مـن الطبيعـي ألا يتعـرق الطفـل مثـل الكبـار، وفـي بعـض الحـالات، تسـبب الإفرازات العرقية عند الأطفال، إزعاجاً للأبـوين. يتعـرق عـادة عند الطفل رأسـه، ويداه وقدماه. وهذه ظاهرة طبيعية تماماً عند كل طفل صحيح.

يجب أن نخرج الطفل إلى الشارع، لأول مرة، فـي اليوم الخـامس عشـر بعد الـولادة إذا سمح الطقس بـذلك، لا تحـدد مـدة النزهـة. يوضـع الطفل أثنـاء ذلك فـي العربة على ظهره، ويغطى بشكل جيد.

من الطبيعي، أن تلغى النزهة إذا كان الجو بـارداً، أو مـاطراً، أو ضـبابياً، أو ثلجياً. تستخدم العربة الصيفية المفتوحة، عندما يصبح الطفل قـادراً علـى الجلـوس، أي ما بين الشـهر السـابع والشـهر التاسـع مـن عمـره، كمـا لا يجـوز أن تسـقط أشـعة الشمس بشكل مباشر علـى الطفل. ينقل الطفل فـي السيارة، بعد وضـعه فـي سلة تثبت بشكل جيد ومريح في المقعد الخلفي. أما الكرسي المخصص لطفل بـالغ نوعـاً ما في العمر، فيثبت علـى المقعد الخلفـي للسيارة أيضـاً. تفرض مراقبـة دائمـة علـى الأطفال الموجودين في السيارة.

لا يجوز تـرك الطفل وحـده بالسيارة، لا سيما إذا كانـت أشـعة الشمس واقعة عليه بشكل مباشر، لأنه أثناء ذلك، يمكن أن ترتفع درجة الحـرارة فـي السيارة المغلقـة إلـى /60/ درجـة مئويـة أثنـاء عشـر دقـائق. فـي هـذه الحالـة، يحذر من أن يصاب الطفل بضربة شمس، وأن تنخفض رطوبة جسمه بشكل كبير.

نسأل عادة، ما رأيكم بالعربات التي يحركها الطفل بقدميه. أقول بصـراحة، لا يوجد جواب مطلق عن هذا السؤال. من الطبيعي، أن تكون هذه العربات مريحـة للأم المشغولة، وآمنة بالنسبة للطفل. ولكن على الرغم من هذا، لا بد لنا أن نـدرك، أن الطفل لا يستطيع البقاء فيها طـويلاً. يبقـى الطفل عـادة فيهـا، مـا دام لا يستطيع الحركة، يلعب فيها وحيداً، أو تحت مراقبة أحد مـا، ولكـن مـا إن يـدرك الطفل، أنـه يستطيع الحركة ذاتياً، حتى يحس بالحاجة إلى حرية أكثر.

الحـذاء:

ننصـح عـادة الأبـوين، أن يلبسـوا الطفـل حـذاءً، عنـدما يصـبح قـادراً علـى الوقوف على قدميه. يجب أن يكون الحذاء طـويلاً، ومـع ضـبان خـاص، كمـا يجـب ألا يحد من تكون القدم، وألا يكون كعبه منزلقاً. ويتوجب إلباس الطفل الحذاء، فقط أثناء النزهة.

يستحسن، أن يمشي الطفل في البيت حافياً، وأن يلبس جوارب فقط، لأن هذا الأمر يساعده في التكوين الصحيح لقدميه، وفي تقوية عضلات الرجلين.

علينا أن نتذكر أيضاً، أن قدم الطفل في هذا العمر تنمو بسرعة، ويصبح الحذاء ضيقاً بعد فترة وجيزة.

أخيراً، يتوجب الابتعاد عن الأحذية المطاطية، مثل الجزمة، وغيرها، لأنها يمكن أن تسبب التعرق، والتكون غير الصحيح لأرضية القدم.

obeikandl.com