



# سلامتك

مجلة فصلية تعنى بالثقافة الصحية

57

موضوعاً  
عن الطفل

عدد  
خاص بصحة  
الطفل

العدد 15  
آذار 2023

- اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه
- تأخر النطق
- الوقاية من المواقع الاباحية
- سلس البول الليلي
- صعوبات التعلم
- اليرقان
- غيرة الاطفال
- ادمان الانترنت
- اضطراب طيف التوحد
- التهابات التنفسية
- تشوهات القلب الولادية
- التعامل مع المراهقين
- التحرش الجنسي بالاطفال
- الدودة دبوسية
- فقدان الشهية



من هنا تحميل  
اعداد المجلة

PDF

دعوة لكتابة المقالات الطبية والصحية باللغة العربية في مجلة [سلامتک] المتخصصة في نشر الثقافة الصحية العامة للمواطنين

### شروط المشاركة

1 ان تكون المقالة الى 300 - 500 كلمة باللغة العربية مطبوعة في برنامج [وورد]

2 ان يكون موضوع المقالة هو نشر الثقافة الصحية والوعي بالقضايا الطبية

3 ان يرسل مع المقالة صورته الشخصية ومعلوماته الشخصية والمهنية

4 تنشر المقالات المستوفية للشروط فقط

5 نستلم المقالة من خلال الرابط التالي:  
[Http://www.imrs.edu.iq/salamatak](http://www.imrs.edu.iq/salamatak)



### رابط ارسال المقالات

المجلة مستعدة لنشر الاعلانات من خلال مراسلتنا عبر الوسائل التالية:

✉ [Salamatak@iamrs.edu.iq](mailto:Salamatak@iamrs.edu.iq)  
☎ +964-772-166-9983  
🌐 [www.iamrs.edu.iq](http://www.iamrs.edu.iq)

ISSN 2707-5699 printed  
ISSN 2707-5702 online

تصدر عن الجمعية العراقية للبحوث والدراسات الطبية



الدكتور  
حيدر عبدالرزاق التميمي

الاشراف  
العام

الدكتور  
ضرغام عارف الاجودي

رئيس  
التحرير

سعدى السند

مدير  
التحرير

دار الامل للطباعة  
والنشر والتوزيع



رقم الايداع بدار الكتب والوثائق  
بيغداد ٢٣٨٤ لسنة ٢٠١٩ م

دار  
الكتب

رقم الايداع في نقابة  
الصحفيين العراقيين المقر العام  
(١٨١٦)



محمد نيروزي

التصميم  
والاخراج  
الفني

شركة البناء للطباعة والإعلان  
العراق - بصره - تقاطع الطويسة - مقابل دائرة الكهرباء  
07722228768 - 07822228768





رئيس التحرير

## لماذا عدد خاص بصحة الطفل؟

يمثل الأطفال ٣٠٪  
من سكان كوكب  
الأرض ويمثلون ٥٥٪  
من الشعب العراقي  
ولأن بناء الأوطان

يبدأ من العناية بالطفل وتنشئته بجسم وعقل سليم وبناء شخصيته بناءً صحيحاً وتلقيه الرعاية الصحية والتعليم الجيد ليكون فرداً فاعلاً في المجتمع وفعالاً في صنع الحياة وازدهار البلد لذلك قررت مجلة سلامتك أن تصدر عدداً خاصاً بصحة الطفل خصوصاً بعد النجاح الباهر للعدد الخاص بصحة المرأة والعدد الخاص بالصحة النفسية فهذا العدد الخاص بصحة الطفل يتعلق بصحة نصف الشعب العراقي وكذلك هو مهم جداً للنصف الآخر من الشعب بصفته أباً أو أمّاً أو جدياً للنصف الأول.

وقد كانت الاستجابة للكتابة في هذا العدد أو رعايته كبيرة جداً فقد وصلتنا عشرات المقالات والمشاركات ولم نتمكن من نشرها كلها في هذا العدد الخاص الذي حصرناه بـ ٧٢ صفحة و ٥٧ مقالة لأسباب فنية ومالية وربما احتجنا إلى إصدار عدد آخر أو جزء ثانٍ خاص بصحة الطفل.

ولا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساهم في هذا العدد من مؤسسات وجامعات وكليات وأفراد وأخص بالذكر مدير التحرير الصحفي سعدي السند والاستشاري الدكتور باسم عبدالكريم العبادي.

نسأل الله تعالى أن يتقبل منا هذا العمل خالصاً لوجهه وأن يبارك فيه لتعم الفائدة لأكبر عدد ممكن من الأسر في داخل العراق وخارجه.

## هذا العدد برعاية



شركة ناقلات النفط العراقية



الشركة العامة للنقل البحري



الشركة العامة للنقل البري



كلية الكنوز الجامعة

## الانترنت عند الاطفال

## مقدمة

إدمان الإنترنت عند الأطفال أصبح مشكلة سلوكية، وبظهور جائحة كورونا أصبح استخدام الإنترنت بشكل أوسع والأطفال صاروا أكثر عرضة لاستخدام الإنترنت بإفراط.



أ.م.د. رفيف عبدالحافظ  
الرياحي

### أهم سبل الوقاية من إدمان الانترنت لدى الأطفال:

- 1- ضبط الذات من خلال تعويد الأطفال على قمع الغضب واحترام خصوصيتهم وخصوصيات الآخرين.
- 2- تنشئة الاطفال على القيم الروحانية من خلال التنشئة الأسرية والتعاون مع الآخرين.
- 3- تنمية معنى الصداقة في نفوس الأطفال من خلال اللعب مع الاطفال الآخرين ممن هم في نفس أعمارهم.
- 4- إذا كان الطفل صغيراً فمن المهم أن يضع الوالدان جهاز الكمبيوتر بمكان مناسب لمراقبته كأن يكون في غرفة الجلوس وليس في غرفة الطفل، وعلى الوالدين استخدام برامج تمنع المحتوى غير المناسب لعمر الطفل، وكذلك تحديد الساعات التي يمضيها الطفل أمام الشاشة.
- 5- يجب أن يقوم الوالدان بالتأكد من أن المتصفح على أجهزة الكمبيوتر مناسب للأطفال، وذلك من خلال تحميل برامج معينة على الأجهزة مهمتها التأكد من عدم فتح المحتوى غير المناسب لهم، كما يجب حجب المواقع والقنوات التلفزيونية التي تعرض محتوى للبالغين.
- 6- خصصوا وقتاً للتحدث لأطفالكم عن مشاكلهم وأسباب ابتعادهم عن الحياة الواقعية في حال شعرتهم بأن الوقت الذي يمضيه طفلكم خلف الشاشات أصبح مشكلة. ولا مانع من اللجوء إلى المختصين والمرشدين الاجتماعيين في حال تطورت المشكلة وفقدت السيطرة عليها.

خاصة إذا طالت هذه المشكلة لأكثر من يوم واحد.

**ثالثاً: العزلة والهوس بالحياة المتصلة** بشبكة الإنترنت: يفضل الطفل أن يكون متصلاً بالشبكة بدلاً من أن يكون محاطاً بأصدقائه وأفراد عائلته، ويقوم الطفل بالتحقق من وسائل التواصل الاجتماعي والرسائل الالكترونية لديه عدة مرات خلال النهار، ويبقى مشغول البال حول ما فاتته من ألعاب ومحادثات افتراضية إذا غاب قليلاً لإتمام دروسه مثلاً، والتي كثيراً ما يضحى بها هي الأخرى من أجل التواجد على الإنترنت.

كما يمكن أن يقوم الطفل بخلق روابط جديدة مع أشخاص تعرف عليهم خلف الشاشة، ويفقد الاهتمام بأي نشاط كان يحب القيام به.

### ومن أهم الأسباب المؤدية إلى ادمان الانترنت لدى الأطفال:

#### • التنشئة الاجتماعية:

يولد الطفل مجرد كائن بيولوجي لا يدرك حقيقة الأشياء، لكنه مزود بمجموعة من الاستعدادات الفطرية تبدأ في الظهور مع نموه البطيء إلى أن تكتمل قدراته، لذا تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لما لها من أهمية في تكوين شخصيته ويتم فيها نموه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي فهي تؤثر تأثيراً عميقاً في حياة الطفل المستقبلية، وتتوقف طبيعة هذا النمو المتفاعل والمستمر على طبيعة المحيط الأسري، إذن الأسرة هي من أهم العوامل والمؤثرات الاجتماعية التي تلعب دوراً في تربية الطفل وتنشئته.



إن إدمان الإنترنت واستخدام الأجهزة الالكترونية كغيره من أنواع الإدمان الأخرى قد يكون وسيلة للطفل للهروب من الواقع، وقد يستخدمها الطفل من أجل الابتعاد عن المواقف والمشاعر المؤلمة له مما يؤدي إلى مشاكل أكبر في المستقبل، ويفسر ذلك وجود الموبايلات عند كل طفل وذلك لقضاء وقت الفراغ حتى يتمكن والده من تلبية عملهم فيعملون على إعطاء الهاتف إلى الطفل وهنا يعيش الطفل في عالم خاص وتمضية ساعات طويلة على الإنترنت، أو خلف الشاشات الإلكترونية بشكل عام كالتلفاز، ألعاب الفيديو، استخدام الهواتف الذكية والكمبيوترات وغيرها من الأجهزة الالكترونية، ويصبح شيئاً لا يستطيع الاستغناء عنه، حيث أن التعامل مع الهواتف النقالة ومواقع التواصل الاجتماعي يفرز مادة كيميائية تدعى ((الدوبامين)) التي تشعرهم بالسعادة وهذا يؤدي بدوره إلى إدمان الطفل على الانترنت، وانعكاس ذلك سلباً على صحتهم النفسية.

### أعراض الإدمان على الأجهزة الإلكترونية

إن إدمان الأجهزة الالكترونية يؤدي كغيره من أنواع الإدمان الأخرى، ويؤثر على التوازن الصحي بين الاهتمامات والنشاطات لدى المدمن ويمكن تقسيم أعراض الإدمان إلى ثلاث مجموعات:

**أولاً:** الزمن الذي يمضيه الطفل مستخدماً الانترنت والأجهزة الالكترونية عموماً: يبقى الطفل متصلاً بهذه الأجهزة مدة أطول مما كان يعزم عليه في البداية.

يحاول الطفل التسلسل لاستخدام الإنترنت عندما يكون البالغون غير منتهيين له وقد يكذب حول الوقت الذي يمضيه عليها.

**ثانياً:** الانهيارات النفسية التي قد تحدث للطفل المدمن: يصاب الطفل بالغضب الشديد أو الاضطراب عندما تتم مقاطعة استخدامه للإنترنت أو الأجهزة والألعاب الالكترونية، كما ينزعج بشدة عندما لا يستطيع الاتصال بشبكة الإنترنت أو إذا تم حرمانه من اللعب بالألعاب الالكترونية،



إيمان حسن سلطان  
إرشاد نفسي وتربوي

# إساءة معاملة الطفل



ولعله من المفيد أن نؤكد على وجود الكثير من جهود الوقاية في الوقت الراهن التي تعمل على التشخيص المبكر لإساءة معاملة الطفل وتحديد المدخلات لحماية الأطفال المعنيين، حيث هنالك بضعة إستراتيجيات تطبيقية فعالة للحد من معدلات إساءة الطفل من خلال الدراسات العلمية للنتائج وبرامج الوقاية، ولا يفوتنا أن ننوه أن مؤسسات الدولة أسهمت بشكل واضح بحماية هذه الفئة من المجتمع وتقديم الخدمات الفعالة لهم.

واستخلاصاً لما سبق تناولناه فإن الوقاية من إساءة معاملة الأطفال تقتضي اتباع نهج متعدد القطاعات والبرامج الفعالة في هذا المجال، وأهمها البرامج التي تعكف على دعم الآباء وتلقيهم المهارات الإيجابية اللازمة لتربية الأطفال ورعايتهم من حيث تثقيف الآباء من أجل تحسين معارفهم في ميدان نماء الأطفال، وتشجيعهم على انتهاج إستراتيجيات إيجابية فيما يخص إدارة الأطفال، وإعداد برامج تقي إيذاء الأطفال جنسياً وهذه البرامج عادة ما تنفذ داخل المدارس من أجل تعليم الطفل لأمر مهمتها منها:

- ملكية الجسد.
- الفرق بين اللمس اللائق وغير اللائق.
- كيفية الرفض والإجابة بكلمة لا.

وأخيراً لا مَنَاص من القول أن تلك البرامج لها وقع وفعالية حقيقية الأثر في تعزيز عوامل الحماية ضد الإيذاء الذي يتعرض له الأطفال، كما أن التفطن مبكراً إلى حالات إساءة المعاملة والاستمرار في رعاية الأطفال الضحايا وأسرهم من الأمور التي يمكنها المساعدة على الحد من تكرار إساءة المعاملة والحد من عواقبها الآنية والمستقبلية.

تعتبر مشكلة إساءة التعامل مع الطفل من المشكلات العالمية المنتشرة في كل المجتمعات، حيث يتعرض بعض الأطفال إلى خبرات غير سارة في السنوات الأولى من أعمارهم ضمن محيط الأسرة، ولهذه الخبرات أثر كبير على مستقبل حياته وقدرته على التوافق المطلوب، ومن الملاحظ على المستوى الإجرائي أن إساءة معاملة الأطفال من المسائل المعقدة التي تصعب دراستها وتمثل خبرة فريدة لكل طفل على حدة، وتعتمد خطورة نتائج هذه الظاهرة على شدة ومعدل تكرار الإساءة وعلى الأثر الذي تتركه في سلوكه وفي خصائصه النفسية ونوعية العلاقة بين الطفل ومرتكبي الإساءة.

ومن الضروري عدم إهمال تشخيص مثل هذه الحالات التي ينتج عنها عواقب وخيمة بالنسبة للطفل وتدوم مدى حياته، وعلى المستوى العلمي كشفت الدراسات الدولية أن نحو ربع مجموع الأشخاص البالغين قد تعرضوا للإيذاء الجسدي في مرحلة الطفولة، وأن واحدة من بين خمس نساء وواحد من بين ثلاثة عشر رجل يبلغون عن تعرضهم للإيذاء الجنسي في مرحلة الطفولة، كما يتعرض الكثير من الأطفال للإيذاء العاطفي (الذي يشير إليه بعض الأحيان مصطلح الإيذاء النفسي والإهمال)، ويمكن أن تسهم إساءة معاملة الأطفال في ظهور عواقب صحية ونفسية، حيث تسبب حدوث إجهاد يؤدي إلى عرقلة نماء الجهازين العصبي والمناعي وتسبب بذلك العديد من حالات الاكتئاب وإيذاء الذات أو محاولات الانتحار ومحاولات الفرار والتدخين المبكر وسلوكيات جنسية محفوفة بمخاطر عالية، وبذلك يلاحظ من القراءة الأولية أن عدم القدرة على التكيف مع الضغوطات والإحباطات والنظرة غير الصحية للأبوة واضطرابات الشخصية وقبول فكرة أن العنف جزء طبيعي من العلاقات يُعد مؤشراً سلبياً ذا تداعيات مقلقة.

# قماط الطفل ما بين الفوائد والأضرار

د. لؤي حسن علوان الشمري  
اختصاصي طب الأطفال  
وحديثي الولادة

- الحفاظ على مساحة للوركين: قد يصاب الأطفال الذين يتم لفهم بإحكام شديد بمشكلة في الوركين، حيث أن استقامة أرجل الطفل ولفها بإحكام يمكن أن يؤدي إلى خلع مفصل الورك أو خلل التنسج، وهو تكوين غير طبيعي لمفصل الورك حيث لا يتم تثبيت الجزء العلوي من عظم الفخذ بقوة في تجويف الورك.
- اقتصر قماط الطفل على فترة النوم: يجب أن يقتصر قماط الطفل على فترة النوم، وذلك لمنح الطفل حرية الحركة أثناء الاستيقاظ، ولتفادي المخاطر المحتملة من القماط أثناء استيقاظ الطفل.
- بشكل عام، يجب التوقف عن قماط الطفل إذا كان يشعر بالغضب أثناء التقييط، وطالما يشعر بسعادة دون التقييط، فالأفضل هو عدم القيام بهذا الإجراء.

## نصائح لطريقة آمنة للتقييط

- يجب استخدام قماش خفيف وناعم لقماط طفل وترك الرأس مكشوفاً، ووضعي طفلك المغطى على ظهره لا على جانبه، أو بطنه.
- توقفي عن التقييط بمجرد أن يبدأ طفلك التدحرج على جانبه، أو بطنه.
- يمكنك تقييط طفلك منذ الولادة، لكن تجنبي تقييطه بعمر شهرين أو ثلاثة أشهر لتفادي موت المهد المفاجئ.
- لا تربطي طفلك بحزم، ووفري له المساحة لتحريك قدميه بحرية، والانحناء عند الفخذ.
- التأكد من فحص درجة حرارة طفلك بانتظام لتجنب كثرة التدفئة وارتفاع درجة حرارته.

ظهره، وبالتالي الوقاية من متلازمة موت الرضع المفاجئ في حالة التأكد من نومه على الظهر وعدم ثقله على الجوانب أو البطن.

- يمكن أن يكون القماط مفيداً بشكل خاص للأطفال الذين يعانون من مشاكل عصبية أو مغص، حيث يزداد لديهم الشعور بالألم والانفعال.

## أضرار قماط الطفل

- الإصابة بمشاكل الورك: عند القيام بقماط الطفل، فإن هذه الوضعية تجعل الساقين متماسكين ومستقيمين، مما يزيد من خطر الإصابة بمشاكل الورك، مثل خلل التنسج الوري.
- تساعد بعض الطرق في الوقاية من أضرار قماط الطفل، وتشمل: وضع الطفل على ظهره: من الضروري وضع الطفل على ظهره أثناء القيام بتقييطه، فهذا يقلل من فرص إصابته بالاختناق.
- مراقبة الطفل أثناء النوم: يجب على الأم مراقبة الطفل أثناء التقييط حتى لا يتدحرج عن طريق الخطأ، وينبغي التوقف عن قماط الطفل مع بدء علامات قدرته على التدحرج، ويكون ذلك في عمر شهرين تقريباً.
- الحفاظ على مساحة نوم آمنة للطفل: يجب أن تظل مساحة النوم الآمنة للرضع خالية من أي فراش فضفاض أو أشياء ناعمة يمكن أن تسبب اختناق الطفل.
- تجنب ترك الطفل ليسخن بشدة: يمكن أن يزيد التقييط من فرص ارتفاع درجة حرارة الطفل، ويجعله يسخن بشدة، ولذلك يجب عدم ترك الطفل حتى يصبح جسمه شديد السخونة، وينبغي التوقف عن تقييطه إذا أصيب الطفل بتعرق، أو أصبح شعره رطباً، أو ظهرت علامات الاحمرار على وجهه أو جسمه، أو ملاحظة سرعة معدل التنفس لديه، فكل هذه العلامات تدل على سخونة جسم الطفل بسبب القماط.

يعتبر قماط الطفل من العادات الشائعة في العالم العربي، وهي القيام بلف جسم الطفل بإحكام ليحس كأنه في رحم الأم، مما يساهم في تهدئته خلال الفترة التي تعقب الولادة، تقول الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال أنه عند القيام بذلك بشكل صحيح، يمكن أن يكون التقييط أسلوباً فعالاً للمساعدة في تهدئة الأطفال وتعزيز النوم ومع هذا، قد يتسبب التقييط في إلحاق الطفل بالعديد من الأضرار بدلاً من الفوائد من استخدامه ولذلك في حالة الرغبة في تقييط الطفل بالمنزل، يجب اتباع بعض الإرشادات للتأكد من إجرائه بأمان.

## فوائد قماط الطفل

- تهدئة الطفل أثناء النوم ويساعد لطفه على تهدئته ليحس كأنه لا زال داخل الرحم، ويكون لديه مساحة صغيرة للتنقل، وهو ما اعتاد عليه قبل أن يولد، مما يجعله يشعر بالدفء والاطمئنان، ويقلل من بكاء الطفل، وعصبيته، وغضبه.
- حماية الطفل من الهزات المفاجئة: أثناء نوم الرضيع، يمكن أن يصاب بهزات شديدة بالجسم، وهي عبارة عن رد فعل مفاجئ مما يجعل الطفل يحرك ذراعيه للأعلى وكأنه سيسقط، ويساعد القماط في حماية الطفل من الانزعاج الناتج عن هذه الهزات، مع العلم أن هذه الهزات طبيعية ولا تشكل خطورة على الطفل.
- نوم الطفل لفترة أطول: في حالة شعور الطفل بالهدوء ووقلة الانزعاج أثناء النوم، فيمكن أن ينام لفترة طويلة دون أن يستيقظ، وهو ما يمنح الأم فرصة للحصول على الراحة التي تحتاجها لمواصلة مهامها اليومية في العناية بالطفل.
- الوقاية من متلازمة موت الرضع المفاجئ: يضمن القماط نوم الطفل على



د. هبة عبدالحسين صفر  
اختصاصية الطب النفسي

### العلاج النفسي

ويتضمن:

أ- جلسات العلاج السلوكي الفردي  
ب- جلسات العلاج السلوكي الجمعي  
وتهدف الى التدريب على اكتساب المهارات والمؤهلات الاجتماعية وزيادة التركيز.

ت- جلسات العلاج العائلي والتدريب على اكتساب المهارات في التعامل مع الاطفال المصابين بالاضطراب.  
ويمكن تحقيق أفضل النتائج من هذه العلاجات شرط ضمان التعاون المشترك والتام، بين المدرسين، الأهل، المعالجين والمستشارين أو الطبيب النفسي، بحيث يعمل هؤلاء جميعاً سوية، كمجموعة واحدة، من أجل تحقيق هدف مشترك.

ويستطيع الأهل أن يلعبوا دوراً مركزياً وحاسماً من خلال بذل الجهود لتنسيق العمل المشترك والتعاون مع المعلمين، ومن خلال توجيههم إلى المصادر المؤهلة والموثوق بها لتلقي المعلومات والدعم اللازمين من أجل تحسين وضع طفلهم أثناء الدراسة.

- 6- لا ينتظر نهاية السؤال قبل الاجابة.
  - 7- يقاطع الآخرين أثناء الكلام.
  - 8- لا ينتظر دوره ولا يقف في الطابور.
- الأعراض الخاصة بتشتت الانتباه**
- 1- لا يعطي اهتمام بالتفاصيل الدقيقة ويعطي إجابات خاطئة بسبب إهمال التفاصيل.
  - 2- تشتت الذهن بسهولة والانتقال الدائم من نشاط إلى آخر.
  - 3- يفشل بإنهاء واجباته المدرسية.
  - 4- ينسى أغراضه بالمدرسة.
  - 5- الشعور بالملل من أداء نشاط واحد بعد بضع دقائق.
  - 6- يظهر وكأنه لا يصغي عند الحديث إليه.
  - 7- صعوبة إتباع التعليمات.
  - 8- نسيان في انجاز الفعاليات والانشطة اليومية (مثلا الواجبات المنزلية، الاتصال بشخص اتصل مسبقاً، المواعيد).

### العلاج

#### العلاج الدوائي

تعتبر الأدوية المنشطة والأدوية المهدئة العلاجات الدوائية الأوسع انتشاراً لمعالجة الاضطراب لدى الاطفال وتشمل:

- أ- ريتالين (Ritalin), كونسـيرتا (Concerta), ميثيل فينيدات/ دواء منبه أساسي (Methylphenidate)
- ب- أديرال (Adderall), ديكسـترأمفيتامين (Dextroamphetamine) / أمفيتامين (منبه عصبي) - (Amphetamine)
- ت- ديكسـدرين (Dexedrine) دكـسـترأمفيتامين (Dextroamphetamine).

هذه الأدوية تعمل على تنشيط الدماغ وموازنة مستويات/ تركيز المواد الكيميائية في الدماغ، والمعروفة باسم الناقلات الكيميائية بين الأعصاب (الناقلات / النواقل العصبية - Neurotransmitters).

وتساهم هذه الأدوية في تحسين الأعراض والعلامات الأساسية المصاحبة للاضطراب كنقص الانتباه، وفرط النشاط، بدرجة كبيرة جداً.

يعتبر من الاضطرابات النفسية التي تصيب الأطفال والبالغين. يتميز بمجموعة من الأعراض التي تجعل المصاب غير قادر على إتباع الأوامر والسيطرة على التصرفات ويعاني من صعوبة في الانتباه والتركيز. وتنتج عن هذه الاعراض مشاكل دراسية ومشاكل اجتماعية وشخصية، ويرتبط أحياناً بوجود اضطرابات نفسية أخرى مثل اضطرابات القلق واضطرابات المزاج والاضطرابات السلوكية. يصيب الاضطراب ما يقارب ٥% من الأطفال في سنالمدرسة، ويصيب الأولاد الذكور أكثر من الإناث بنسبة ١:٢ وتزداد النسبة إلى ١:٩ في حال وجود أخ شقيق مصاب بالمرض.

#### الأعراض:

تشتت الانتباه وفرط الحركة والاندفاعية تعتبر من الأعراض المميزة، وتقسم الأعراض إلى محورين ينتج ثلاثة أنواع لهذا الاضطراب

**أ- النوع الحركي:** والذي يغلب فيه الأعراض الخاصة بفرط الحركة.

**ب- النوع الخامل:** والذي تغلب فيه الأعراض الخاصة بتشتت الانتباه.

ت- النوع المركب. الأعراض الخاصة بفرط الحركة

- ١- عدم الجلوس بصورة هادئة في المقاعد، يتحرك كثيراً، يحرك قدميه.
- ٢- يترك مقعده في الأماكن التي يتوقع فيها أن يبقى جالساً.
- ٣- التحرك المستمر أو الركض في الأماكن التي يتطلب فيها الهدوء.
- ٤- صعوبة الانخراط في الفعاليات التي تتطلب هدوءاً أو تركيزاً.
- ٥- يتكلم بكثرة.

## اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه





د. غفران صباح السالم  
استشارية طب الأطفال

# الامساك عند الاطفال أسبابه وطرق علاجه

على الالياف يؤثر بالسلب على صحة الجهاز الهضمي للطفل.

٢- ذهاب الطفل الى المرحاض على فترات متباعدة خلال اليوم يؤدي الى الصعوبة في التبرز وحدوث الامساك.

٣- عدم تناول السوائل بالكميات المناسبة خلال اليوم.

٤- تناول الكثير من منتجات الالبان والاصابة بحساسية الحليب يعرض الطفل الى الاصابة بالإمساك.

٥- وجود تغير في الروتين اليومي للنوم والاستيقاظ أو السفر أو تغير المناخ يؤثر بشكل سلبي على الجهاز الهضمي للطفل.

٦- نادراً ما يكون سبب الامساك حالة مرضية مثل تشوهات في الجهاز الهضمي أو خلل في التمثيل الغذائي.

## مضاعفات الامساك

١- حدوث تشققات مؤلمة في فتحة الشرج.

٢- تهدل المستقيم.

٣- وجود ألم عند البراز يجعل الطفل يتجنب الذهاب الى المرحاض وهذا يؤدي الى تكثف البراز في المستقيم وفقدان السيطرة على فتحة الشرج وتسرب كمية من السوائل أو البراز منها لارادياً.

يعد الامساك من المشكلات الصحية الشائعة عند الاطفال والتي تسبب الكثير من الألم، ويعرف بتبرز الطفل بعدد مرات أقل أو يكون البراز جافاً وصلباً.

وبالرغم من كون اكثر حالات الامساك مؤقتة إلا أن هنالك حالات مزمنة يمكن أن تؤدي الى حصول مضاعفات لدى الاطفال.

## أعراض وعلامات الامساك

١- عدد مرات براز لدى الاطفال أقل من ثلاث مرات أسبوعياً.

٢- يكون البراز صلباً وجافاً وصعوبة في البراز.

٣- الآلام المصاحبة للبراز.

٤- آلام في المعدة.

٥- أحياناً وجود سائل أو براز في الملابس الداخلية للطفل وهذا نتيجة تجمع البراز في الامعاء مما يؤدي الى فقدان السيطرة على فتحة الشرج.

٦- وجود دم على سطح الخروج الصلب.

عند وجود ألم عند البراز فأن الطفل يحاول ان يمنع البراز فنلاحظ بأنه يضم ساقيه أو يثني جسمه ويعمل حركات وتعبير غريبة في وجهه.

## متى تجب مراجعة الطبيب

يجب مراجعة الطبيب اذا كان الطفل يعاني من الامساك لمدة اكثر من اسبوعين أو اذا كان الامساك مصحوباً ب:

١- حمى

٢- عدم تناول الطعام

٣- دم في البراز

٤- انتفاخ البطن

٥- فقدان الوزن

٦- ألم عند البراز

٧- بروز جزء من الامعاء من فتحة الشرج (تدلي المستقيم)

## أسباب الامساك عند الاطفال

١- التغيير في النظام الغذائي للطفل وعدم تناول الخضروات والفواكه التي تحتوي

## علاج الامساك

١- العلاج الطبيعي للامساك:

- يجب الحرص على تقديم الفواكه والخضروات التي تحتوي على نسبة عالية من الالياف الى الأطفال.

- شرب الكثير من السوائل مثل الماء والعصائر التي تحتوي على الفركتوز والتي تساعد في التخلص من الامساك وتليين الأمعاء.

- يجب تدريب الطفل على الدخول الى المرحاض خاصة بعد تناول الطعام وقبل النوم.

- تدليك بطن الطفل يساعد على استرخاء العضلات مما يؤدي الى تنشيط عمل الأمعاء.

- الحمام الدافئ من طرق العلاج الطبيعية حيث انه يساعد على استرخاء عضلات البطن.

- تناول ملعقة من العسل صباحاً أو اضافتها الى كوب من الماء الدافئ وهذا بعد السنة الأولى من عمر الطفل.

٢- العلاج الدوائي.

عند التوجه الى الطبيب لعلاج مشكلة الامساك يتم وصف الدواء الذي يشمل الملين الذي يساعد على التبرز والتخلص من الإمساك، من الممكن ان يتم اعطاء الطفل حقنة شرجية تساعد التخلص من انسداد في فتحة الشرج الذي ينتج عن الإمساك، وقد يصف الطبيب مكملات الالياف التي تساعد على عمل الجهاز الهضمي بشكل افضل مما يساعد في علاج الامساك.





# السمنة لدى الأطفال



د. أمل سلمان  
اختصاص الأسرة والتغذية

ويمكن أن يسبب ذلك انعدام تقدير الذات وزيادة خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق.

## العلاج

- التغذية السليمة: التغذية الصحية السليمة من أهم أنواع العلاج للسمنة عند الأطفال، فمن الضروري استبدال الحلويات بالخضراوات والفواكه، والابتعاد عن تناول الوجبات السريعة نهائياً والتقليل من الأطعمة التي تحتوي على السكريات والسعرات الحرارية العالية.
- ممارسة الرياضة: ممارسة الرياضة من أهم العلاجات الطبيعية التي تساعد على الحصول على الوزن المثالي للطفل وحرق المزيد من السعرات الحرارية، كما أن الرياضة تجعل الأطفال أكثر نشاطاً
- معالجة الأسباب المرضية والهرمونية للسمنة: اضطرابات الغدة الدرقية أو الغدة الكظرية وغيرها.

## المضاعفات

- داء السكري من النوع الثاني
- مشاكل الكوليسترول المرتفع وارتفاع ضغط الدم.
- ألم المفاصل حيث يسبب الوزن الزائد ضغطاً إضافياً على الوركين والركبتين.
- وقد تتسبب السمنة لدى الأطفال في حدوث ألم او وقوع إصابات في الوركين والركبتين والظهر.
- مشاكل في التنفس يصبح هؤلاء الأطفال أيضاً أكثر عرضة للإصابة بانقطاع النفس الانسدادي النومي، وهو اضطراب خطير يتكرر فيه توقف نفس الطفل ثم رجوعه مرة أخرى أثناء النوم.
- مرض الكبد الدهني غير الكحولي. يؤدي هذا الاضطراب إلى تراكم الترسبات الدهنية داخل الكبد.
- المضاعفات الاجتماعية والعاطفية يتعرض الأطفال المصابون بالسمنة للمضايقة أو التنمر من أقرانهم.

تُعد السمنة في مرحلة الطفولة من الحالات الطبية الخطيرة التي يصاب بها الأطفال والمراهقون لأن الوزن الزائد يضع الأطفال على بداية طريق المشكلات الصحية التي كانت تُعد فيما سبق مشكلات خاصة بالبالغين مثل السكري من النوع الثاني وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول. ان مؤشر كتلة الجسم الذي يُوفر معياراً للوزن بالنسبة إلى الطول هو المقياس لزيادة الوزن والسمنة. يمكن أن يستخدم طبيب الأطفال أو طبيب التغذية مخططات النمو ومؤشر كتلة الجسم ويُجري فحوصات أخرى إذا لزم الأمر ليُساعدك على معرفة ما إذا كان وزن طفلك يمكن أن يُسبب له مشكلات صحية أم لا.

## الأسباب

المشكلات المتعلقة بنمط الحياة، مثل قلة ممارسة الأنشطة بشكل كبير واكتساب الكثير من السعرات الحرارية من الأطعمة والمشروبات هي العوامل الرئيسية للإصابة بالسمنة في مرحلة الطفولة. لكن قد تؤدي العوامل الوراثية والهرمونية دوراً كذلك.





أباد ر عباس غضبان  
جامعة البصرة -كلية القانون



## حقوق الطفل الصحية في القانون العراقي والإعلانات والمواثيق الدولية

الحماية والرعاية الصحية للأطفال، والتي لا تقتصر على الاتفاقيات والبروتوكولات، بل أن هذه الشريحة لها كل الحق في معظم الوثائق المعنية بحقوق الانسان الدولية منها والإقليمية والوطنية.

إذ تعتبر الرعاية الصحية للطفل إحدى أهم الحقوق التي يحتاجها الطفل في العالم بشكل عام والطفل العراقي بشكل خاص.

وبالحديث عن الرعاية والحقوق الصحية للطفولة في العراق، فإن هذه الشريحة تُعد مهمشة ولا ترقى لمصاف الرعاية الصحية المعمول بها في الدول الأخرى، نظراً لما يعانيه الطفل في العراق في وقتنا الحاضر من أمراض فتاكة وعدم وجود عناية كافية بالأمومة والطفل وانتشار كبير للأمراض التي تصيب الطفل والأوبئة التي فتكت بالبشرية وبالأخص فئة الأطفال، نتيجة العوز والفقر والحرمان المنتشر بين فئات كبيرة داخل المجتمع العراقي.

ومن هذا المنطلق، وعلى الرغم من تركيز وحرص المشرع العراقي على النص على هذه الحقوق، وأن يفرد له باب ومواد وفقرات عديدة من التنظيم القانوني، ما يبرز أهمية هذه الشريحة الضعيفة. فالسؤال الذي يطرح نفسه هنا.

تُعد حقوق الطفل بشكل عام جوهر حقوق الإنسان، وذلك لأن الأطفال هم أكثر أبناء العائلة البشرية ضعفاً. ولذلك فهم بأمس الحاجة للحماية والرعاية الصحية، وليس هناك واجب وأمانة تعلو على هذه الحقوق، لأن رعايتهم وحماية حقوقهم الصحية والاجتماعية حماية لمستقبل البشرية بأسرها، كونهم بلا شك قادة المستقبل. على هذا الأساس، أصبح الاهتمام بهم وبحاجاتهم حاجة ملحة، كونهم الفئة الأضعف والأشد عوزاً لمثل هذه الرعاية والاهتمام، فلا حديث عن أي تنمية اقتصادية أو بشرية أو نهضة حضارية، إلا بالنهوض بالصحة المجتمعية للأفراد ولاسيما الأطفال منهم. وعليه فقد ركز المجتمع الدولي على هذه الفئة والشريحة من المجتمع بإبرامه العديد من الاتفاقيات والإعلانات، ومنها على سبيل الذكر لا الحصر إعلان حقوق الطفل عام ١٩٥٩، إعلان حماية النساء والأطفال في حالة الطوارئ والنزاعات عام ١٩٧٤، الإعلان العالمي للحفاظ على حياة الطفل عام ١٩٩٠، الإعلان الخاص بالجينات الوراثية وحقوق الانسان عام ١٩٩٧، اتفاقية بشأن حماية حقوق النساء والأطفال في حالة الطوارئ والنزاعات المسلحة عام ١٩٧٤، اتفاقية حقوق الطفل ١٩٨٩ وغيرها الكثير من المواثيق والإعلانات الدولية الخاصة بحقوق الانسان، والتي نجد في طياتها الكثير من المواد والفقرات التي تحتوي ضمناً على هذه الحقوق الصحية والاجتماعية. فقد جاءت هذه الاتفاقيات والمواثيق الدولية لترسخ تلك

## هل عالج المشروع العراقي حقوق الطفل الصحية؟

هل أعطى القانون العراقي هذه الحيثية للطفل بشكل كامل وكافي؟

كذلك شددت مواد هذا القانون على إجراء الفحوصات الدورية للطفل للتأكد من نموه والحفاظ على صحته وإرشاد الأم حول الغذاء الواجب تقديمه لطفلها خلال فترة نموه. كما أن النقطة السابعة من نفس المادة القانونية ألزمت المواطن بإجراء التلقيح الدوري وفق تعليمات تصدرها الجهة الصحية المختصة.

أما المادة (٨) من هذا القانون ألزمت دور الحضانه باستحصال الموافقات الرسمية من الجهات الصحية كشرط من شروط فتح تلك الدور في حال توافر الشروط اللازمة والمطلوبة لسلامة هذه الشريحة المهمة.

أضافة إلى ذلك، فقد عملت الحكومة من خلال هذا القانون على توفير الخدمات الصحية المدرسية المقدمة للأطفال.

كما أن المادتين (٩-١٠) من هذا القانون فصلت الوسائل التي يجب توفرها في دور الحضانه ورياض الأطفال والمدارس الابتدائية والثانوية والمعاهد والكليات، وكذلك وضعت الشروط الواجب توافرها بمنتهسبي هذه المؤسسات التعليمية والاقسام الداخلية التابعة لها.

كذلك فقد أكد هذا القانون على ضرورة إنشاء تربية صحية لدى هذه الفئة من خلال المادة (٢٣) منه، والتي ركزت على اصدار نشرات

وملصقات جدارية وعمل ندوات ودراسات لتطوير وإرساء تربية صحية ونفسية لديهم، كما أكدت على الاستفادة من المناهج التربوية ووسائل الاعلام المختلفة لتنمية الصحة الجسدية وتجسيد الصحة النفسية لديهم من خلال المواد (٢٣-٢٤).

وعلى الرغم من وجود هذا الفقرات والمواد القانونية

والقوانين الوطنية العراقية والمواثيق والاعلانات الدولية المذكورة سابقاً، إلا أننا نجد في وقتنا الحاضر أن الطفل العراقي يعاني صحياً ولا تتوفر له أبسط المقومات والمستلزمات الصحية للحفاظ على صحته الجسدية والنفسية.

بل أن أغلب تلك المقومات والمستلزمات لا تتوفر بشكل مستمر، فمستشفيات الطفولة تفتقر إلى الكثير من المستلزمات والأجهزة الحديثة والأدوية الضرورية التي يجب توفيرها لحمايتهم من الأمراض الفتاكة.

كما تعاني هذه الشريحة من فقدان الكثير من الاحتياجات الصحية التي ذكرت في ذلك القانون.

فمع وجود المستشفيات والمراكز الصحية ودور الرعاية الصحية المختصة، إلا أنها غالباً ما تكون متباعدة ولا توفر كل ما يحتاجه الطفل من عناية صحية وهي أيضاً قليلة وتتركز فقط في مراكز المدن.

فمن المظاهر البارزة لحرص الدولة على صحة الطفل العناية الواضحة التي يجب أن توليها بكل ما يتعلق بصحة وسلامة الطفل، لذلك فقد حرصت الدولة العراقية على تطعيم الطفل وتحصينه من الأمراض المعدية والابوئة الخطرة كشلل الأطفال واللقاح الثلاثي والحصبة والتدرن، وجعلت المسؤولية في حال عدم اكمال هذه اللقاحات على عاتق ذويه أو الشخص الذي يكون الطفل في حضانتته.

وقامت كذلك بتنظيم بطاقات مخصصة لهذا الشأن في المراكز الصحية ولدى الاسرة.

كما أولت الحكومات العراقية المتوالية على فتح مدارس ومعاهد وكليات لمزاولة مهنة التوليد والقبالة وقامت بتوفير تخصصات طبية للطفل والأمومة، لأهمية هذه المهن في تأسيس مجتمع سليم وغير مشوه.

بالإضافة إلى ذلك، فقد

حرصت القوانين المختصة بالطفولة أن يكون هناك الزام وتشدد في حفظ حق هذه الشريحة (المواليد الجديدة) من تاريخ مولده في التملك والميراث والوصاية والتطعيمات والحضانه وغيرها عن طريق تنظيم قيود لهذه المواليد وشددت على ضرورة التبليغ عن مولده خلال مدة محددة بعد الولادة.

كما ألزمت مواد ذلك القانون والد الطفل أو والدته

إثبات العلاقة الزوجية وكل ما يتعلق بذلك المولود، كما أوجبت على المختصين وأمناء السجل المدني تحرير شهادة الميلاد وتسليمها بغير رسوم إلى رب الاسرة.

فقد وضعت الحكومة العراقية تشريع الصحة العامة رقم (٨٩) لسنة ١٩٨١، والذي خصص الباب الثاني منه للصحة الوقائية والخدمات الصحية الأساسية ومنها رعاية الأمومة والطفولة وصحة الاسرة، والذي يهدف إلى تحقيق واجب المجتمع والدولة تجاه الأم والطفولة منذ تكوينه جنيناً في رحم أمه، من خلال إنشاء مراكز صحية لرعاية الأمومة والطفولة وإنشاء مستشفيات خاصة بالأم والطفل وصحة الاسرة.

كما أكد وشدد هذا القانون في المادة (٧) منه على إجراء الفحوصات الطبية اللازمة على المتقدمين على الزواج ضمناً لسلامة أطفالهم من الأمراض الوراثية.

كما أبدى المشروع اهتمامه بضرورة متابعة حالة الأم والجنين منذ بداية الحمل، عن طريق عمل الفحوصات الدورية المستمرة وتأهيلها غذائياً.



يربط العديد من الناس بين الالتهاب الرئوي وتقدم العمر، ولكن في الواقع يعد الالتهاب الرئوي المسؤول الأول عن وفيات الأطفال على مستوى العالم. فهذا الوباء يحصد في كل عام حياة ٨٠٠ ألف طفل لم يبلغوا الخامسة من عمرهم، ويشمل هذا الرقم ١٥٣ ألفاً من حديثي الولادة حيث يكونون أكثر عرضة للالتهاب الرئوي من غيرهم من الفئات العمرية وهذا يعني فقدان طفل كل ٣٩ ثانية، وغالب تلك الوفيات يمكن تجنبها.

### ما هي أسباب الالتهاب الرئوي؟

الالتهاب الرئوي هو التهاب تنفسي حاد يصيب الرئتين وتتعدد مسببات هذا المرض لتشمل البكتيريا والفيروسات والفطريات الهوائية. حال إصابة الطفل بهذا الداء فإن رئتيه تمتلآن بالسوائل فيصعب عليه التنفس. والأطفال الأكثر عرضة للالتهاب الرئوي هم حديثو الولادة الذين لم تكتمل مناعتهم، والذين ضعفت مناعتهم مثلاً بسبب سوء التغذية أو مرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز)

### ما هي أعراض الالتهاب الرئوي؟

أكثر أعراضه شيوعاً هي السعال وصعوبة التنفس والحمى وعادة ما يعاني الأطفال المصابون بهذا الداء من سرعة التنفس أو أن القسم الأسفل من صدرهم قد يتقلص فينسحب إلى الداخل (أما لدى الأصحاء فإن الصدر يتوسع عند الشهيق)

### هل الالتهاب الرئوي معدي؟

الالتهاب الرئوي داء معد، وقد ينتشر من خلال الجزيئات المحمولة في الهواء (كما هو الحال عند السعال أو العطاس). كما قد ينتشر من خلال السوائل كالدّم عند الولادة أو من خلال الأسطح الملوثة.

### كيف يمكن لنا تشخيص الالتهاب

#### الرئوي عند الأطفال؟

يمكن للأطباء تشخيص المرض من خلال الفحص الجسدي وذلك بمراقبة أنماط التنفس غير الطبيعية لدى المصاب والإصغاء لرئتي الطفل. كما يمكن استخدام الأشعة السينية لتصوير الصدر، ويمكن أيضاً أخذ عينة دم من جسم المريض. عند تشخيص الالتهاب الرئوي يجب إحصاء عدد الأنفاس التي يأخذها الطفل في الدقيقة.

على سبيل المثال، فإن طفلاً بعمر خمسة أشهر يأخذ خمسين نفساً في الدقيقة يعتبر مصاباً بسرعة التنفس وبالتالي قد يكون مصاباً بالالتهاب الرئوي. إن تشخيص سرعة التنفس لدى الطفل يعتمد على عمره: فالأطفال الأصغر سناً عادة ما يكون معدل تنفسهم أعلى من الذين يكبرونهم في العمر.

### ما هو علاج الالتهاب الرئوي في الاطفال؟

يعتمد علاج الالتهاب الرئوي على نوعه ففي الدول النامية يغلب نوع الالتهاب الرئوي الذي تسببه البكتيريا، ويمكن علاجه بمضادات حيوية وهناك أسباب أخرى مسببة للالتهاب الرئوي كالفيروسات أو المتفطرات (كتلك المسببة لداء السل) وداء السل بالذات عادة ما يبقى دون تشخيص.

يحتاج الأطفال الذين يعانون من النمط الحاد من الالتهاب الرئوي إلى الأوكسجين، وذلك لأن الإصابة الالتهابية الحادة للرئة تمنعها من الحصول على الأوكسجين الكافي ليضخ في الدم.

### هل يمكن الوقاية من الالتهاب الرئوي في الاطفال؟

بدايةً، يمكن الوقاية من الالتهاب الرئوي من خلال الإجراءات الوقائية، مثل التغذية السليمة، وتقليل عوامل الخطورة كتلوث الهواء (الذي يجعل الرئتين أكثر عرضة للعدوى) واعتماد ممارسات نظافة فعالة.

فقد أظهرت الدراسات أن غسل اليدين جيداً بالصابون يقلص احتمال الإصابة بالالتهاب الرئوي إلى النصف بسبب انخفاض نسبة التعرض إلى البكتيريا.

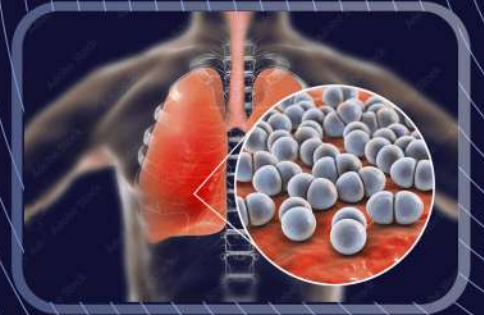
### هل هناك لقاح للالتهاب الرئوي؟

إن الالتهاب الرئوي الذي تسببه البكتيريا يمكن تجنبها بسهولة من خلال اللقاح.



د. هدى كريم علي  
اختصاص طب الاطفال  
وحديثي الولادة

# الالتهاب الرئوي لدى الاطفال



# اضطرابات التطور عند الاطفال



د. اسعد غانم جدوع  
اختصاص دقيق في الأمراض العصبية  
والصرع عند الأطفال

تتمثل الاضطرابات في التواصل بانعدام اللعب، انعدام الاتصال السليم مع الوالدين، انعدام الاتصال بالعين، انعدام الاتصال بالبيئة والاهتمام المفرط والنشاذ بجسم معين أو بتكرار حركات معينة للجسم في مثل هذه الحالات من المستحسن مراجعة الجهة المهنية المخولة مبكراً.

## ما هو المطلوب من الوالدين عندما

### يشكون باضطراب تطوري عند الطفل؟

من المستحسن على الوالدين اللذين يشكون بمشكلة تطويرية لدى ابنهما أن يتوجها إلى مركز رعاية الأم والطفل الذي يزورونه بصورة اعتيادية أو إلى الطبيب الاختصاص (أطباء الاطفال او اطباء امراض الجملة العصبية عند الاطفال).

## ما هو دور طبيب الأمراض العصبية عند الاطفال؟

يقوم الطبيب بأخذ التاريخ المرضي من ذوي المريض، ويجري الفحص السريري، ليقرر بعد ذلك مدى احتياج الطفل لإكمال باقي الفحوصات اللازمة (مثل فحوصات الدم والسونار والرنين والاشعة وكذلك الفحوصات الجينية إن اقتضت الحاجة الى ذلك) للوصول الى السبب الرئيسي لتأخر التطور.

وبعد اكتشاف السبب الرئيسي للمرض، يعمل الطبيب بتوفيق من الله سبحانه على معالجته وفق الضوابط العلمية.

وكذلك يقوم الطبيب بمشاركة فريق من المعالجين الطبيعيين والتأهيل السلوكي والمعرفي ومعالجي النطق والتخاطب على معالجة المضاعفات المرافقة للاضطرابات التطورية مثل معالجة تشنج العضلات والنوبات الصرعية وتشوهات المفاصل والعمود الفقري واضطرابات النطق وصعوبة المشي وغيرها من المضاعفات.

حوالي ١٠٪ من مجموع الأطفال لديهم تأخر ملحوظ في عمليات التطور المختلفة. عند وجود شك باضطرابات تطور مثل التخلف العقلي، إصابة حركية، اضطرابات في أعضاء الحس واضطرابات سلوكية، يتطلب الأمر تشخيصاً مبكراً قدر الإمكان وعلاجاً تأهلياً مبكراً.

يكون العلاج التأهيلي أحياناً طويلاً ومكثفاً.

## مبدئياً، تنقسم الاضطرابات التطورية لدى الأطفال إلى مجموعتين:

١. اضطرابات تطويرية جسدية: تظهر على خلفية إصابة تشريحية أو وظيفية في الجهاز العصبي أو العضلات أو أعضاء الحس أسباب ذلك هي:

- أمراض وراثية
- أسباب مكتسبة أثناء الحمل مثل التعرض الى الملوثات، تعاطي الادوية، تعاطي المخدرات، إدمان الكحول، أمراض



الأم مثل السكري

• الاختناق الولادي

• الولادات المبكرة

• الاوزان القليلة عند الولادة وخاصة دون ١٥٠٠ غرام.

٢. اضطرابات تطويرية غير جسدية: لا يوجد فيها إصابة مثبتة في الجهاز العصبي غالباً ما تكون هذه الاضطرابات أخف من الاضطرابات الجسدية مثلاً: صعوبات في النطق، صعوبات في الحركات الدقيقة، الترنح في المشي وغيرها

## ما هي المشاكل التطورية الأكثر شيوعاً عند الأطفال دون سن السنتين؟

هي التأخر في التطور الحركي مثل الجلوس، الحبو، الوقوف والمشي، التأخر في تطور اللغة واضطرابات في التواصل مع الآخرين (قد تكون على شكل أعراض طيف التوحد).

بعد ولادة الانسان، يستمر دماغه بالتطور والتكامل على المستوى الفسيولوجي والتشريحي خلال مرحلة الطفولة؛ وتظهر علامات هذا التطور في الدماغ على الاطفال بشكل مراحل تطويرية صنفت على مستويات رئيسية أربعة هي:

١. المهارات الحركية الاجمالية: مثل الحبو والمشي والركض وصعود الدرج... الخ  
٢. المهارات الحركية الدقيقة: مثل مسك القلم أو مسك الأجسام الصغيرة أو نقل الأجسام الصغيرة من يد الى أخرى.. الخ  
٣. مهارات اللغة والتواصل مع الآخرين وتشمل نطق الكلمات وتكوين الجمل واطاعة الأوامر الصوتية وتسمية الأشياء والألوان بما يتناسب مع مرحلة الطفل العمرية.

٤. المهارات الاجتماعية: وتشمل على سبيل المثال أن يؤثر الطفل بيده على الأشياء التي يحتاجها، وطلب المساعدة من الآخرين، واللعب مع باقي الاطفال.. الخ

## ما هو التطور الطبيعي ومتى يتوجب على الوالدين طلب المساعدة؟

غالبية الأطفال يمرون بمراحل تطور طبيعية وبصورة سليمة عندما تكون ولادتهم من الأسبوع ٣٧ للحمل فصاعداً والذين كانت ولادتهم طبيعية دون مضاعفات وبدون اختناق ولادي.

كما أن وتيرة التطور تكون فردية وتختلف من طفل الى آخر والمجالات السليمة للتطور واسعة؛ ولهذا ليس من الصحيح أن نقارن مرحلة تطويرية عند طفل معين مع طفل آخر، وعليه لمعرفة المرحلة التطورية للأطفال يكون بالرجوع الى جداول خاصة يتعرف من خلالها المختصون على المجال الطبيعي لكل مهارة تطويرية تحدث عند الطفل.

فمثلاً، بالرغم من أن متوسط السن للمشي المستقل حوالي ١٣ شهراً، يتراوح المجال السليم بين ١٠-١٨ شهراً، بعد هذا العمر يعد الطفل متأخراً في المشي ويستوجب عرضه على الجهة المختصة لإجراء الفحوصات اللازمة.

كما يوجد مجال واسع في مجالات التطور الأخرى مثل اضطراب النطق، التقليد والمحاكاة، التطور الاجتماعي، الحركة الدقيقة وغيرها.



د. مروة صبيح  
اختصاصية طب الاطفال

## ثانياً أعراض ألم البطن الناتجة عن مرض معين:

- ألم غير محصور حول السرة.
- انتقال الألم إلى الظهر، أو الكتف، أو الأطراف.
- إسهال أو إمساك.
- نزيف من الجهاز الهضمي.
- عدم السيطرة على الإفرازات.
- ارتفاع درجة الحرارة.
- قيء.
- آلام في المفاصل.
- هبوط في الوزن.
- طفح جلدي.
- اضطراب في النمو والتطور.
- ضعف وميل للنوم بعد نوبة الألم.
- تاريخ عائلي من القرحة.
- أو جاع توقظ الطفل من نومه.
- داء الأمعاء الالتهابي.
- الشقيقة.

## أسباب وعوامل خطر ألم البطن عند الأطفال

مسببات آلام البطن التي ليس لها أصل أو سبب عضوي غير معروفة وتشمل:

- تغييراً في عتبة الاستجابة للألم.
- عملت التهابية ميكروسكوبية في الأمعاء.
- تغيير في حركة الأمعاء.
- عوامل نفسية.
- الإصابة بمرض معدٍ في الجهاز الهضمي.
- حالات ضغط نفسي كالانتقال إلى مكان سكن جديد.
- صعوبات في المدرسة.
- وفاة شخص عزيز.
- توتر داخل العائلة.



# آلام البطن المزمنة عند الأطفال

الم البطن عند الأطفال هو ظاهرة شائعة في مرحلة الطفولة وتصيب ١٠-٢٠٪ من الأطفال، حيث أنه من المتعارف عليه هو وجود ثلاث شكاوى على الأقل عن ألم البطن خلال ثلاثة أشهر شرط أن يكون هذا الألم شديداً إلى درجة أن يؤثر على فعالية الطفل.

في ٥-١٠٪ فقط من هذه الحالات يكون بالإمكان التوصل إلى مسبب الألم، حيث أن هذه النوعية من الألم مسؤولة عن ٢-٤٪ من زيارات طبيب الأطفال، وتنطوي على خسارة أيام تعليمية وإثارة القلق عند الطفل وعائلته.

## أعراض ألم البطن عند الأطفال

أولاً أعراض ألم البطن بدون سبب عضوي:

- موقع الألم حول السرة.
- طبيعة الألم عبارة عن تشنجات.
- مدة الألم قصيرة نسبياً من ١٥-٣٠ دقيقة.
- حتى ساعة أو ساعتين.
- ظهور الألم بشكل مفاجئ دون سبب ظاهر للعيان، ويتوقف أحياناً مع الشحوب.

- استئصال الزائدة الدودية.

### علاجات أخرى

- تشمل ما يأتي:
- تجنب الأطعمة الصلبة لبضع ساعات.
- شرب الماء أو السوائل الصافية.
- أخذ قسط من الراحة حتى تشعر بتحسن.
- تجنب منتجات الألبان، والحمضيات، والأطعمة الدهنية، ومنتجات الطماطم، والكافيين، والكحول، والمشروبات الغازية.
- التمسك بالأطعمة الخفيفة، مثل: البسكويت، أو الأرز، أو الموز، أو عصير التفاح.

### الوقاية من ألم البطن عند الأطفال

- تشمل أبرز طرق الوقاية ما يأتي:
- شرب الكثير من الماء.
- تطويع عادات التبـرر المنتظمة.
- اتباع نظام غذائي متوازن مليء بالألياف.
- تناول الطعام بانتظام وببطء.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- ارتداء حزام الأمان بشكل صحيح.

- اختبارات دم إضافية.

- فحوصات تصوير طبية كـتصوير الأشعة السينية، والتصوير المقطعي المحوسب.
- فحوصات التنظير الداخلي للجهاز الهضمي.

### علاج ألم البطن عند الأطفال العلاج الدوائي

- لا يُنصح عموماً بتناول أي أدوية لألم البطن دون التحدث أولاً إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك؛ نظراً لأن بعض الأدوية الشائعة للألم يمكن أن تهيج الجهاز الهضمي وتجعل الألم أسوأ.
- إذا كانت الحالة الصحية أساسية تتطلب علاجاً طبياً فقد يصف الطبيب أدوية، وتشمل ما يأتي:
- أدوية علاج مرض الجزر المعدي المريئي.
- المضادات الحيوية لعلاج العدوى.
- أدوية لتقليل الالتهاب.
- العلاجات الخاصة لمرض التهاب الأمعاء.
- الإجراءات الطبية والعمليات الجراحية في حالات نادرة قد تكون هناك حاجة إلى إجراءات طبية أو عملية جراحية لعلاج ألم البطن بشكل فعال، وقد تشمل هذه الإجراءات ما يأتي:
- جراحة علاج الفتق.

### أمراض قد يعبر عنها ألم البطن الراجع في الأطفال، وتشمل ما يأتي:

- أمراض القرحة.
- حصى المرارة.
- حساسية الحنطة.
- (Celiac Disease).
- التهاب البنكرياس (Pancreatitis).
- مرض كرون (Crohn's disease).
- اضطرابات أيضية.
- عدم تحمل اللاكتوز.
- أنواع مختلفة من الأورام.
- إمساك.
- التهاب أو حصى في المسالك البولية.
- حمى البحر المتوسط العائلية (FMF - Familial Mediterranean Fever).

### تشخيص ألم البطن عند الأطفال

- تشخيص المريض دون وجود سبب عضوي
- اختبارات دم روتينية.
- اختبارات لحساسية الحنطة.
- اختبارات بول وبراز.
- فحص البطن بالموجات فوق الصوتية.
- محاولة الامتناع عن تقديم الحليب ومنتجاته لمدة أسبوعين أو ثلاثة.
- في حال كان ووصف الألم نموذجياً لآلام البطن الوظيفية دون وجود سبب واضح للألم أو مرض ومع نتائج سليمة للاختبارات المذكورة أعلاه، عندئذ يمكن الاكتفاء بذلك وطمأنة العائلة.
- تشخيص المريض عند وجود سبب عضوي.
- عند الاشتباه بوجود مرض عضوي يجب إرسال الطفل إلى استيضاح إضافي، قد يشمل:





أ.د. محمود شاكر عبدالله  
اختصاصي الارشاد النفسي

# التعامل مع المراهقين

التي تطراً عليه في هذه المرحلة والتوافق معها، ليتم تحقيق النمو الشامل لديه.

المراهقة هي مرحلة من الزمن يقارب فيها الانسان سن الرشد، ومن الناحية البيولوجية هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ ( أي بداية النضج الجنسي ) وتقع هذه المرحلة عادة ما بين الثانية عشر والثامنة عشر.

أما من الناحية النفسية الاجتماعية فإن مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة انتقال من طفل يعتمد كل الاعتماد على الآخرين الى راشد مستقل مكثف بذاته.

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الفرد، فهي مرحلة الاعداد للحياة العملية وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية في المجتمع، وهي مرحلة اكتمال النضج الجنسي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، إلا أن هذه المرحلة تتميز بوضوح وتمايز القدرات العقلية الخاصة (اللفظية، الكتابية، العددية، التذكر، الاستقرار، الاستنباط، الادراك) بالإضافة للقدرات العقلية العامة (الذكاء).

وفي مرحلة المراهقة يتم الاستقلال العاطفي للمراهق عن الوالدين والكبار، ويكون علاقات جديدة مع الرفقاء من الجنسين، ويظهر الاستعداد للحياة الزوجية، كما يبدأ المتعلم بتكوين قيم سلوكية تتفق والفكرة العلمية الصحيحة التي يكتسبها عن العالم المتغير الذي يعيشه الفرد.

ويتوقف نجاح الفرد في هذه المرحلة على تقبله كل هذه التغيرات سواء أكانت جسدية أم انفعالية أم عقلية أم اجتماعية، وعلى تقبله نواحي القوة والضعف لديه، هذا يحتم الحاجة لوجود خدمة ارشادية تعمل على مساعدة المراهق على تقبل التغيرات

لقد صاحب التقدم السريع لعلم النفس والطب النفسي في السنوات الأخيرة ميلاً عن بعض الأشخاص غير المختصين لان يدخلوا في علاج المشكلات النفسية. ولذا كان من الواجب التأكد من مؤهلات الشخص الذي نستشيريه في المشكلات النفسية.

واليك بعض الأشخاص المؤهلين لمعاونة الناس على حل مشكلاتهم النفسية.

• الطبيب النفسي: وهو الطبيب الذي قضى سنوات في دراسة الطب التخصصي في علاج المشكلات النفسية والعصبية.

• الخبير النفسي: وهذا ليس طبيباً إنما يحمل شهادة الدكتوراه في علم النفس، وتدريب على استخدام وسائل الاختبار، ومساعدة الصغار في حل المشكلات الاجتماعية والدراسية والمهنية والشخصية وهو على اتصال بالمراقبات التعليمية أو بوزارة التعليم أو بكلية الجامعة أو بالعيادات النفسية التابعة لها.

وكثيراً ما يتعاون في عمله مع الطبيب النفسي.

• الاختصاصي الاجتماعي: وهو مزود بالقدرات والأساليب التي تجعله قادراً على معالجة المشكلات الاجتماعية للمضطربين انفعالياً ولعائلاتهم، كما انه يستطيع ان يقوم بالخدمات الاجتماعية اللازمة لهم.

## حاجات المراهق:

- 1- الحاجة الى الأمن النفسي.
- 2- الحاجة الى الحب والقبول.
- 3- الحاجة الى مكانة الذات.
- 4- الحاجة الى التوافق الجنسي.
- 5- الحاجة الى النمو العقلي والابتكار.
- 6- الحاجة الى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات.
- 7- الحاجة الى الترفيه والتسلية.
- 8- الحاجة الى المال والاستقلال الاقتصادي.

## تطبيقات تربوية:

- 1- يؤدي إشباع حاجات المراهق الى تحقيق الأمن النفسي له.
- 2- ادخال الدراسات النفسية في المدارس الثانوية والمعاهد العليا والجامعات لمساعدة المراهق على فهم نفسه وحاجته ووسائل اشباعها.

## أين يذهب المراهق للمساعدة؟

إذا اردنا أن نساعد المراهق على حل مشاكله الانفعالية والاجتماعية، فأنا ينبغي أن نفهم حدودنا، فليست المشكلات الانفعالية مما يسهل علاجه، فهي متعلقة بتربية الطفل الأولى وبخبراته وعلاقاته مع الآخرين.

وفي بعض الأحيان تحتاج هذه المشكلات معونة أكثر مما يستطيع المدرس أو الوالد أو الاخصائي الاجتماعي أن يقدمه.

فاستشارة الاخصائي النفسي عندما تعجز أنت في محاولاتك لا يمكن أن تعد خطأ.





د. همام علي  
اختصاصي طب الاطفال

# التهاب السحايا عند الاطفال

## ما هو التهاب السحايا؟

هو عدوى في طبقات الأنسجة التي تغطي الدماغ والحبل الشوكي (تسمى السحايا). غالباً ما ينجم التهاب السحايا عن عدوى فيروسية، ولكن النوع الأكثر خطورة من التهاب السحايا ينجم عن عدوى بكتيرية. يمكن للطبيب معرفة ما إذا كان الطفل يعاني من التهاب السحايا باستخدام البزل النخاعي واختبارات الدم. يمكن للقاحات (أو التطعيمات، وهي الحقن التي يحتاجها الأطفال الأصحاء للمساعدة على وقايتهم من بعض أنواع العدوى) أن تساعد على الوقاية من بعض أنواع العدوى البكتيرية التي تسبب التهاب السحايا.

## ما الذي يسبب التهاب السحايا؟

ينجم التهاب السحايا عن عدوى بكتيرية أو فيروسية. عادةً ما ينجم التهاب السحايا عند الأطفال حديثي الولادة عن عدوى بكتيرية في الدم. تنجم هذه العدوى عن بكتيريا في قناة الولادة عند الأم. أما الرضع الأكبر سنًا والأطفال فيصابون بالتهاب السحايا نتيجة مخالطة المرضى الآخرين. لقد أدى استخدام اللقاحات إلى جعل بعض مسببات التهاب السحايا البكتيري نادرة جدًا.

## ما هي الفئة الأكثر ميلاً للإصابة

### بالتهاب السحايا؟

يمكن لجميع الرضع والأطفال أن يصابوا بالتهاب السحايا، ولكن بعضهم يواجهون خطراً أكبر من سواهم. تنطوي عوامل الخطر على:

- ضعف الجهاز المناعي.
- مخالطة شخص مصاب بالتهاب السحايا خلال الأيام القليلة الماضية.
- الإصابة بداء الكريات المنجلية.
- استئصال الطحال (عضو في الجزء العلوي الأيسر من البطن).
- العيوب الخلقية في الوجه والأطراف.

## ما هي أعراض التهاب السحايا؟

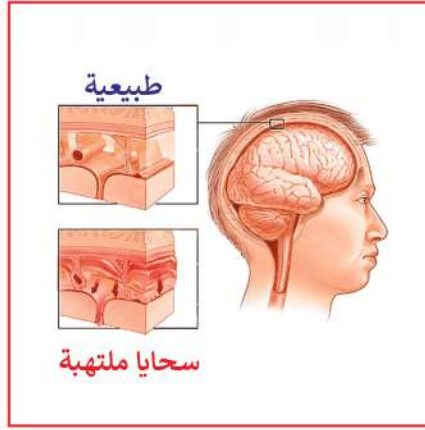
تتباين أعراض التهاب السحايا بحسب العمر.

في جميع الأعمار، يمكن لأعراض التهاب السحايا البكتيري أن تتفاقم بسرعة كبيرة.

إذا أصبح الطفل المريض يشعر بالنعاس بشكل غير طبيعي أو بدأ بالتخليط الذهني، فتعد هذه "علامة تحذيرية" للمرض.

ينبغي اصطحاب الطفل المريض إلى المستشفى على الفور إذا لم يكن متنبهاً بشكل كامل أو لا يتصرف بشكل طبيعي. عند الأطفال الأصغر من ١٢ شهراً، تنطوي الأعراض المبكرة على:

- الهياج حتى عند حملة واحتضانه.



سحايا ملتهبة

- قلة الطعام، أو رفضه تمامًا.
- ارتفاع أو انخفاض درجة الحرارة.
- تقيؤ.
- طفح جلدي.
- نوبات صرعية أو اختلاجات.
- ظهور بقعة ناعمة متورمة على الرأس عند الرضع الذين تقل أعمارهم عن ٣ أشهر.
- عند الأطفال الأكبر سنًا والمراهقين، غالباً ما يبدأ التهاب السحايا بالزكام. ثم تظهر لديهم أعراض مثل:

الحمى.

الصداع.

تيبس الرقبة.

النوبات الصرعية أو الاختلاجات.

ينبغي مراقبة الأطفال الذين يعانون من هذه الأعراض عن كثب، لأنهم قد يموتون فجأةً للنعاس أو التخليط الذهني، ويحتاجون إلى رعاية طارئة.

## كيف يمكن للأطباء معرفه اذا كان الطفل مصاباً بالتهاب السحايا؟

يشتهب الأطباء عادةً بالتهاب السحايا استناداً إلى أعراض الطفل. ولتأكيد التشخيص، يقوم الأطباء بما يلي:

- البزل النخاعي (البزل القطني) حيث يستخدم الطبيب إبرة لجمع عيّنة من السائل الشوكي المحيط بالحبل الشوكي.
- اختبارات الدم.
- قبل إجراء البزل النخاعي عند الأطفال، يجري الأطباء أحياناً تصويراً بتخطيط الصدى أو تصويراً مقطعيًا محوسبًا لتحري مشاكل أخرى.

## كيف يعالج الاطباء التهاب السحايا؟

إذا كان الطفل مصاباً بالتهاب السحايا البكتيري، فسيفقوم الأطباء بإعطاء المضادات الحيوية عن طريق الوريد. -الستيرويدات القشرية عن طريق الوريد. إذا كان الطفل يعاني من أنواع معينة من التهاب السحايا الفيروسي، فقد يصف الأطباء الأدوية المضادة للفيروسات. في الحالة العادية، لا يعطى الطفل سوى الأدوية المسكنة للألم والخافضة للحرارة، مثل الإيبوبروفين. حتى مع العلاج، فإن بعض الأطفال الرضع يموتون أو يعانون من مشاكل طويلة الأمد بسبب التهاب السحايا البكتيري.

## كيف يمكن الوقاية من التهاب السحايا؟

- يمكن للقاحات أن تساعد على الوقاية من بعض أنواع التهاب السحايا. - غالباً ما توصف المضادات الحيوية للأطفال الذين خالطوا شخصاً مصاباً بالتهاب السحايا البكتيري، وذلك للمساعدة على الوقاية من العدوى.

# التحرش الجنسي بالأطفال

د. هناء عبد النبي العبادي  
كلية التربية للبنات  
جامعة البصرة

والسائق والخدم والمراهقين في العائلة الذين قد يترك معهم، والتلفاز أمامه بقنواته الفضائية غير المراقبة من الوالدين التي قد يترك أمامها ليشاهد أشد المشاهد الجنسية إلفاتا له فيقوم بمحاكاتها فور أن تسنح له الفرصة.

أما في السن (6-12 سنة) فقد يتعرض الطفل للتحرش من كل من يمكن أن يختلط بهم دون رقابة من الأصدقاء وأبناء الجيران والأقارب والسائقين والخدم، واغواء الطفل في هذه السن قد يكون مصحوباً بتهديده بتعرضه للضرب أو العقاب أو القتل إذا باح لأحد، أو

بتخويفه بأن الوالدين قد يعقابه أو يؤذيانه إذا علما بالأمر، أو قد يتم إغراءه بالمال أو الهدايا، أو الحلوى، كما أن حب الطفل بالمعرفة والتجربة واكتشاف كل مجهول قد يكمن وراء إمكانية سقوط الطفل ضحية للمتحرشين في معزل عن والديه.

وعادة ما يكون المتحرش هو شخص متحرش به من قبل وهذا ما يدفعه للتحرش بالآخرين.

والطفل الذي يتعرض للتحرش غالباً يحدث له ما يسمى إفاقة جنسية مبكرة، مما يؤدي إلى أصابته بنشاط زائد، والطفل في هذا السن من الناحية العلمية لا يعرف الميول الجنسية بالمقصود المعروف لدى الكبار ولكن يمكن أن يتدرج هذا النشاط الجنسي الزائد وما يتبعه من تصرفات



جنسية وقد يتحول الى متحرش، كما قد تظهر لديه العديد من الاضطرابات على صورة اكل الاظافر، أو التبول اللاإرادي أو الشرود، أو التدهور الشديد في المستوى الدراسي أو اضطراب في النوم، وقد تتصاحب هذه الأعراض أو توجد منفردة. يمكن أن يتعرض الطفل في السن الصغيرة (2-5 سنة) لهذا الخطر غالباً على يد أقرب من يتولون رعايته دون مراقبة كالمربية

التحرش الجنسي مسمى يطلق على كل إثارة يتعرض لها الطفل / الطفلة عن عمد، وذلك بتعرضه للمشاهد الفاضحة أو الصوري الجنسية أو العارية، أو غير ذلك من مثيرات كتعمد ملامسة أعضائه التناسلية أو حثه على لمس أعضاء شخص آخر أو تعليمه عادات سيئة كالاستنماء وكذلك الاعتداء الجنسي المباشر في صورته المعروفة، الطبيعي منها والشاذ. يتعرض الأطفال في سن الثانية من العمر بل ربما أقل فيمكن أن يقع في براثن التحرش بصور

مخلفة من المتحرشين. فالطفل / الطفلة يواجه هذا الخطر في أي وقت وفي كل وقت يمكن أن يغيب فيه عن رقابة الوالدين أو المربي الأمين (جد / جدة معلمة أمينة)، ولعل تلك الحقيقة قد تذهل الكثيرين ويعتقدونها مبالغاً، لكن ما أثبتته الحالات الحقيقية للأطفال الذين تعرضوا لهذا الأمر هو أن الأمر ليس خيالياً أو مبالغاً فيه.

## ويبقى السؤال المهم ما دور التربية الجنسية في حماية أطفالنا من التحرش؟

نعرض نماذج مباشرة وعملية  
لتثقيف أطفالنا جنسياً بما  
يلتزم أعمارهم ويحميهم من  
التحرش:

- الطفل من عمر (٢-٥ سنة):
- ١/ الفرق بين اللمسة الصحية  
واللمسة غير الصحية.
- ٢/ خصوصية أجزاء جسمه،  
واختلافها عن بعضها البعض.
- فنعلم الطفل ويجب أن يبدو  
تلقائياً فهذا أمر مهم بالنسبة للتربية  
الجنسية للطفل بشكل عام، ويمكن  
أن تساق له هذه المعلومة من  
خلال حوارات بين الأم وطفلها  
فهو الآن كبير وينبغي ألا يطلع على  
كل جسمه أحد كما كان حينما  
كان صغيراً، وهكذا حوار آخر  
حول أجزاء الجسم بشكل عام  
بداية من العين، والرقبة، والرأس  
والأذن، والصدر، وكيف أن كلها  
أجزاء جميلة وظاهرة من  
جسمه وأنها تختلف في الرجل  
عن المرأة، فشعر ماما طويل  
وشعر بابا قصير ويده كبيرة ويد  
ماما أصغر وهكذا، ثم يتم لفت  
نظره بشكل مباشر إلى أن أعضاءه  
التناسلية هي من أجزاء جسمه  
التي يملكها وحده، وينبغي أن  
يحرص جداً على النظافة في التعامل  
معها.

على مائدة الطعام، هذا بخلاف  
الأوقات الخاصة التي يجب أن  
يخصصها الأب والأم كل على حدة  
لكل طفل منفرداً ليتحدث كل منهما  
معه عن أماله وأحلامه ومخاوفه  
ومشاكله دون حواجز، وذلك إن لم  
يكن بصورة يومية فعلى الأقل كل  
يومين أو ثلاثة.

٣/ إشعار الطفل بالأمان التام في  
أن يروي تفاصيل أي موقف دون  
عقاب.

٤/ محاولة إيجاد فرص متنوعة  
للأنشطة وهوايات ورياضات  
يمارسها الطفل من سن صغيرة  
ويتطور فيها ويضيف إليها مع كل  
يوم يمر في حياته.

٥/ ملاحظة الطفل باستمرار  
دون إشعاره بالرقابة الخائفة  
ومتابعة ميوله في اللعب،  
وطريقة وأنواع لعبه، مع عدم  
السماح للخدم والسائقين  
بالانفراد به مطلقاً، والسماح  
لهم بالتعامل معه تحت نظر  
الوالدين بعيداً عن الأماكن المغلقة  
أو في عدم وجود الوالدين،  
وحماية الطفل من مشاهدة  
قنوات فضائية أو مجلات أو أي  
مواد إعلامية غير مناسبة، مع  
غرس وازع رفض كل ما لا يحبه  
الله واستخدم نعمة كالعين مثلاً  
فيما يرضى فقط.

في سن الطفل الصغير من (٢-٥  
سنة) قد يقع الطفل في براثن  
المتحرشين في أوقات انفرادهم  
به في أي فرصة ولو قصرت،  
ووقوعه تحت التهديد أو  
الإغواء مع عدم توعيته من قبل  
الوالدين أو انشغالهما عن  
مشاهدته لصور ما أو مشاهد أو  
محاكاة شيء علمه له أحد أصدقائه  
أو الانفراد بأحد لتجربة شيء  
أغواه به المتحرش.

فالطفل الذي يتحرى غياب  
والديه ليفعل أو يفعل به مثل هذه  
الأمر هو طفل لا توجد علاقة قوية  
أو صداقة حميمة تربطه  
بوالديه أو أحدهما، فصداقة  
الطفل لوالديه وشعوره  
بالأمان معهما تحميه من الكثير  
من المشكلات وتجعل باب الحوار  
بينه وبين والديه مفتوحاً دائماً بما  
لا يسمح بوجود أسرار بينهم.  
يجب ألا تكون المعلومات  
السابقة مصدراً للقلق وسبباً في  
الذعر من موضوع التحرش  
فالخطر وأن كان محققاً فإنه  
يمكن الاحتراز منه وتفاديه، بل  
يمكن محاربتة والتعاون للقضاء  
عليه تماماً ونبذه من  
مجتمعاتنا.

### حمايتنا لأطفالنا تبدأ من:

١/ التثقيف الموجه والمعلومة  
الصحيحة وكلاهما لن يتم إلا في  
جو حميم من الصداقة مع الطفل  
منذ أيامه الأولى ومنحه الثقة  
بنفسه وبوالديه، وإشعاره  
بالأمان في أن يسأل ويعرف  
ويتطرق لكل الموضوعات مع  
والديه.

٢/ توعية الطفل بضرورة أن  
يروي للوالدين كل غريب له، مع  
تعويدته على مسألة رواية أحداث  
يومه لأسرته بانتظام  
وبصورة يومية في مرح وسعادة



# التهاب اللوزتين



د. دعاء مظفر عبدالصمد  
اختصاصية طب وجراحة الانف  
والاذن والحنجرة والراس والعنق

- إعطاء خافضات الحرارة مثل الأسييتامينوفين والإيبوبروفن.
- الغرغرة بالماء الدافئ والملح.
- إعطاء السوائل بكثرة.
- الراحة.
- الابتعاد عن المشروبات الباردة.
- الابتعاد عن التدخين والمدخنين.

## أعراض التهاب اللوزتين المزمن

- رائحة الفم الكريهة.
- الألم عند البلع.
- الجفاف في الحلق.
- ضخامة اللوزتين والتنفس من الفم.

## دواعي استئصال اللوزتين

- التهاب المتكرر عادة، ما يكون الأطفال هم المرشحون لاستئصال اللوزتين، بما في ذلك الأطفال الذين أصيبوا بأكثر من ٧ حالات عدوى في سنة واحدة، أو أصيبوا بأكثر من ٥ حالات عدوى سنويًا على مدى سنتين، أو أكثر من ٣ حالات عدوى سنويًا على مدى ٣ سنوات.
- الانسداد الفموي وصعوبة البلع المستمرة الناجمة عن ضخامة اللوزتين الشديدة.
- الخراج حول اللوزة المتكرر.
- التهاب العقد اللمفية الرقبية القيحي المتكرر.
- الشك بوجود ورم في اللوزتين خاصة عند ضخامة لوزة واحد فقط أو حدوث الضخامة بشكل سريع جداً.

## الوقاية من التهاب البلعوم

### واللوزتين

- غسل اليدين جيداً بالماء والصابون.
- عدم مشاركة الأدوات الخاصة مع الآخرين.
- استبدال فرشاة الأسنان بعد الإصابة المسبقة بالتهاب اللوزتين.

## • ألم في المفاصل.

### العلامات عند الفحص

ضخامة اللوزتين التي قد تكون أحياناً شديدة جداً مع احمرار اللوزتين مع وجود بقع بيضاء قيحية عليهما وضخامة العقد اللمفية الرقبية مع الألم عند جسها.

### المضاعفات

قد تحدث مضاعفات هامة نتيجة للإصابة بالتهاب اللوزتين القيحي وهي:  
• امتداد الالتهاب إلى المنطقة حول اللوزة وتشكيل ما يدعى خراج حول اللوزة.  
• الجفاف عند الطفل بسبب عدم قدرته على البلع أو ألم البلع.  
• انسداد المجرى التنفسي.



قد تحدث اختلالات للإصابة بالجراثيم العقدية وهي:

- التهاب المفاصل الروماتيزمي الحاد (Acute rheumatic fever)
- التهاب التأمور (Pericarditis)
- التهاب عضلة القلب (Myocarditis)
- التهاب الشغاف (Endocarditis)
- التهاب كبيبات الكلى.

### العلاج

- يحتاج التهاب اللوزتين الناجم عن الجراثيم العقدية إلى المعالجة بالمضادات الحيوية مثل البنسلين أو الأمبسلين أو الأثرثرومايسين، وتكفي عادة جرعة وحيدة من البنسلين تعطى عضلياً أما في حالة المعالجة الفموية فيجب أن يستمر العلاج لمدة عشرة أيام كاملة وذلك حتى نتخلص من الجراثيم العقدية في البلعوم واللوزتين بشكل كامل.

التهاب اللوزتين من الأمراض الشائعة والمنتشرة بشكل كبير وخصوصاً عند الأطفال.

واللوزتان عقدتان لمفاويتان تقعان أعلى الحلق في القسم الخلفي من الفم ويمكن رؤيتها عند فتح الفم وهما تساعدان في الحالة الطبيعية على تصفية الجراثيم والبكتيريا ومنع دخولها للجسم ولهذا تتعرض اللوزتان للالتهاب بشكل متكرر عند الأطفال.

## لماذا تصاب اللوزتان بالالتهاب؟

لأنهما خط الدفاع الأول لجهاز المناعة ضد البكتيريا والفيروسات التي تدخل الفم.

هذه الوظيفة قد تجعل اللوزتين تحديداً عرضة للعدوى والالتهابات، وعلى الرغم من ذلك، تقل وظيفة جهاز المناعة للوزتين بعد البلوغ وقد يكون ذلك الأمر هو السبب في قلة حالات التهاب اللوزتين بين البالغين.

## عوامل الخطر

تتضمن عوامل الخطر في حالات التهاب اللوزتين ما يلي:

- العمر الصغير يؤثر في التهاب اللوزتين على الأطفال، ويُعد التهاب اللوزتين الذي تسببه البكتيريا أكثر شيوعاً بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ سنوات و ١٥ سنة.

• التعرض المتكرر للجراثيم يميل الأطفال في عمر المدارس إلى المخالطة اللصيقة لأقرانهم ويتعرضون في كثير من الأحيان للفيروسات أو البكتيريا التي يمكن أن تسبب التهاب اللوزتين.

## تسبب التهاب اللوزتين

### أسباب التهاب اللوزتين

غالباً ما تكون الفيروسات الشائعة السبب في الإصابة بالتهاب اللوزتين، لكن قد تكون العدوى البكتيرية هي السبب أيضاً، وأكثر أنواع البكتيريا المسببة لالتهاب اللوزتين شيوعاً هي بكتيريا العقدية.

## أعراض التهاب اللوزتين

- ألم في الفم والحنجرة وصعوبة البلع.
- حرارة متوسطة الارتفاع وقد تشتد في معظم الأحيان.
- ألم في البطن وقد يؤدي إلى القيء.
- انتفاخ الغدد اللمفاوية تحت الفك.



د. باسم عبد الكريم العبادي  
استشاري طب الأطفال



# ما يجب معرفته عن الحمى في الأطفال

٢. عدم قياس الحرارة باللمس أو التخمين.
٣. عدم الاعتماد على برودة اطراف الطفل والتوهم بانخفاض حرارته لأن هذه الظاهرة ترافق الحمى.
٤. عدم اللجوء لاستخدام المضادات الحيوية بدون المشورة الطبية المستندة الى الفحص السريري.
٥. عدم اللجوء الى زرق الابر العشوائي او ما يسمى بالابـر الخلط لعلاج الحمى بدون مشورة طبية.
- ملاحظة:** ان اغلب اسباب الحمى تحت عمر الـ ٥ سنوات هي التهابات فايروسية لا تحتاج العلاج بالمضادات ولا بالابـر.
- ملاحظة:** الاستخدام المفرط للمضادات الحيوية يؤدي الى توليد سلالات من البكتيريا مقاومة للمضادات.
- وقد يلحق الضرر بجسم الطفل ونظامه المناعي بأكثر من طريقة منها انقاص البكتيريا التعايشية الموجودة في الامعاء بصورة طبيعية.
٦. التدرج في استخدام خافضات الحرارة والبدء بالبراستمول وتجنب استخدام البروفين أو تحاميل الفولتارين للأطفال المصابين بالتحسس القصبي أو الربو.
٧. ان تكرار إصابة الطفل بالوعكات الحمية لا يدل بالضرورة على وجود مشكلة في مناعة الطفل فقد يصاب الطفل في مقتبل عمره بالعديد من الوعكات الحمية تصل الى ١٠ مرات في السنة دون أن يكون هناك مشكلة مناعية.

## ماهي الحمى وكيف نحددها؟

الحمى ارتفاع درجة حرارة الطفل لأكثر من ٣٨ درجة سيليزية للعمر تحت الـ ٣ شهور وأكثر من ٣٨,٣ درجة سيليزية للعمر اكبر من ٣ شهور.

## مالذي نقصده بالحمى غير معروفة النواة؟

نقصد بها الحمى غير المصحوبة بعلامات التهابية واضحة مثل التهاب اللوزتين أو البلعوم أو الرئتين أو الأذن الوسطى أو الاسهال وغيرها.

## ماهي أسباب الحمى غير المعرفة؟

إصابة الطفل بحالة التهاب بكتيري bacteremia أو فايروسي viremia وقد تنشأ من أمراض أخرى كالحمى الروماتيزمية أو اعتلالات الأنسجة الضامة أو الأمراض السرطانية.

## كيف يتم تحديد سبب الحمى؟

يتم باللجوء للمشورة الطبية وعمل تحاليل الدم الخاصة كمسار تشخيصي أولي لتمييز الحمى كونها فايروسية أو بكتيرية، وقد يلجأ الى تحاليل اكثر تشخيصا وتعقيدا خصوصا إذا كان أمد الحمى طويلا كتحلليل الحمى السوداء أو حمى التايفوئيد أو حمى مالطا أو الخمج وحيد النواة أو فحوصات التدرن.

## ما دور الابوين تجاه اصابة الطفل بالحمى؟

١. اعتماد الطرق الصحيحة بقياس الحرارة وذلك باستخدام المحرار الطبي البسيط (الزئبقي أو اللكتروني) بقياس الحرارة تحت الابط "مع اضافة نصف درجة سيليزية" او اللسان او الشرج "مع طرح نصف درجة سيليزية"





د.ظافر توفيق نعيم  
تخصص دقيق أمراض الغدد  
الصم وسكري الأطفال

# الحماض الكيتوني السكري في الأطفال

والتي تتراكم في الجسم وتخرج في  
النهاية من خلال البول.

عادة ما يحدث الاحماض  
الكيتوني السكري نتيجة للآتي:

- الاصابة بمرض أو عدوى معينة  
مثل التهاب الرئة أو المسالك  
البولية بحيث يتحفز الجسم  
لإفراز هرمونات معينة مثل  
الادرينالين أو الكورتيزول  
بمعدلات أعلى من المستوى  
الطبيعي وتؤثر سلباً على  
مستوى الانسولين مما يؤدي إلى  
حدوث نوبات الحمض السكري  
الكيتوني.

- كثرة التبول.
- الغثيان والتقيؤ مع الآم المعدة.
- الضعف والارهاق.
- ضيق النفس.
- نفس له رائحة الفاكهة.
- التشوش.

## الأسباب

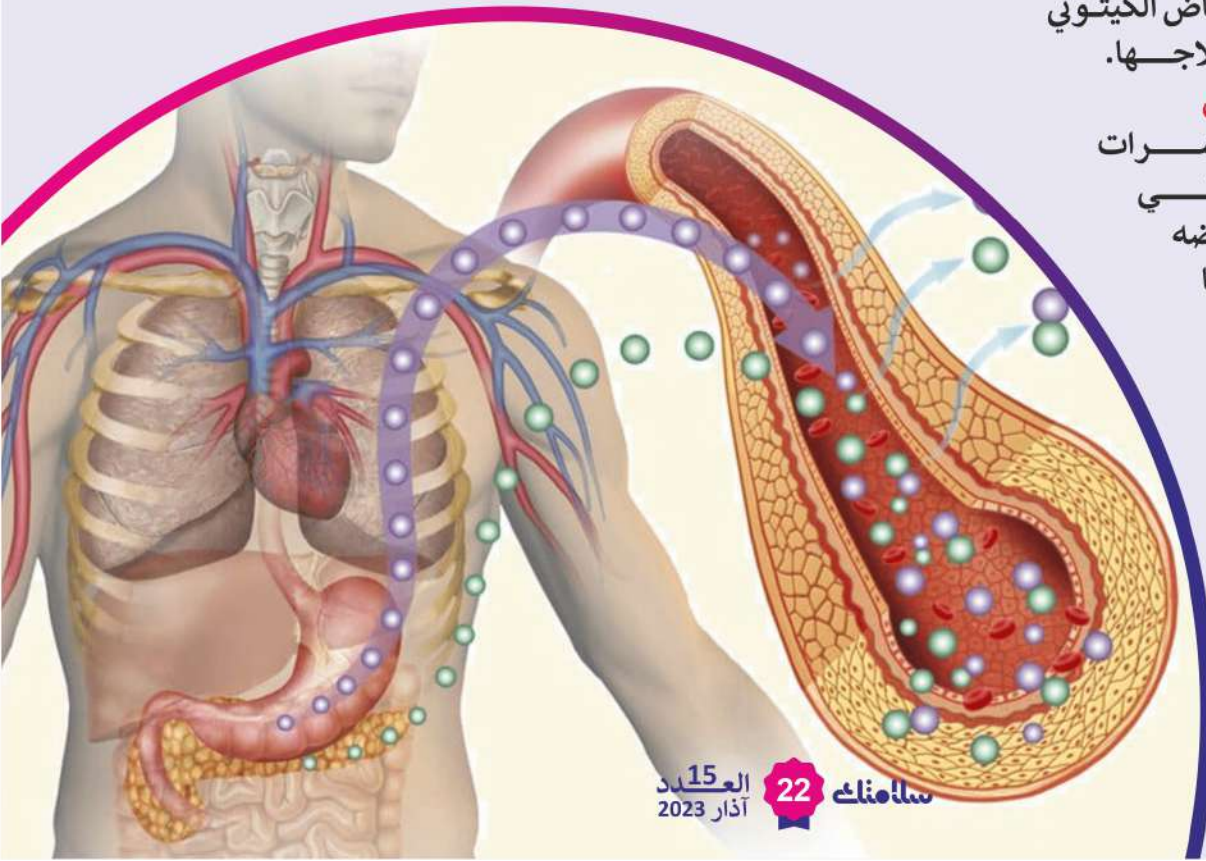
السكر هو مصدر الطاقة الرئيس  
للخلايا التي تتكون منها عضلات  
الجسم والأنسجة الأخرى، وبدون  
وجود كمية كافية من الانسولين،  
لا يتمكن الجسم من استخدام  
السكر بطريقة مناسبة للحصول  
على الطاقة، ويستدعي ذلك افراز  
هرمونات تفتت الدهون  
للحصول على الطاقة والتي تنتج  
الاحماض التي تسمى  
الكيتونات

هو نوع من المضاعفات قد  
يهدد الحياة في المرضى الذين  
يعانون من داء السكري، يحدث  
غالباً في مرضى السكري من النمط  
الأول، ولكن في ظل ظروف معينة  
قد تحدث في مرضى السكري  
النمط الثاني أيضاً.

تحدث هذه الحالة المرضية عندما  
لا يستطيع الجسم إنتاج كمية كافية  
من الإنسولين الذي يؤدي دوراً  
رئيسياً في مساعدة سكر الكلو كوز  
(مصدر الطاقة الرئيسي للعضلات  
والأنسجة الأخرى) على دخول  
الخلايا، فبدون الانسولين يبدأ  
الجسم بتكسير الدهون للحصول  
على الطاقة فتسبب هذه  
العملية تراكم الأحماض  
المسممة بالكيتونات في مجرى  
الدم، ما يؤدي في النهاية إلى  
الاصابة بالحمض الكيتوني  
السكري إذا لم يتم علاجها.

## الأعراض

غالبا ما تتطور مؤشرات  
الاحماض الكيتوني  
السكري وأعراضه  
بسرعة وربما  
يحدث في غضون  
٢٤ ساعة فقط  
حيث يمكن  
ملاحظة ما يلي:  
• العطش  
الشديد.



• عدم انتظام اسـتعمال الانسولين أو تفويت قسم من الجرعات أو خلل في مضخة الانسولين.

• استعمال علاجات معينة مثل الكورتيكوستيرويد وبعض مدرات البول وبعض الاصابات الجسدية أو الرضح الانفعالي.

### المضاعفات

يعالج الحمض الكيتوني السكري بالسوائل والمحاليل مثل الصوديوم والبوتاسيوم والكلوريد بالإضافة الى الانسولين.

وربما يكون من المدهش ان ترتبط المضاعفات

الأكثر شيوعا بالحمض الكيتوني السكري بهذا العلاج المنقذ للحياة.

تتضمن مضاعفات العلاج ما يلي:

• انخفاض نسبة السكر بالدم حيث يسمح الانسولين للسكر بالدخول الى خلايا الجسم مما يؤدي الى انخفاض نسبة السكر في مجرى

الدم والتي قد تكون أحيانا بصورة سريعة وخطيرة.

• انخفاض مستوى البوتاسيوم حيث ان السوائل الوريدية والانسولين تسبب في انخفاض نسبة البوتاسيوم في الدم مما يؤدي الى اعتلال وظائف القلب والعضلات والاعصاب، ولتجنب ذلك يتم اعطاء المحاليل التي تحتوي على البوتاسيوم بالإضافة الى تعويض السوائل كجزء من علاج الحمض الكيتوني السكري.

• تورم في الدماغ (الوذمة الدماغية) حيث أن تعديل نسبة السكر في الدم وبصورة سريعة قد يؤدي الى حدوث تورم في الدماغ وهذا الامر يبدو أكثر شيوعا في الاطفال وخصوصا المشخصين حديثا بداء السكري.

• في حال عدم معالجته قد يؤدي الى فقدان الوعي وفي نهاية الامر الى الوفاة.

### الوقاية

هناك العديد من الاجراءات التي يمكن القيام بها للحد من مضاعفات المرض نذكر منها:



• الالتزام بتوجيهات الطبيب والاهتمام بالنمط الغذائي الصحيح والتمارين واستعمال العلاج المناسب حسب التوجيهات.

• مراقبة مستوى السكر وتسجيل القراءات حيث ان الرصد الدقيق هو السبيل الوحيد للمحافظة على مستوى السكر ضمن النطاق المقصود.

• التحقق من مستوى الكيتون في فحص الادرار لغرض تعديل جرعة الانسولين حسب الحاجة و المحافظة على نسبة السكر ضمن النطاق المقصود.

### التشخيص

• ارتفاع مستوى السكر في الدم.  
• ارتفاع مستوى الكيتونات في الدم.  
• ارتفاع حموضة الدم.

### العلاج

اذا تم تشخيص حالة الحمض الكيتوني السكري فإن المعالجة ستكون في غرفة الطوارئ أو داخل المستشفى.

غالباً ما يحتوي العلاج على التالي:

• تعويض السوائل عبر الفم أو الوريد حسب شدة الحالة

السريرية حيث يتم تعويض السوائل المفقودة بالتبول وتخفيف السكر الزائد في الدم.

• تعويض الأملاح مثل الصوديوم والبوتاسيوم والكلوريد بطريقة الحقن الوريدي مما يضمن الوظيفة الطبيعية للقلب والعضلات والخلايا العصبية.

• العلاج

بالانسولين

الوريدي حيث يقوم بعكس العمليات الناتجة عن الحمض الكيتوني السكري.

عندما تعود كيمياء الجسم الى وضعها الطبيعي, سيتم عمل خطة علاجية متكاملة حسب الحالة مثلا في حالات التشخيص الحديث للمرضى أو في حال وجود عدوى بكتيرية تتطلب إضافة مضادات حيوية معينة أو أي علاج آخر وفق للحالة.

# داء السرميات

## (الدودة الدبوسية)



د. قصي عبداللطيف العيادي  
اختصاصي صحة مجتمع

وملابس النوم وملاءات السرير بأخرى نظيفة، ويستحسن أن يكون ذلك بعد الاستحمام، مع العناية بتجنب نثر البيوض في الهواء.

- الاستحمام يومياً في الصباح ويفضل استخدام (الدوش) على المغطس.

- تنظيف المنزل بالمكنسة الكهربائية يومياً لمدة أيام متتالية بعد علاج الحالات.

- استعمال الغلي أو الغسل في غسالة منزلية تعمل بالدورة الساخنة أكثر من ٥٥ درجة مئوية لقتل البيوض على المفارش والملاءات والألبسة المستعملة من قبل المصاب.

- يوضع الفازلين داخل الشرج وحوله عند النوم لتخفيف الحكّة.

- يُعطى الطفل دواءً طارداً للديدان يحتوي على مادة البيبيرازين، ومن الأفضل عند علاج الطفل معالجة جميع أفراد الأسرة في نفس الوقت.

- إن النظافة هي أفضل وقاية من الديدان السلوكية، وحتى إذا كان الدواء يقضي على هذه الديدان فإن الإصابة سوف تتكرر إذا لم تتوافر العناية بالنظافة الشخصية، تعيش الديدان السلوكية ما يقرب من ستة أسابيع فقط، وعند اتباع إرشادات النظافة سوف يتخلص الطفل من معظم الديدان خلال أسابيع قليلة حتى بدون علاج.

حياة مدة أسبوعين أو أقل خارج المضيف، وتفقس البيوض المبتلعة في المعى الدقيق لتخرج اليرقات، وتصل إلى طور البلوغ في (الأعور) والأجزاء العليا من القولون، وتهاجر الديدان الحوامل عادة بنشاط من المستقيم وقد تدخل إلى الفتحات المتجاورة (المهبل لدى الإناث).

تبيض هذه الديدان آلافاً من البيوض بجوار مخرج الشرج، ويسبب ذلك الحكّة لاسيما أثناء الليل، عندما يحك (يهرش) الطفل في هذا المخرج تلتصق البيوض تحت أظفاره ثم يحملها إلى الطعام وإلى أشياء أخرى، وتصل بذلك على فمه أو فم شخص آخر فتحدث أخماجاً جديدة بالديدان السلوكية.

### المعالجة والوقاية

- يجب أن يرتدي الطفل المصاب بالديدان السلوكية "حفاظاً" أو سراويل تحتانية ضيقة عند النوم لكي تمنعه من الحك في شرجه.

- تُغسل يدا الطفل وأليته (منطقة الشرج) عندما يستيقظ وبعد أن يتبرز، كما يجب غسل يديه دائماً قبل أن يأكل.

- يجب قصّ أظفاره بحيث تكون قصيرة جداً.

- ينبغي الإكثار من تغيير ملابسه واستحمامه مع غسل الأليتين والأظفار جيداً.

- تكرار تغيير الملابس الداخلية،

الدودة السلوكية (الأقصور، الحرقوص) طولها سنتيمتر واحد، ولونها أبيض، نحيلة جداً وتشبه السلك أو الدبوس، وداء الدودة الدبوسية هو عدوى دودية معوية شائعة، لا تسبب أي أعراض سوى حكة حول الشرج ونوماً مضطرباً وتهيجاً وأحياناً عدوى ثانوية للجلد المخدوش.

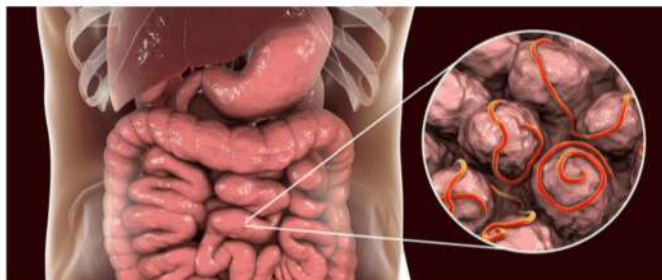
يتم التشخيص بوضع شريط لاصق على المنطقة حول فتحة الشرج وفحص الشريط مجهرياً للبحث عن البيوض ويستحسن الحصول على مادة الفحص صباحاً قبل التبرز، وينبغي إعادة الفحص ٣ مرات أو أكثر للتأكد من النتيجة، وتشاهد البيوض أحياناً بالفحص المجهرى للبراز والبول، وقد توجد الديدان الأنثى في البراز وفي المنطقة حول الشرجية وأثناء فحص المستقيم.

تعتبر عدوى الدودة الدبوسية عالمي الانتشار، وتصيب جميع الفئات الاجتماعية والاقتصادية بمعدلات عالية في بعض المناطق، وتحدث أعلى انتشار لها عند الأطفال في سن الدراسة ويليها عمر ما قبل المدرسة.

### طرق العدوى

يتم الانتقال المباشراً للبيوض المعدية باليد من الشرج (بعد الحكّة) إلى فم الشخص نفسه، أو فم شخص آخر، أو بالانتقال عبر الملابس أو أغطية الفراش أو الطعام أو أدوات

أخرى ملوثة ببيوض الطفيلي، والعدوى المنقولة بالغبار ممكنة في البيوت، وتصير البيوض معدية خلال ساعات قليلة، من إباحتها على الشرج من قبل الديدان الحوامل المهاجرة وتبقى البيوض





# السعال الديكي



د. جعفر الشرح  
اختصاصي طب الاطفال

قد تهدد المضاعفات حياة الرضع الأصغر من ٦ أشهر.

## الوقاية

إن أفضل طريقة للوقاية من السعال الديكي هي لقاح السعال الديكي، الذي يعطيه الأطباء في كثير من الأحيان مع لقاحات ضد مرضين آخرين وهما الخناق والكزاز ويوصي الأطباء ببدء التطعيم في مرحلة الطفولة. المناعة من لقاح السعال الديكي تَميل إلى التراجع في سن ١١ عامًا، فيُوصي الأطباء بالحُقن المعززة في هذا العمر؛ للحماية من السعال الديكي (الشاهوق) والخناق والكزاز.

قد تتضمن أيضًا بعض أصناف لقاح الكزاز والخناق لكل ١٠ سنوات الحماية ضد السعال الديكي (الشاهوق).

سَيُقلل هذا اللقاح أيضًا من خطر انتقال السعال الديكي إلى الرُضع. النساء الحوامل، يوصي خبراء الصحة الآن بأن تحصل النساء الحوامل على لقاح السعال الديكي بين الأسبوعين ٢٧ و٣٦ من الحمل. فقد يُعطي هذا أيضًا بعض الحماية للرضيع في أثناء الأشهر القليلة الأولى من عمره.

## الأدوية الوقائية

إذا كنت قد صادفت شخصًا مصابًا بالسعال الديكي، فقد يوصي الطبيب بالمضادات الحيوية للحماية من العدوى لمزود رعاية صحية والحوامل والأطفال دون سن ١٢ شهرًا وضعاف المناعة والمصابون بالربو وافراد الأسرة المخالطين للمريض.

وبدلاً من ذلك، قد يعانون صعوبة في التنفس، أو قد يتوقفون عن التنفس بشكل مؤقت.

## متى تزور الطبيب؟

اتصل بطبيبك إذا تسببت نوبات السعال المستمرة لفترة طويلة لك أو لطفلك في: -التقيؤ.

-التحول إلى اللون الأحمر أو الأزرق. -التنفس بصعوبة أو تقطع التنفس بشكل ملحوظ

-الاستنشاق المصحوب بصوت شاهوق

## عوامل الخطر

ينتهي مفعول تحصين السعال الديكي وذلك يُعرض غالبية المراهقين والبالغين للعدوى عند تفشي المرض ويحدث تفشي المرض باستمرار.

يكون الرضع الأصغر من ١٢ شهراً الذين لم يتلقوا التحصين أو لم يتلقوا جرعة التحصين كاملة هم الفئة الأكثر عرضة لخطر المضاعفات الشديدة والموت.

## المضاعفات

يتعافى المراهقون والبالغون دائماً من السعال الديكي دون أي مشكلات. في حالة حدوث مضاعفات، فهي تكون عادة أعراضاً جانبية للسعال الحاد مثل:

-كدمات أو تشققات بالضلوع

-فتوق بطنية

-تمزق الأوعية الدموية في جلد العينين

أو بياضهما

الرُضع: مضاعفات السعال الديكي أكثر شدة لدى الأطفال الرُضع خاصة أولئك الذين تقل أعمارهم عن ٦ أشهر وقد تتضمن:

## التهاب الرئة

-تباطؤ التنفس أو توقفه

-الجفاف أو فقدان الوزن بسبب

صعوبات التغذية

-النوبات المرَضية

-تلف الدماغ

بما أن الرضع والأطفال الصغار هم الأكثر عرضة لمضاعفات السعال الديكي، فمن المرجح أن يكونوا بحاجة إلى العلاج في المستشفى أكثر من غيرهم.

السعال الديكي هو مرضٌ بكتيري شديد العدوى يُصيب الجهاز التنفسي، ويمكن تمييز المرض عند معظم الأشخاص، بالسعال السطحي المتقطع الحاد الذي يعقبه صوت شهيق عالي النبرة يبدو مثل "صياح الديك"

وقبل اكتشاف لقاح المرض، كان السعال الديكي يعتبر من أمراض مرحلة الطفولة. أما الآن فإن السعال الديكي يُصيب بشكل أساسي الأطفال الأصغر من أن يكونوا قد اكملوا دورة التطعيمات بالكامل وكذلك المراهقين والبالغين ممن ضعفت مناعتهم.

وتندر حالات الوفاة المرتبطة بالسعال الديكي ولكنها أكثر حدوثاً بين الأطفال الرُضع.

وهذا هو السبب في أنه من المهم للغاية تطعيم النساء الحوامل - وغيرهم من الأشخاص ممن سيكونون على اتصال وثيق بالرضيع ضد السعال الديكي.

## الأعراض

بمجرد إصابة الشخص بالسعال الديكي، يستغرق ظهور العلامات والأعراض مدة تتراوح بين سبعة وعشرة أيام، على الرغم من أنها قد تستغرق فترة أطول من ذلك في بعض الأحيان.

عادة ما تكون الأعراض طفيفة في البداية وتشبه تلك الخاصة بالزكام:

رشح واحتقان بالأنف وعيون حمراء دامعة وحمى وسعال بعد أسبوع أو اثنين، تزداد العلامات والأعراض سوءاً حيث يتراكم المخاط السميك داخل المجاري الهوائية متسبباً في سعال لا يمكن السيطرة عليه ويمكن لنوبات السعال الشديدة والمستمرة لفترة طويلة أن:

تثير القيء وتؤدي إلى احمرار أو ازرقاق الوجه وتسبب إرهاق شديد وتنتهي بصوت "شهقة" مرتفع الطبقة أثناء نفس الهواء التالي.

ومع ذلك، لا يُعاني العديد من الأشخاص الشهقة المميزة.

يعد السعال الجاف المستمر في بعض الأحيان العلامة الوحيدة التي تشير إلى معاناة مراهق أو بالغ السعال الديكي.

قد لا يسعل الأطفال مطلقاً.



د.أسعد غانم جدوع  
اختصاص دقيق الأمراض العصبية  
والصرع عند الاطفال

# الصرع علاماته واعراضه

١. أمراض القلب والأوعية الدموية والتي تؤدي الى عدم انتظام بدقات القلب أو هبوط حاد ومفاجئ بضغط الدم.  
٢. بعض أنواع الصداغ النصفي (الشقيقة)

٣. الجلطة الدماغية المؤقتة.  
٤. بعض الحالات المرضية المتعلقة بالنوم (مثل المشي أثناء النوم أو العمل بحركات شديدة أو مخيفة أثناء النوم أو تكرار الاستيقاظ بشكل مرعب.  
٥. بعض الأمراض النفسية.  
٦. أمراض الحركة والتوازن.  
٧. حدوث السكره (الفحطة) عند بكاء الاطفال.  
٨. التهاب المريء وخاصة عند الاطفال حديثي الولادة

## ما هي أنواع مرض الصرع؟

يصنّف الأطباء النوبات بصفة عامة إلى:

١. بؤرية: الناتجة من نشاط كهربى غير طبيعي في (منطقة واحدة) من الدماغ وتؤدي الى ظهور أعراض محددة في الجسم.  
٢. معمّمة (عامة): الناتجة من نشاط كهربى غير طبيعي يُصيب (جميع أجزاء الدماغ) وتؤدي الى ظهور أعراض عامة تشمل جميع انحاء الجسم.

## ما الذي ينبغي فعله عندما يصاب الطفل بنوبة

### صرع داخل المنزل أو في المدرسة؟

١. أهم شيء هو عدم الارتباك ثم عدم الارتباك.  
٢. تأكد من عدم وجود جسم غريب يسد المجرى التنفسي.  
٣. ضع المريض أرضاً برفق وأبعده عن أماكن الخطر.  
٤. اجعل المريض مستلقياً على الجانب الأيسر من الجسم.  
٥. بينما تقوم بهذه الاجراءات تأكد من وجود شخص قريب منك يساعدك عند الحاجة.  
٦. اذا امكن أخذ تصوير فيديو للنوبة الصرعية وعرضها على الطبيب المعالج، فان في ذلك فائدة تشخيصية بالغة الأهمية للمريض.  
٧. تجنب الإجراءات الضارة والتي لا تنفع المريض منها: الضغط على الحاجبين أو على أصابع المريض، سكب الماء على وجه المريض، امسك جسم المريض بقوة ليكون بوضع مستقيم، إعطاء السوائل أو العصائر أو الدواء أثناء النوبة فان ذلك يعرضه لخطر الاختناق.  
٨. عادة ما تتوقف النوبات الصرعية في أقل من ٣ دقائق، أما إذا استمرت النوبة أكثر من ٥ دقائق حينئذ يستوجب نقله الى اقرب مستشفى أو مركز صحي.

مرض الصرع معروف تاريخياً منذ زمان بعيد، حيث اكدت الدراسات الاثرية وجود أدلة تشير الى وجود هذا المرض منذ اكثر من ٤٠٠٠ سنة.

وحسب تقارير منظمة الصحة العالمية لوحظ مؤخراً وجود زيادة ملحوظة في نسبة الصرع سنوياً، فعلى الصعيد العالمي يتم تشخيص ما يقدر بنحو ٥ ملايين شخص مصاب بالصرع كل عام، وكذلك لوحظ ان نسبة مرضى الصرع تكون أعلى بكثير في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، حيث تقدر النسبة بـ ١٣٩ لكل ١٠٠٠٠٠ شخص يصاب بالصرع كل عام، مقارنة مع البلدان المرتفعة الدخل حيث يمكن أن تصل النسبة إلى ٤٩ لكل ١٠٠٠٠٠ شخص سنوياً.

## ما هو الصرع وما هي النوبة الصرعية؟

يمكن تعريف النوبة الصرعية على أنها اضطراب كهربائي مفاجئ في الدماغ، يسبب تغيرات في الحركة أو السلوك أو المشاعر، وكذلك في مستويات الوعي.

بينما يعرف مرض الصرع بصفة عامة بأنه التعرض لنوبتين صرعية أو أكثر يفصل بينهما ٢٤ ساعة على الأقل، بدون أن يحفز تلك النوبات سبب معروف (مثل ارتفاع درجة الحرارة أو هبوط السكر أو الكالسيوم في الدم وغيرها).

في بعض الاحيان يشخص مرض الصرع عندما يصاب المريض بنوبة صرعية واحدة إضافة الى وجود علامات أخرى (في الفحص السريري أو رنين الدماغ أو تخطيط الدماغ) تزيد من فرص حدوث وتكرار النوبات الصرعية مستقبلاً.

## متى اعرف أن الطفل مصاب بنوبة صرعية؟

تتراوح مؤشرات النوبة الصرعية وأعراضها من خفيفة إلى شديدة، وتعتمد على نوع النوبة. وقد تشمل الأعراض التالية:

- التشوش المؤقت.
- التحديق في الفراغ (الصفنفة أو الشرود) المصاحب لفقدان الإدراك.
- الرمع العضلي (النتلة أو الفزة) والتي قد يراها فقها سقوط الأشياء من اليدين أو السقوط على الأرض.
- انتفاضات (اختلاجات) بالذراعين والساقين خارجة عن السيطرة.
- فقدان الوعي أو الإدراك.
- أعراض معرفية أو نفسية، مثل الخوف أو القلق أو وهم سبق الرؤية (يعتقد المريض ان هذا الموقف قد مر عليه سابقاً)

## هل توجد حالات مرضية تشبه مرض الصرع؟

توجد بعض الحالات المرضية تكون أعراضها شبيهه بالنوبات الصرعية وقد تشخص خطأ بمرض الصرع، وهنا يأتي دور الطبيب الحاذق والخبير بهذه الحالات المرضية بالتفريق فيما بينها وتشمل:

## الطفل الانتقائي للاكل

٢. قدّم الوجبات الرئيسية والوجبات الخفيفة في الأوقات نفسها كل يوم.

يحتاج الطفل ٣ وجبات رئيسية و٣ وجبات خفيفة

٣. تحلّ بالصبر مع الأطعمة الجديدة قد يقوم الأطفال الصغار غالباً بلمس أو شم الأطعمة الجديدة، حتى إنهم قد يضعون قدرًا ضئيلاً منها في أفواههم ثم يخرجونها ثانية.

وربما يحتاج الطفل إلى التعرض بشكل متكرر للطعام الجديد قبل أن يأخذ منه أول قضم.

٤. إن إعداد وجبة منفصلة للطفل بعد رفضه الوجبة الأصلية يؤدي إلى تعزيز نمط الأكل الذي يصعب إرضاءه.

٥. اجعل الأمر ممتعاً: قدم البروكلي وغيره من الخضراوات مع الصلصة المفضلة للطفل أو أخلط الكوسة المبشورة والجزر المبشورة مع الحساء.

قدم مجموعة متنوعة من الأطعمة الملونة ذات الألوان الزاهية.

٦. اطلب من طفلك يساعدك في اختيار الفواكه، والخضروات، والأغذية الصحية الأخرى.

٧. شجّع طفلك في المنزل على المساعدة في غسل الخضروات أو تقليب العجين أو تجهيز طاولة الطعام.

٨. فلنكن قدوة حسنة بتناول الأطعمة الصحية إذ تتأثر خيارات الأطفال كثيراً بخيارات أمه وعائلته.

٩. تقليل المشتتات: أغلق التلفزيون وأي أجهزة إلكترونية أخرى أثناء تناول الوجبات.

فسيساعد ذلك طفلك على التركيز على تناول طعامه.

١٠. لا تقدم الحلوى باعتبارها مكافأة.

١١. تقديم شرائح فواكه باردة للطفل، وأطعمة ليونة وطرية على لثة الطفل أثناء فترة التسنين.

إن رفض الطفل للطعام، وتعلقه الشديد بتناول أنواع محددة ومحصورة فقط من الأطعمة، هو أمر شائع عند الأطفال وخصوصاً دون سن الخامسة ويختفي لوحده مع مرور الوقت وتقدمهم في العمر.

### أسباب رفض الطفل للطعام

١. عدم الشعور بالجوع: نقل سرعة نمو الأطفال بعد عمر السنتين، لذا قد تقل شهيتهم ورغبتهم في تناول الطعام بين الحين والآخر، وقد لا يستدعي الأمر القلق طالما أن وزن الطفل وطوله مناسبين لعمره، كما أن الأطفال غالباً ترفض الوجبة الرئيسية إذا تناولوا وجبة خفيفة قبلها بوقت قصير.

٢. الشعور بالاستقلالية وإثبات الشخصية: من الطبيعي جداً أثناء فترة نمو الطفل أن تكون لديه رغبة بإظهار شخصيته واستقلاليته، وقد يكون رفض الطفل للطعام أحد الطرق للتعبير عن ذلك.

٣. المشاكل الصحية: على الرغم من ندرة ذلك، إلا أن انتقائية الطفل ورفض الطعام قد تكون ناتجة عن بعض المشاكل الصحية مثل: الحساسية تجاه طعام معين، أو التهاب اللثة.

٤. التسنين إذ يتسبب الألم الشديد في اللثة يشعر الطفل بعدم الارتياح عند لمس الطعام للثته.

### طرق التغلب على رفض الطفل للطعام

١. إذا لم يكن طفلك جائعاً، فلا ينبغي إجباره على تناول الوجبات الرئيسية أو الخفيفة.

وبالمثل، لا ينبغي رشوة الطفل أو إجباره على تناول طعام معين أو إنهاء كل ما في طبقه.

فلن يؤدي ذلك إلا إلى إشعال النزاع حول الطعام أو زيادته.

يمكنك تقديم حصص صغيرة وإعطاؤه الفرصة لطلب المزيد بنفسه.



د. عائدة عبد الكريم المياح  
استشارية طب الأطفال  
وحديثي الولادة

اليرقان الولادي (لون أصفر على جلد المواليد)  
بعد اليوم الأول قد يحدث اليرقان فإذا ظهر قبل ٢٤ ساعة من العمر يثير القلق على وجه الخصوص ويحتاج اليرقان الى استشارة الطبيب ليحدد مدى حاجته الى العلاج الضوئي أو تبديل الدم حسب نسبة المادة الصفراء لتجنب حدوث الشلل الدماغي للطفل.

### التبول والتبرز

في أول يومين، يكون البول عند المولود الجديد مركزاً، وغالباً ما يحتوي على مواد كيميائية تسمى اليورات تجعل لون الحفاضة برتقالياً أو وردياً. إذا لم يتبول الطفل حديث الولادة خلال أول ٢٤ ساعة من حياته، يحاول الطبيب معرفة السبب. يتكوّن البراز الأول من مادة سوداء مخضرة لزجة تسمى العقي يتبرز المولود العقي خلال ٢٤، وإذا لم يحدث هذا، قد يقوم الطبيب بإجراء اختبارات لمعرفة ما إذا كانت هناك مشكلة كانسداد الأمعاء.

### الوزن

يتراوح الوزن الطبيعي للطفل الكامل من ٢,٥ الى ٤ كيلوغرام ويكسب الرضيع نحو ٢٠ إلى ٣٠ غراماً في كل يوم خلال الأشهر القادمة.

### الرضاعة الطبيعية

يعدّ حليب الأم الطّعام المثالي للمواليد الجدد، يوصى بالرضاعة الطبيعية حصراً للأشهر الستة الأولى من العمر على الأقل.

حالما يُصبح المولود مستقراً، يحتاج الى قياس الوزن والطول ومحيط الرأس ومن المهم جداً المحافظة على دفء المولود حديثاً، ولذلك، يُلفّ الطفل حديث الولادة بملابس خفيفة (يُقَمَط) في أسرع وقت ممكن، ويُغطّى رأسه للتقليل من فقدان حرارة الجسم.

يُشجّع الوالدان على حمل أطفالهم بعد الولادة الطبيعية مباشرة، ويرى بعض الخبراء أن الاتصال الجسدي المبكر مع المولود يساعد على تكوين رابط معه، تضع الأمهات المرضعات صغارهنّ حديثي الولادة على الثدي خلال أول ٣٠ دقيقة من بعد الولادة.

يعطى فيتامين (ك) للوقاية من الداء النزفي عند حديثي الولادة. ما توصى به الأم بعد الخروج من المستشفى:

### العناية بالحبل السري:

وينبغي أن تبقى الجذعة نظيفة وجافة، ولا يحتاج وضع الكحول أو غيره من المخاليل المطهرة على الجذعة. تسقط الجذعة من تلقاء نفسها في غضون أسبوع أو أسبوعين، وأحياناً يمكن أن يصاب الحبل السري بعدوى، لذلك ينبغي على الطبيب التحقق من أيّة علاماتٍ لاحمرارٍ أو تورّمٍ أو مفرزات.

### الختان

يُجرى الختان عادةً، إذا رغب الآباء، خلال الأيام القليلة الأولى بعد الولادة، ينبغي عدم إجراء الختان إذا لم يتبول الولد أو كان يُعاني من اضطرابٍ نزفي، أو إذا كان القضيب غير طبيعي بأي شكل من الأشكال، لأنه قد يجري استعمال القلفة لأيّ إصلاحٍ جراحيّ تجميلي قد يكون مطلوباً في وقتٍ لاحق.

### الجلد

يحدث عند معظم الأطفال حديثي الولادة طفح جلدي خفيف أثناء الأسبوع الأول من بعد الولادة في مناطق الجسم التي تحتك بالملابس، أي الذراعين والساقين والظهر، ويميل الطفح إلى الاختفاء من دون معالجة.

استعمال المستحضرات أو المساحيق والصابون المعطر أو وضع ملابس داخلية بلاستيكية فوق الحفاطات إلى جعل الطفح يتفاقم.

يعدّ نجاح عملية انتقال الجنين من كونه مغموراً في السائل الأمنيوسي ومُعتمداً بشكل كلي على المشيمة بالنسبة إلى التغذية والأكسجين، إلى صغير قادر على البكاء وتنفس الهواء، أمراً يدعو للإعجاب؛ ويحتاج المواليد الجدد الأصحاء (من عمر الولادة إلى شهر) إلى رعاية جيدة لضمان نموهم

# رعاية الأطفال حديثي الولادة في الأيام الأولى



الطبيعي واستمرار صحتهم. يقوم الطبيب أو الممرضة بعد الولادة الطبيعية أو العملية القيصرية بانعاش الطفل الذي يحتاج الى المساعدة، وكذلك فحصه للتحري عن أيّة تشوّهات ظاهرة أو علامات خطيرة. يُجرى الفحص السريري الكامل (في غضون ٢٤ ساعة من بعد الولادة عادةً).



نهى سعيد كاظم  
تدرسية في كلية التمريض  
جامعة البصرة

## العنف المدرسي بين الطلبة وتأثيره على صحتهم البدنية والنفسية



### آثار العنف المدرسي على الطالب

- فقدان الطالب رغبته في التعليم وتكوين مفهوم سلبي تجاه المدرسة والتعلم.
- تدني مستوى الطلاب وتشتت انتباههم وعدم قدرتهم على الاستيعاب وفقد التركيز.
- يلجأ بعض التلاميذ للهروب من المدرسة وتفاقم مشكلة التسرب من المدارس.
- ممارسة الكذب خوفاً من العقاب والاعتماد على الحيل والخداع والتمازج حتى يسمح له بالغياب.
- عدم الاحساس بالأمان وبالتالي يكون الطلاب اكثر عصبية وتوتر وأقل إبداع وقتل فرص التفكير البناء وروح العمل الجماعي لديهم.
- المعاناة من مشاكل نفسية وجسدية عديدة منها (التبول اللاإرادي والانطواء والتأناة فضلاً عن التشوهات البدنية الناتجة عن الاعتداء الجسدي).
- بعض الأطفال قد تتغير سلوكياتهم للأسوأ ويلجؤون إلى التدخين أو الإدمان ومنهم من يتحول لشاذ أو يحاول الانتحار حتى يتخلص من هذا الكم الهائل من الضغط والألم النفسي.

### كيفية القضاء على العنف بالمدرسة؟

- وضع برنامج تأهيلي وتهديبي من قبل إدارة المدرسة.
- معرفة الأسباب التي أدت إلى ظهور العنف والعمل على حلها والقضاء عليها.
- زيادة الوعي الديني بين الطلاب والقيم الأخلاقية.
- المتابعة المستمرة للطالب من قبل اختصاصي الشؤون بالمدرسة.
- معرفة الأسباب وعدم اللجوء للعقاب كحل نهائي.
- تقديم المدرسة أنشطة مدرسية لكي تعمل على انشغال الطلاب فيها وتفريغ نشاطهم وطاقاتهم وبث روح التعاون فيما بينهم لتوطيد العلاقات وجعلهم يتصرفون كأصدقاء واحدة.

يعتبر سلوك العنف من أكثر المشكلات السلوكية بين الأطفال والمراهقين فقد أشادت العديد من الدراسات والبحوث إلى زيادته بين الطلاب في المدارس مقارنة بالمشكلات السلوكية الأخرى التي يعانيها الطلاب في المدارس كما يؤثر على مستوى تعليمهم وتعرضهم للعقاب ومعاناة الآباء والمربين من سلوك العنف من الأطفال وأيضاً من المراهقين. العنف المدرسي هو سلوك عدواني صادر من التلاميذ تجاه بعضهم ويتسبب في حدوث أضرار جسدية أو نفسية أو مادية بما يتضمنه من هجوم يرافقه اعتداء بدني كالشجار بين التلاميذ وتخريب ممتلكات الآخرين، والمراهق المدرسية، أو اعتداء لفظي بالتهديد.

### أنواع العنف

العنف اللفظي  
العنف الجسدي  
العنف العاطفي  
العنف الجنسي



### أسباب العنف المدرسي

- كثرة الحروب والنزاعات المجتمعية
- تدني الوضع الاقتصادي
- التمييز في المعاملة بين الأبناء
- استخدام الضرب والعنف
- التعرض لصدمة كبيرة
- المشاكل بين الزوجين أمام الأبناء يؤثر سلباً عليهم
- الإهمال من الأسرة وعدم المتابعة



يحيى عادل  
معالج نفسي

مثل: يبدو أن شيئاً ما يزعجك، قل لي وهكذا يمكن لتفهم الطفل أن يساعده في تخفيض حالة التوتر عنده.

- عدم التدخل في كل صغيرة وكبيرة في حياته فمثلاً عندما يختلف الطفل مع طفل آخر لا ينبغي تدخل الوالدين إلا عندما يكون هنالك احتمال حصول أذى على الطفل.  
- تجنب مناقشة مشاكله مع غيره على مسمع منه.

- العمل على إشباع حاجاته النفسية وعدم اهماله او تفضيل أحد أخته عليه.

- تخصيص وقت كاف للعب مع الطفل وعدم إخضاعه لجدول غير مرن من حيث المواعيد الدقيقة في الواجبات والنوم والدراسة.

- تجنب التناقض في الأوامر بين الوالدين في تربية الطفل.

- الابتعاد عن إثارة الطفل بهدف الضحك أو التسلية أو إذلال الطفل وتخويفه ولكن العمل على تهدئته.

- تشجيع الطفل لممارسة هوايات وألعاب متعددة.

- الحرص على عدم متابعة الطفل للألعاب أو الأفلام التي تحتوي

على مشاهد الرعب أو القتل حيث تنمي لدى الطفل

حالة العدوانية والسلبية بالتعامل

مع الآخرين.

• بسبب نقده أو لومه أمام أشخاص لهم مكانه عند الطفل.  
• التدليل الزائد من قبل والديه بحيث يتم الاستجابة لجميع طلبات الطفل، وإذا حدث في أحد المرات عدم تلبية رغبته يتسبب ذلك في إحداث نوبات من الغضب والصراخ.

• القسوة الشديدة وحرمان الطفل من تلبية رغباته.

• تنفيذ ما يريده بعد غضبه حينها يلجأ دائماً الى الغضب كأسلوب ليحصل على ما يريد.

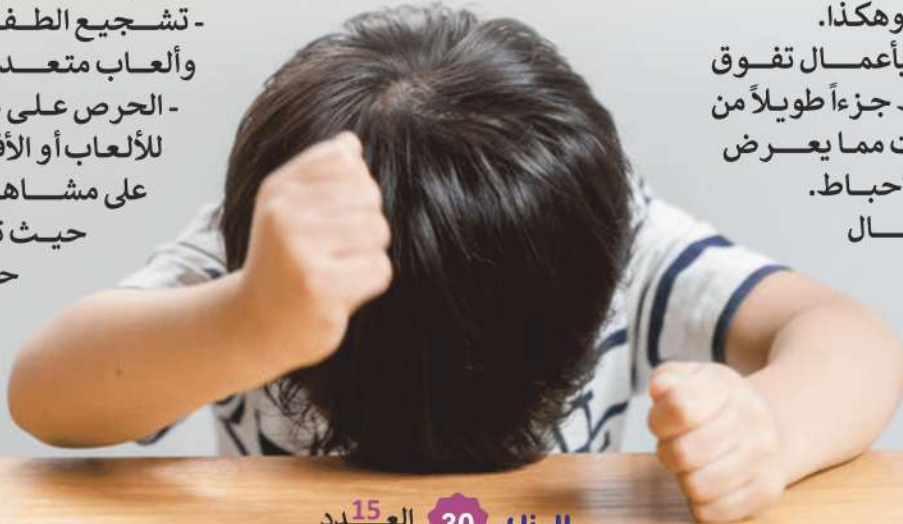
### الأسباب الطبية

- 1- نشاط الغدة الدرقية
- 2- الإمساك المزمن
- 3- صعوبة النطق

### طرق الوقاية من نوبات الغضب

- النموذج الأبوي: تذكر أن أطفالك من المرجح جداً أن يقلدوا أسلوبك في التعامل مع الإحباط.

- التحذيرات المبكرة: شجع الطفل على تفريغ انفعالاته بالحديث والتعبير عن انزعاجه وتفهمه واستمع له فعندما يبدأ الطفل بالتذمر ومتجهاً للانفجار في نوبة غضب قل له شيئاً



## الغضب عند الأطفال الأسباب والوقاية

الغضب هو حالة انفعالية تشتمل على مجموعة من الدرجات، تبدأ بالغضب البسيط كالغضب والاستثارة والضيق ثم تنتهي بالغضب الشديد المتمثل بالتمزيق والتدمير والعنف، ويتسم سلوك الطفل بالهياج الشديد والصراخ والتذمر. والغضب عند الطفل له عدة أشكال منها الغضب الإيجابي ويظهر على الطفل في حالة الصراخ أو الرفس أو كسر الأشياء أو تخريبها. والغضب السلبي وتبدو مظاهره في شكل انسحاب وانطواء مع كبت للمشاعر، حيث نرى الطفل يرفض الطعام أو الذهاب للمدرسة، أو الخروج مع والديه، وتظهر هذه الحالة لدى الأطفال الانطوائيين.

### أسباب الغضب

• إجبار الطفل على القيام بأعمال لا يحبها.

• فقدانه الحنان الأسري من الأب والأم والإخوان.

• التعرض لأوامر عديدة كأن تأمره والدته بأن لا يرتدى هذا الثوب أو ألا يمشى مع هذا الشخص أو لا يستذكر دروسه وهو يشاهد التلفاز أو لا يخرج من البيت وهكذا.

• تكليف الطفل بأعمال تفوق طاقته، مثل أن يحفظ جزءاً طويلاً من دروس المحفوظات مما يعرض الطفل لحالة من الإحباط.

• تعرض الأطفال

لمشاهدة

الراشدين أنفسهم

وهم يظهرون

نوبات غضب

بسهولة.

# اضطراب طيّف التوحّد



د.سارة هاشم  
اختصاصية الأمراض  
العصبية الأطفال

## يعرف طيف التوحّد بأنه عجز في مجالين أساسيين:

التواصل والتفاعل الاجتماعي والسلوكيات المحددة المتكررة، ويمكن أن تتراوح الوظيفة المعرفية من ضعف ذهني شديد إلى التفوق في اختبارات الذكاء التقليدية.

يتزايد الوعي بالتوحّد في جميع أنحاء العالم في كل من البلدان النامية والمتقدمة، مع تقديرات انتشار متفاوتة ولكنها متشابهة إلى حد كبير في كل الولايات المتحدة وأوروبا وآسيا.

زاد تشخيص اضطراب طيف التوحّد في الفترة الأخيرة لكون الدراسات الحديثة قد شملت مفهوم التوحّد ضمن تعريف موسّع حيث يوجد تشخيص مشترك مع اضطرابات طبية معروفة مثل متلازمة أكس الهشة ومتلازمة توريت ومتلازمة داون بالإضافة إلى الوعي العام المتزايد بين الآباء والمعلمين بالإضافة إلى توافر الخدمات والتشخيص.

## العوامل التي تزيد خطر الإصابة بطيّف التوحّد:

- الاطفال الذكور.
- وجود تاريخ عائلي لطفل مصاب بالتوحّد.
- الاطفال الخدج (المولودين في الاسبوع ٣٠ إلى ٣٥ من الحمل)

• زيادة عمر الأمهات وعمر الآباء.  
• وجود أمراض المناعة الذاتية لدى الأم بشكل خاص.

• أثبتت الدراسات عدم ارتباط لقاح الحصبة بمرض التوحّد كما كان يشاع.

## تقييم وتشخيص امراض طيّف التوحّد

يمكن تشخيصها بشكل موثوق عند الأطفال في السنة الثانية من العمر.

## علامات الخطر:

• عدم نطق أي مقطع في عمر ٦ اشهر.  
• عدم نطق كلمات متعددة المقاطع بصورة مستمرة بعمر ١٢ شهر.

• عدم وجود أي ايماءات بعمر ١٢ شهر.

• لا كلمات مفردة عفوية (وليس مرددة) بعمر ١٦ شهر غير ماما أو دادا.

• لا عبارات عفوية (وليس مرددة) متكونة من كلمتين بعمر ٢٤ شهرا أو من ٣ كلمات بعمر ٣٦ شهرا.

• أي فقدان لقدرات التواصل الاجتماعي، بما في ذلك الثرثرة أو الكلمات المفردة أو العبارات أو الاستجابة للاسم أو المشاركة الاجتماعية أو الإيماءات.

## بعض الاعراض الاخرى التي قد ترتبط بمرض التوحّد:

• معدل ذكاء أقل فنسبة الأطفال المصابين بالتوحّد الذين لديهم معدل ذكاء أقل من أو يساوي ٧٠ تراوحت من ٣٠-٥٠٪.

• زيادة الوزن والطول ومحيط الرأس ووزن الدماغ.

• خلل في الوظائف الحركية مثل نقص التوتر، خلل في المشي، اضطراب الاداء الحركي وحركات نمطية متكررة.

• هناك ايضا بعض الحالات الطبية الاخرى التي قد ترتبط بالتوحّد مثل اضطرابات الجهاز الهضمي واضطرابات النوم والصرع.

## الفحوصات السريرية التي تساعد في التشخيص

- فحص السمع والنظر ووظائف جذع الدماغ.
- فحص مستوى الرصاص في الدم.
- تخطيط كهربائية الدماغ.
- التصوير العصبي ورنين الدماغ.
- التحاليل الخاصة بالأمراض الايضية.

## علاج مرض التوحّد

• العلاج الدوائي يهدف إلى معالجة الأعراض السلوكية مثل الحركة المتكررة، وأعراض الوسواس القهري، والاندفاع، والاكتئاب، وتقلب المزاج، والإثارة، وفرط النشاط، والعدوانية واضطرابات النوم لغرض تحسين نوعية الحياة وفرص التعلم.

- المكملات الغذائية الفيتامينات.
- التدخلات التعليمية والسلوكية.
- الدعم المعنوي للطفل وذويه طول الحياة.



د. أيسر جري السعد  
اختصاصي طب الأطفال

# اللقاحات عند الأطفال بين الحقائق والإشاعات

اللقاحات هي واحدة من أكثر الطرق فعاليةً أقلها تكلفة لوقاية الأطفال من الأمراض والعدوى الخطيرة. فبفضل اللقاحات تم التخلص من الكثير من الأمراض وأصبحت حياة أطفالنا وحياتنا أكثر أمناً. حيث تقوم اللقاحات بتنشيط وتحفيز جهاز المناعة لإنتاج خلايا مناعية طويلة الأمد تقاوم الجرثومة المستهدفة. يجب أتباع جدول اللقاحات وتلقيح أطفالنا حسب المواعيد المحددة للحصول على وقاية فعالة ضد الأمراض المستهدفة.

## ما هو جدول اللقاحات؟

قام خبراء مكافحة الأمراض المعدية بوضع جدول نموذجي لللقاحات يستهدف الأطفال في مراحلهم العمرية المختلفة. يتم مراجعة هذا الجدول بصورة دورية وقد تضاف له بين الحين

والآخر لِقاحات جديدة حسب المستجدات. يشمل جدول اللقاحات الأنواع التالية:  
- لقاح التهاب الكبد الفيروسي نوع B: يعطى هذا اللقاح بثلاث جرعات مجدولة. تعطى الجرعة الأولى في أول ٢٤ ساعة بعد الولادة. وتعطى الجرعة الثانية بعمر ١-٢ شهر. أما الجرعة الثالثة فتعطى بعمر ٦-١٨ شهر. هذا اللقاح يحمي من الإصابة بالتهاب الكبد الفيروسي نوع B.

- لقاح البي سي جي (التدرن):  
- يتم إعطاؤه بعد الولادة مباشرة ويحمي من الإصابة بالتدرن الرئوي.



- اللقاح الثلاثي (لقاح الخناق، الكزاز، والسعال الديكي): يحمي هذا اللقاح من ثلاثة أمراض معدية خطيرة هي الكزاز ومرض الخناق والسعال الديكي. ويتم أخذ هذا اللقاح في الأعمار التالية: ٢ شهر، ٤ شهر، ٦ شهر، ١٥-١٨ شهر، و٤-٦ سنوات.

ومن الأفضل إعطاء جرعة معززة من اللقاح الثنائي (الكزاز والخناق) للمراهقين بعمر ١١-١٢ سنة. كما تعطى جرعة واحدة للحوامل مع كل حمل في الأسبوع ٢٧-٣٦ من الحمل. قد يدمج اللقاح الثلاثي مع لقاحات أخرى فيصبح لقاح رباعي أو سداسي.

- لقاح المستدمية النزلية نوع بي (Hib): تعطى عادة مع اللقاح الثلاثي في عمر ٢، ٤، ٦ شهر و١٢-١٥ شهر. هذا اللقاح يقي من الإصابة بنوع من البكتيريا تسبب التهابات خطيرة مثل ذات الرئة والتهاب السحايا. - لقاح شلل الأطفال: يجب إعطاؤه بعمر ٢ شهر، ٤ شهر، ٦-١٨ شهر، وجرعة معززة بعمر ٤-٦ سنوات. هذا اللقاح يحمي من الإصابة بمرض شلل الأطفال وبفضله تم القضاء تقريباً على هذا المرض. لقاح الحصبة والحصبة الألمانية والنكاف (MMR): يجب إعطاؤه بعمر ١٢-١٨ شهر والجرعة الثانية بعمر ٤-٦ سنوات.



لكن في حال تأخر الطفل عن مواعيد اللقاحات يمكن الاستمرار بإعطائه اللقاحات حسب ما يقرره الطبيب المختص.

### لماذا وضعت هذه المواعيد للقاحات؟

تم تحديد هذه المواعيد للقاحات اعتماداً على مدى استعداد جهاز المناعة للحصول على وقاية مثالية. كما ان إعطاء اللقاح في الوقت المبكر الممكن يعطي وقاية للطفل في عمر يكون معرض فيه للخطر.

### هل يأخذ طفلي التطعيم

#### إذا كان مريضاً؟

إذا كان طفلك مريضاً من الأفضل التحدث الى طبيبك ليقرر اعطائه اللقاح من عدمه.

لأن هذا يعتمد على شدة المرض.

مثلاً نزلات البرد البسيطة لا تمنع من إعطاء اللقاح للطفل.

### ماذا افعل ان حصل لطفلي اثار جانبية من اللقاح؟

قد يسبب اللقاح ارتفاعاً بسيطاً في درجات الحرارة أو

ألم في الجسم يدوم يومين أو ثلاثة.

وهذا أمر طبيعي ومتوقع نتيجة عمل اللقاح الذي يبرمج جهاز المناعة للطفل للتعرف على الفيروسات او البكتيريا وبالتالي بناء مناعة ضدها.

وحصول هذه الاثار الجانبية هو إشارة الى ان

الجسم قد استجاب بصورة جيدة للقاح. نادر جداً ان تحصل مضاعفات من اللقاح وقد تحصل حساسية من اللقاح عند بعض الأطفال. لكن المرض نفسه أخطر من التأثيرات الجانبية للقاح.

- يدرس الباحثون باستمرار مدة الحماية التي يعطيها كل لقاح، وعدد الجرعات التي يحتاجها الطفل من كل لقاح، والمدة الأفضل بين كل جرعة. لذلك فان لقاح الانفلونزا على سبيل المثال يعطي سنويًا، بينما لقاحات أخرى تعطي وقاية طويلة المدى من جرعة واحدة او جرعتين فقط.

- من المتداول عند البعض ان اللقاحات تسبب مرض التوحد ولكن البحوث والدراسات أثبتت عدم وجود أي علاقة بين اللقاحات ومرض التوحد.

- لقاح الحمق:

يجب إعطاء الجرعة الأولى منه بعمر ١٢-١٥ شهر، اما الجرعة الثانية فتعطي بعمر ٤-٦ سنوات.

- لقاح الأنفلونزا:

يفضل إعطاء هذا اللقاح للأطفال من عمر ٦ أشهر. يؤخذ هذا اللقاح بجرعتين يفصل بينهما ٤ أسابيع. موعد أخذ لقاح الأنفلونزا في شهر نوفمبر أو أكتوبر من كل سنة قبل بداية موسم الأنفلونزا.

- لقاح المكورات الرئوية:

يتم اعطاؤه على ٤ جرع بعمر ٢، ٤، ٦ شهر و١٢-١٥ شهر يحمي هذا اللقاح من الإصابة بنوع من البكتريا تسبب التهابات خطيرة.

- لقاح المكورات السحائية:

ينصح بإعطائه للمراهقين بعمر ١١-١٢ سنة وجرعة معززة بعمر ١٦ سنة.

- لقاح التهاب الكبد الفيروسي نوع: A يعطى للأطفال بعمر ١٢-٢٣ شهر.

- لقاح الروتافايروس: تعطي الجرعة الأولى بعمر ٦ أسابيع، اما الجرعة الثانية فتعطي بعمر ٨ أشهر.

ويحمي هذا اللقاح من الإصابة بعدوى الالتهابات المعوية.

### هل يجب على جميع الأطفال اتباع نفس جدول اللقاحات؟

الجواب نعم.

يعتبر جدول اللقاحات مثالياً للحصول على وقاية أفضل.

يمكن إعطاء لقاحات أخرى في ظروف خاصة، مثل الأطفال المصابين ببعض الأمراض المزمنة، او عند السفر الى مناطق موبوءة ببعض الأمراض المعدية.

### ماذا لو تأخر ابني عن موعد لقاحه؟

بالتأكيد ان الأفضل للطفل هو اخذ اللقاح في الموعد المحدد في جدول اللقاحات لحمايته والحفاظ على صحته.





د. حنان راضي عبود  
اختصاصية طب الأطفال

# كيف نتعامل مع انتقائية الطعام عند الأطفال؟

• وأخيراً كن صبوراً فالأمر يستحق في النهاية.

## ما هي أسباب انتقائية الطفل للطعام؟

- قد يكون لتطور القدرات الذهنية والعاطفية والاجتماعية للأطفال أثناء السنوات الأولى من العمر أثر كبير فهي تجعل الطفل يدخل مرحلة من التخوف يكون خلالها الطفل متخوف وكثير الشك لتجربة أي طعام جديد. - قد تنشأ من توتر الطفل وعصبيته إذا اكره أو أجبر على تناول الطعام قسراً.

- قد يكون انتقاء الاطفال لأنواع محدودة من الطعام يرجع لذكرى سيئة أثناء تجربة نوع معين من الطعام مثلاً أعراض تحسس أو تقيؤ سابق يجعله متخوفاً من إعادة التجربة.

- قد يمتلك بعض الاطفال حاسة شم أو ذوق قوية مما يجعله أكثر تحسناً لرائحة طعام معين أو طعمه أو حتى قوامه مما يجعله يرفض تناوله.

- طريقة استيعاب الوالدين للمشاكل

العائلية واطهار مشاعر الغضب والتوتر والحزن والكآبة أثناء الحمل وخلال السنوات الأولى من عمر الطفل تؤثر على قابلية الطفل لتقبل الطعام.

- العادات الغذائية للوالدين بتناول طعام صحي تؤثر ايجاباً على تقبل الطفل للطعام وتقلل احتمالية كونه طفل انتقائي.

## كيف نتعامل مع انتقائية الطعام عند الاطفال؟

• التزام الروتين في تحديد وقت الطعام مثل أن يكون موعد الغداء نفسه كل يوم.  
• تجنب الصراخ والعراك أثناء الطعام، قدم الطعام للطفل واتركه يأكل ما يعجبه.  
• احترم اختلاف شهية الطفل بين يوم وآخر: قد يأكل الأطفال أقل من المعتاد أو أكثر من المعتاد وبصورة غير متوقعة.

• حليمات التذوق على اللسان تتجدد كل ١٠ ايام تقريباً وقد تتقبل الحليمات الجديدة الطعام الذي سبق ورفضه الطفل، لذا ببساطة اذا رفض طفلك طعاماً معيناً اتركه

فترة ثم حاول مرة اخرى بعد ١٠ ايام أو أسبوعين.

• تجنب تقديم الحليب أو العصير او المشروبات الغازية بين الوجبات واستعظم عنها بالماء.

• تجنب التوسل بالطفل لتناول الطعام واحذر من الضغط على الطفل واجباره على تناوله.

• تجنب استعمال الطعام كوسيلة لمكافئة الطفل او عقابه.

• ليكن وقت الطعام وقتاً ممتعاً ودع الطفل يساعد في إعداد المائدة فالطفل يحتاج لاختبار احساسه برائحة الطعام ولمسه وطعمه فساعده بتوفير بيئة داعمة مليئة بالحب ليستمتع بالطعام.

• انتقاء الطفل لصنف معين من الطعام يرغب بتناوله لأيام أو أسابيع مرحلة مؤقتة وستنتهي.



# بناء الشخصية للطفل



أ.د. أمجد عبد الرزاق حبيب

والتأنيب يززع الثقة لديه ويربكه ويجعله شخصية مترددة. أن الطفل بحاجة الى الأمان والحب أكثر من حاجته الى مشاعر الخوف والقلق والرفض من الأهل أو المعلم، لأن الأمان والحب يجعله صادقاً صريحاً معنا لا خائفاً مرتاباً. ان الطفل بحاجة الى الاهتمام والاحترام والاستماع له، وليس بحاجة الى التسلط والتأمر عليه وتكليفه بواجبات الكبار بالإكراه أو القاء النصائح الكثيرة التي تشبع منها في البيت والمدرسة. الطفل هو انسان رقيق وشفاف وبسريء خالي من الذنوب التي لدى الكبار، وهو بحاجة الى من يصادقه ويشاركه همومه واحاسيسه واهتماماته، لا ضير من اللعب معه ومشاركته العابه كل ذلك يجعل لك مكانة وتأثير عنده ويعجب بسلوكك وشخصيتك.

كل ما سبق ليس بالأمر السهل البسيط لتداخل عوامل ومؤثرات عديدة ومعقدة في شخصية الطفل وكذلك شخصية الوالدين أو المعلم، فالتربية أشبه ما تكون بالمعركة وهي جهاد دائم نشعر في مرحلة من مراحلها بالضعف واليأس والاحباط ثم نعود بأيمان اكبر وهمة أعلى لمواصلة الدرب الذي لا مناص منه حتى نجني ثماره في بناء جيل قادر على بناء مستقبل أفضل.

هادئاً ومهذباً في المستقبل ينبغي ان نتعامل معه بهتذيب وان لا نشور غضباً لأبسط سبب، واذا أردنا من الطفل أن يفي بالوعد يجب أن نفي بوعدنا اذا وعدناه لأنه يتأثر بنا ويقلد الكبار بشكل كبير ويتعلم منا وشخصيته صورة عما حوله من ناس. واذا أردنا من الطفل أن يتحمل المسؤولية فلا ينبغي ان نحمله اكثر من قدراته وامكانياته، لان ذلك يجعله يشعر مستقبلاً بالعجز عن أداء حتى الأعمال البسيطة، ولا نتكفل بكل شيء عن الطفل بل نكلفه بالأمور التي



تكون في حدود امكانياته ونشجعه على أدائها حتى وإن أخفق. يعتقد الكثير من أولياء الأمور والمعلمين أن المحاسبة الشديدة للطفل هي السبيل للتربية الصحيحة، وهذا الاعتقاد خاطئ، كما ان المبالغة في منح الحرية للطفل ليس بالأمر الصحيح، إذ أن المحاسبة الشديدة تدفع الطفل للكذب والتبرير حتى يصبح الكذب هو المخلص له من العقاب، وكذلك الحرية التامة تشجع الطفل على التمرد على القيم ومن ثم الانحراف. يحتاج الطفل إلى منحه الثقة والتشجيع على السلوك الجيد اكثر من حاجته الى التشكيك في قدراته واللوم والتأنيب على سلوكه الخاطئ، لأن الثقة والتشجيع تعزز السلوك الجيد في حين ان التشكيك

إن العناية والاهتمام بالأطفال يعني العناية والاهتمام بالمستقبل، فالأطفال اليوم هم صناع المستقبل غداً، لذا سعت جميع المجتمعات المتقدمة منها والنامية على حد سواء الى بناء شخصية الاطفال وتربيتهم بشكل يساهم في صناعة مستقبل الأمة الذي تصبوا إليه، وأوكلت تلك المهمة بعد الأسرة الى المدرسة إلا أن تلك المهمة ليست بالسهلة على الخصوص في مجتمعنا العربي لأسباب وعوامل عديدة يمكن تشخيص أهمها بالنقاط الآتية:

- تعاني الأسرة من ظروف اقتصادية واجتماعية وتربوية صعبة.
- تعاني المدارس من مشاكل عدة منها ازدحام الصفوف المدرسية بالتلاميذ ونقص الكثير من المتطلبات اللازمة لإنجاح مهامها.

لذلك يتطلب النمو السليم للأطفال إعداد البيئة المناسبة لهم، فالطفل هو صنيعه المجتمع والبيئة التي ينشئ بهما، فلا نتوقع من طفل ينمو في بيئة يغلب فيها العنف عند الكبار أن ينشأ فيها طفل وديع ومسالم، ولا نتوقع من طفل أن يتعلم الصدق في أقواله وأفعاله وهو يعيش في أسرة اعتادت على الكذب في التعامل ويعاقبه الابوين عقاباً شديداً اذا اخطأ، والأمثلة كثيرة على أن الطفل صنيعه البيئة الاجتماعية التي ينشأ بها، لذا فالأطفال المنحرفون في المجتمعات هم ضحية تلك المجتمعات التي شكلت شخصياتهم.

اذا أردنا أن نربي الطفل على الصدق يجب ان نكون صادقين معه ولا نقسو عليه عندما يخطئ، واذا أردنا منه أن يكون محباً متسامحاً عندما يكبر يجب ان نسبقه في المحبة والتسامح، واذا أردنا طفلنا أن يكون

# تأخر النطق عند الاطفال

يعد تأخر النطق عند الاطفال من المواقف المهمة جدا وذلك لكثرة عدد حالات تأخر النطق في العراق والعالم بشكل عام، وقبل الخوض في أسباب تأخر النطق لابد من معرفة المراحل اللغوية الطبيعية للطفل حيث يبدأ الطفل باللعب بالحبال الصوتية عند عمر ستة أشهر وهو ما يعرف بالمنغاة. ثم يطلق الكلمة الأولى في عمر سنة وعادة تكون كلمة بابا أو ماما، ثم تزداد المفردات لتصل الى عمر سنتين مائتان كلمة وجملة من كلمتين وعند بلوغ الطفل عمر ثلاث سنوات يبدأ بتكوين جملة من ثلاث كلمات وعند سن الرابعة يكون الطفل الجمل الرباعية والخماسية، وتكتمل اللغة عند الاطفال عند بلوغ الطفل عمر السادسة.

والمقصود باكتمال اللغة هو تكوين جمل واضحة و سرد قصة مفهومة وكذلك أن تكون مخارج الحروف صحيحة واستخدام اللغة من حيث التعبير بعبارات الفرح والحزن والاستفهام والطلب والخ. من الأخطاء الأكثر شيوعا هو توقع أن تأخر النطق يزول مع مرور الوقت ويصبح أفضل عندما يتقدم الطفل بالعمر حيث اثبتت الدراسات أن عدم معالجة تأخر النطق في الفترة الذهبية له مردود سلبي على مستوى الاداء الدراسي وكذلك مستوى الذكاء.

## أسباب تأخر النطق عند الاطفال

١. اصابات الدماغ الولادية أو المكتسبة وتشمل التخلف العقلي أو الشلل الدماغي أو مرض فرط الحركة عند الأطفال.

٢. ضعف السمع عند الاطفال وهو من أكثر الأسباب شيوعا لتأخر النطق ويقسم الى مشاكل السمع الناتجة عن مشاكل الاذن الوسطى أو تضرر الاذن الداخلية وضعف العصب السمعي الولادي أو المكتسب أو كلاهما. وتتراوح درجة ضعف السمع من البسيطة (عدم القدرة على تفسير وفهم الكلام) الى درجة الضعف الشديدة (عدم القدرة على سماع الكلام) ومن المؤكد أن فقدان السمع يؤدي الى عدم الانتباه والتركيز وبالتالي عدم القدرة على اكتساب اللغة بشكل طبيعي.

إن أكثر الفئات المستهدفة هي الطفل المولود قبل اكتمال الشهر التاسع من الحمل وكذلك الاطفال حديثي الولادة الذين يعانون من ارتفاع وتراكم المادة الصفراء في الدم (اليرقان المرضي) وكذلك الأطفال الذي يكون لديهم عامل وراثي لضعف العصب السمعي

حيث من السهل تشخيص هذه الفئة من خلال إجراء الفحوصات السمعية التي يمكن اجرائها من عمر يوم واحد للطفل من خلال جهاز ابعاثات القوقعة وفحص جذع الدماغ المسححي أو التشخيصي. ٣. الأمراض

النفسية للأطفال وتشمل اضطراب طيف التوحد وأمراض النفسية الاخرى للأطفال. ٤. مشاكل البيئة المحيطة بالطفل وتعد من أهم الأسباب لتأخر النطق وأهم مثال على ذلك هو إهمال الأسرة للطفل وعدم الانتباه لمراحل نموه اللغوي وكذلك فرط استخدام الموبايل وأجهزة التلفاز. ٥. أن يكون هناك أكثر من سبب ومثال ذلك هو وجود ضعف في السمع مع فرط الحركة أو التوحد أو وجود خلل بالبيئة التي تحيط بالطفل.

## علاج تأخر النطق عند الاطفال

تبدأ الرحلة من تشخيص حالة الطفل ويكون من خلال مجموعة متكاملة وتشمل طب الأطفال والجملة العصبية والطب النفسي واختصاص السمع والتخاطب يعمل هذا الفريق على مساعدة الأهل من خلال توضيح حالة الطفل للأهل وتشخيص سبب تأخر النطق. ثم استخدام برنامج مناسب للتأهيل من قبل اختصاص التخاطب حسب تشخيص الحالة.

هناك عدة طرق لتدريب النطق أو تحفيز اللغة عند الاطفال ومن أهمها استخدام التأهيل اللفظي السمعي والتأهيل السمعي السمعي أو التأهيل المتكامل بالإضافة الى برامج التوكيز والانتباه والقدرات الذهنية والذكاء للطفل وتحفيز اللغة الاستقبالية والتعبيرية.



تشوه القلب الخلقي هو مشكلة في تركيب القلب عند التكوين أثناء الحياة الجنينية، ويكون هذا التشوه موجوداً عند الولادة.

يُولد طفلٌ واحد من بين كل ١٠٠ مولود وهو مصابٌ بتشوه خلقي في القلب، وتكون بعض الإصابات شديدة، ويعاني واحد من بين كل أربعة أطفال ممن يولدون بتشوه خلقي في القلب من تشوه خلقي حرج، ويحتاج هؤلاء الأطفال إلى إجراء عملية جراحية خلال السنة الأولى من حياتهم.

يمكن أن تشمل التشوهات جدران القلب، وصمامات القلب، والشرايين والأوردة بالقرب من القلب.

### الأسباب

تشوهات القلب هي متعددة العوامل وتحدث عندما يجتمع العامل البيئي لدى جنين لديه القابلية الوراثية لتشوهات القلب تتضمن العوامل البيئية بعض الاضطرابات التي تعاني منها الأم وبعض الأدوية التي تناولتها ومثال على ذلك هو داء السكري، والحصبة الألمانية، كما تزيد بعض الأدوية، مثل الليثيوم، وإيزوترينينون، والأدوية المضادة للاختلاجات من خطر حصول التشوهات في قلب الجنين.

تتضمن العوامل الوراثية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالعيوب الخلقية في القلب بعض الشذوذات الصبغية، وخاصة متلازمة داون، ومتلازمة تيرنر. يمكن لاضطرابات وراثية أخرى، مثل متلازمة دي جورج، ومتلازمة مارفان، ومتلازمة نونان أن تسبب عيوباً خلقية في عدة أعضاء، بما فيها القلب.

### أنواع تشوهات القلب الخلقية

تقسم الى ثلاث مجاميع رئيسية:

١. تشوهات القلب اللازرقاقية بمعنى ان المصاب لا يعاني من ازرقاق الجسم، مثل عيب الحاجز الأذيني أو البطيني، والقناة الشريانية السالكة.

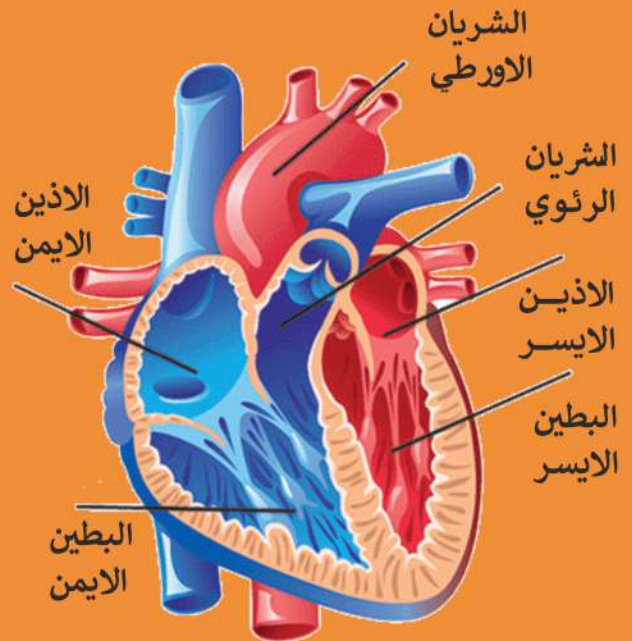
٢. تشوهات القلب الازرقاقية التي يكون فيها ازرقاق الجسم علامة اساسية، مثل رباعية فالوت وضمور الصمام الثلاثي، انحراف مصبات الأوردة الرئوية.

٣. تشوهات القلب الانسدادية والتي تشمل تضيق وانسدادات الصمامات والشرايين الرئيسية في القلب.



د. خالد احمد خالد البهادلي  
اختصاص دقيق أمراض وتشوهات  
القلب والتداخل القسطاري

## تشوهات القلب الخلقية في الاطفال





د. محمد سلمان علكم  
اختصاصي طب الأطفال

وهذا الشعور يأتي من خلال احساس الأم بانها تقدم لطفلها أعلى وأفضل طعام توفره الطبيعة. وعلى الأم أن تقبل على هذا التحدي برغبة وآلا تستسلم إذا ما واجهت بعض المعوقات أو المشاكل. وبالتأكيد فإن المحاولة والإصرار مع أخذ الاستشارة من المختصين في مجال صحة وتغذية الطفل سيسهم بشكل كبير في جعل مهمة الارضاع مهمة سهلة ومريحة للأم والطفل معا. وعليها أن تتحلى بالصبر فالطفل يكتفي بالكميات القليلة خلال الأيام الأولى وقد تلاحظ الأم أن وزن طفلها الذي يرضع حليب الأم الطبيعي أقل من مثيله من الأطفال الذين يتناولون الحليب الصناعي وهذه نعمة لأن اكتساب الوزن السريع يسبب مشاكل مستقبلية في الصحة في حين أن حليب الأم يزود الطفل بالعناصر الأساسية المهمة ويمنح الطفل المعدل الطبيعي لزيادة الوزن والنمو.

**هل كل الأمهات قادرات على الرضاعة الطبيعية وتقديم حليب الام لمولودها؟**  
بالرغم من أن الإجابة نعم، ولكن تبقى حالات قليلة وفردية التي لا تستطيع الأم إرضاع طفلها وتقديم حليب الأم لوليدها.

وهنا أود أن أؤكد ان قرار الأم في إرضاع الطفل الرضاعة الطبيعية يجب أن يكون قرار منذ بداية الحمل ومن أجل المتعة والاهتمام بصحة الطفل والسعادة لك وللطفل وليس فقط واجب اجباري عليها. لأن هذا التباين في الشعور له تأثير

كبير في إنتاج وتوفير الحليب للطفل وكذلك له تأثير على نوعية ومكونات الحليب. وهذا سر من أسرار اختلاف حليب الأم عن الحليب الصناعي كما أن الأم التي قد ينصحها الأطباء بعدم إرضاع مولودها بسبب حالة صحية معينة لديها أو لدى الطفل يجب ألا تشعر بالإحساس بالذنب وتأنيب الضمير.

**فوائد البداية المبكرة للرضاعة الطبيعية**  
إحدى أهم فوائد البدء المبكر في الرضاعة الطبيعية هو إعطاء الطفل ما يسمى باللباء الذي يفرزه ثدي الأم في الساعات والأيام الأولى التي تلي الولادة إذ أن تناول اللباء يمنح الطفل المناعة من خلال الاجسام المضادة التي تنتقل من الأم للطفل الرضيع وهذا تساعده في مكافحة العدوى خلال الأشهر الأولى من عمر الطفل. إن البدء المبكر في الرضاعة سيساعد أيضا على تحفيز إنتاج الحليب وعملية إرضاع الطفل تعتبر أهم محفز يحث الثدي على إنتاج كميات كافية من الحليب.

في الختام فان الارضاع من الثدي يعد من أهم أوجه العناية بالطفل والتي تبعث في نفس الأم الرضى والسعادة.

بسم الله الرحمن الرحيم: وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ {سورة البقرة 233} وددت أن أبتدا بذكر هذه الآية القرآنية من سورة البقرة والتي يبين الله عز وجل فيها مبدأ وأساسا لأول

غذاء للطفل الرضيع حيث يعد علمياً حليب الأم الغذاء المفيد والجاهز والمناسب في كل الأوقات ولكل الأطفال المواليد، وكذلك حدد لنا سبحانه مدة الارضاع الأمثل. ومن هذا المنطلق يبرز دورنا كأطباء في طب وصحة

## تغذية الطفل الرضيع

الأطفال أن نلتزم بهذه الحكمة الالهية ونقدم النصح والإرشاد لجميع الأمهات لتشجيعهم على الرضاعة الطبيعية، وتقديمها لأنها الوجبة الأساسية والأولى للطفل الرضيع. وعبر هذه الاسطر سأعمل على توضيح بعض أسرار هذه الوجبة ولماذا نعيد ونكرر ونوصي بعدم حرمان المواليد والأطفال الرضع من هذا الغذاء المهم والرئيسي.

إن الكثير من الدراسات والبحوث العلمية ولغاية يومنا الحالي تؤكد وتثبت أهمية حليب الأم للطفل الرضيع. وهذه الأهمية لا تقتصر في فترة الارضاع والطفولة وإنما تستمر وتتجاوز فترة الطفولة لغاية عمر الشباب.

حيث اثبتت إحدى الدراسات التي أجريت لمتابعة صحة الطفل من الولادة ولعمر عشرين سنة، أن الطفل الذي يتغذى بالحليب الطبيعي من الأم يكون أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب والشرايين وأقل عرضة للسمنة. وكذلك يكون معدل العمر أطول من الأطفال الذين تغذوا على الحليب الصناعي مهما اختلف نوع الحليب.

فعلى الرغم من الجهود التي تبذلها الشركات في طريقة التصنيع إلا أن الحليب المصنع لا يطابق حليب الام. فقد قدر الله عز وجل أن يجعل هذا الحليب معجزة وليكون بمواصفات وطبيعة لم يستطع التقدم التكنولوجي من إدراك أسرارها.





د. وليد نبيل كاطع  
مقيم أقدم طب نفسي

# العلامات التي تشير لحاجة طفلك لطبيب نفسي

الطبيعية وخاصة حياته الاجتماعية والاكاديمية وبالتالي مستقبل الطفل يكون غامض وغير متوقع. وأهمية أخذ الطفل إلى طبيب نفسي للأطفال تتمثل فيما يأتي:

- يُساعد الطبيب النفسي الطفل على التعامل بشكل أفضل مع الأعراض التي يمر بها أو مع الاضطرابات النفسية.
- يُحسن حياة الطفل لأنه يُساعده في التعامل مع المشاعر المتضاربة والمربكة والصعبة بشكل أفضل، كما يُساعد الطفل في فهم نفسه وبيئته.
- يستطيع الطبيب النفسي تشخيص حالة الطفل تمامًا وإذا كانت تصرفاته نابعة من مرض أو اضطراب نفسي أو نابعة من رغبته بجذب الاهتمام أو الغيرة، أو أنه يُعاني من ضائقة نفسية.
- تشخيص حالة الطفل بالشكل الصحيح ومنع تفاقم حالته وتدارك العلاج في الوقت المناسب، خاصة أن الاضطرابات النفسية قد تؤثر على مستقبل الطفل إذا لم يتم علاجها.
- بناء ثقة الطفل بنفسه وزيادة تقديره لذاته وقوة شخصيته، إذ أن الطبيب النفسي يستطيع أن يُساعد الطفل في بناء شخصيته بشكل أفضل.
- تحديد ما إذا كان الطفل يحتاج إلى علاج سلوكي من قبل المعالج النفسي.
- مساعدة الأهل بتعريفهم طريقة التعامل المناسبة مع الطفل.

وأخيرا الاضطرابات والأمراض النفسية ليست عيباً ولا عاراً ولا تجعل وصمة المرض النفسي تمنعك من زيارة الطبيب النفسي.

- الخوف الشديد المفاجئ بدون أسباب واقعية، وقد يصل أحياناً إلى حد الهلع وتزايد ضربات القلب ومعدل التنفس.
- الصعوبة الشديدة في التركيز أو البقاء ساكناً، وتدهور المستوى الدراسي.
- تأخر التطور اللغوي أو الحركي.
- الاعتمادية المبالغ فيها على شخص ما، والتعلق به بشكل مرضي.
- الهلاوس السمعية والبصرية المتكررة، كائن يخبرك طفلك بأنه يسمع أصوات أو شخص يتحدث معه أو يرى أشياء لا يراها إلا هو.



- آلام وشكاوى جسدية غير مفسرة.
- مثلاً الصداع وألم البطن المتكرر بالرغم ان الفحوصات الطبية تكون طبيعية ولا تفسر أسباب الصداع أو ألم البطن.
- الاضطرابات والميول الجنسية غير الطبيعية والسلوكيات الجنسية الغريبة مثلاً كخلعة ملابس أمام الاطفال .
- عدم قدرة الطفل على تكوين صداقات، وميله للعزلة والانعطاء.

## لماذا يجب أن آخذ الطفل إلى طبيب نفسي؟

تجاهل الأعراض النفسية التي تظهر على الطفل تؤدي إلى تفاقم حالته، وقد يزداد الأمر سوءاً بشكل غير متوقع وخلال فترة قصيرة، مما يؤثر على حياة الطفل

لأن واجبك كأب أو أم في الحفاظ على روحه وعقله لا يقل أبداً عن واجب الحفاظ على جسده ومظهره. ليس من السهل على الوالدين بلا شك أن يشخصا ولديهما أو يدر كما مدى حاجته للاستشارة النفسية، حتى ان لاحظنا أن أمر ابنهم مريب ويختلف عن أقرانه هنا يأتي الانكار الذاتي وأيضاً بسبب وصمة المرض النفسي على الطفل التي تختصر بكلمة واحدة غير صحيحة وهي (مخبل) للأسف. ولأن الاضطرابات النفسية - كغيرها من الأمراض والاضطرابات - تتفاقم مع عدم العلاج، وتصبح متجذرة في النفس، وأصعب في العلاج، وملازمة للطفل بعد بلوغه.

لكن يمكننا أن نضع مجموعة من العلامات والأعراض التي ترجح حاجة الابن لزيارة الطبيب النفسي، مثل:

- الشعور بالحزن الشديد أو الانطواء على النفس بشكل مستمر لأكثر من أسبوعين.
- التقلب المزاجي الشديد، وغير المعتاد.

- الكوابيس المتكررة أو كثرة الفزع أثناء النوم.

- محاولة أذية النفس بأي صورة، أو التخطيط لذلك، أو محاولة الانتحار أو التحدث عن ذلك عليكم أخذ الأمور بجدية حتى وأن كان يتحدث في لحظة غضب.

- التصرفات المتهورة غير الطبيعية، والتي قد تتسبب في إلحاق الضرر بالنفس أو الآخرين.

- العدوانية، وافتعال الشجار العنيف مع الآخرين، والرغبة في إيذائهم أو إيذاء الحيوانات وقتلها أو تسبب في ضرر لممتلكات الآخرين، كائن يقوم الطفل بتكسير مصابيح الجيران أو سيارتهم أو أي فعل متكرر يقوم به الطفل بالضرر بالممتلكات العامة والخاصة وليس في المنزل فقط أو المدرسة أي بأكثر من مكان.



ايمان نعيم

# الاضطرابات السلوكية والانفعالية عند الاطفال وكيفية الوقاية منها

## الإجراءات اللازمة للوقاية

يعبر مفهوم الوقاية من الإجراءات والخدمات الطبية والاجتماعية والتربوية والنفسية والتأهيلية التي تعمل على الحيلولة دون حدوث اعتلال أو ضعف عام عند الإنسان، ومنع تطور العجز والتغلب عليه والحيلولة دون تطوره إلى حالة إعاقة،

وتهدف البرامج الوقائية إلى تفادي مشكلات معينة حتى نتجنب حدوثها، ويعد تفادي مشكلات الاضطرابات السلوكية والانفعالية من الأمور ذات الأهمية الكبيرة التي لفتت نظر الكثيرين نظراً لأنها تؤثر على العديد من الأفراد مما يؤدي إلى حدوث بعض الصعوبة في علاجها، حيث تتضمن بذلك العديد من المشكلات منها ما يتعلق بالطفل نفسه ومنها ما يتعلق بالوالدين ومنها ما يتعلق بالأسرة عامة وهو الأمر الذي يكلف المجتمع جهوداً كبيرة.

ولتحقيق الوقاية من الاضطرابات السلوكية والانفعالية غالباً ينصح باتخاذ الإجراءات الآتية:

أولاً: الإجراءات الصحية:

١- الإجراءات الصحية في مرحلة ما قبل الزواج:

وتعد هذه الإجراءات من أهم الطرق وأكثرها فعالية، فكثير من الدول نادى بهذه البرامج ولكن دون جدوى إلى أن تم إلزام المجتمع بتطبيقها، وذلك للفائدة التي تعود منها على أفراد المجتمع كافة.

فقد تمكن العلماء حديثاً من تحديد الجينات التي قد تسبب الكثير من الاضطرابات وقد أصبح بمقدورهم إجراء الفحوصات الطبية والمخبرية على الأفراد لمعرفة قابلية حدوث بعض الاضطرابات الجينية، ومع تسارع تقدم العلم وخصوصاً علم الجينات أصبح المزيد من الفحوصات متوفراً الآن.

كذلك استطاع العلم تحليل الكروموسومات (الصـبغيات) تحت المجهر للتعرف على المشكلات التي قد تؤذي المويد لاحقاً.

الطفل الذي لديه اضطراب سلوكي أو انفعالي هو الطفل الذي يظهر مظهراً واحداً أو أكثر بدرجة واضحة لفترة زمنية طويلة.

وان هؤلاء الأطفال قد ينغمسوا في عراك بالأيدي مع الآخرين أو يلجؤون للسرقة والكذب، وبدون شعور بالندم أو الذنب وهذه بداية خرق القانون. وقد يقضي الطفل الليل خارج البيت أو يتهرب من المدرسة أو يتناول الأدوية المخدرة أو ممارسة الجنس بصورة غير مقبولة اجتماعياً.

وتؤدي هذه التصرفات إلى زيادة الأعباء على العائلة مع صعوبة تكوين صداقات حقيقية مع الآخرين مع فشل دراسي وعدم المواظبة على المدرسة وهنا الطفل دائماً يلوم الآخرين ويعزو كل مشاكله اليهم.

## ومن أسباب الانحرافات عند الأطفال: تعكر المزاج

- مشاكل التعليم والقراءة.
- الكآبة.
- الاستغلال من قبل الآخرين بكافة أنواعه.
- فرط الحركة.

## ومن أهم المظاهر السلوكية:

- ١- عدم القدرة على التعلم والتي لا تعود لأسباب في القدرات العقلية أو الحسية أو العصبية أو الجسمية أو الصحية العامة بشكل واضح.
- ٢- عدم القدرة على إقامة علاقات شخصية مع الأقران والمعلمين والاحتفاظ بها.
- ٣- ظهور السلوكيات والمشاعر غير الناضجة وغير الملائمة في ظروف وأحوال ومواقف عادية.
- ٤- شعور عام وحالة مزاجية تعكس عدم السعادة والاكتئاب.
- ٥- ظهور أعراض جسمية مصاحبة من قبيل: اضطرابات النطق واللغة، الآلام، المخاوف المرضية، المشكلات الدراسية.



ثانياً: الإجراءات التربوية والاجتماعية والنفسية:

يفرق المختصون بين أسلوب التربية وأسلوب إعطاء المعلومة، فالأول يقدم المعلومة منسوجة في سياق قيمي معين يتفق مع السياقات الأخرى المعمول بها في مجتمع التنشئة والثاني يقدم المعلومة عن موضوع معين خالصة كأنها في فراغ، فهناك طرق متعددة لاستخدام الأساليب التربوية في ميدان الوقاية الأولية من الإصابة بالاضطرابات السلوكية والانفعالية، تختلف فيما بينها من حيث نوعية الأشخاص الذين تقدم إليهم وأعمارهم، والمواقف التي تقدم فيها هذه الأساليب.

ومن ثم يمكن استخدام هذه الأساليب مع الأطفال في إطار المدارس والمراهقين أيضاً، وكذلك للآباء المربين المسؤولين لتوصيلها بدورهم إلى الأبناء والتلاميذ من أجل تيسير سبل اكتشاف الاضطرابات السلوكية والانفعالية، والتعرف على الأشخاص المستهدفين وتزويدهم بالمعلومات الصحية عن الاضطرابات السلوكية والانفعالية ومسبباتها وطرق علاجها، وذلك يعنى أهمية استغلال وتوظيف التربية والتعليم لممارسة العمل الوقائي من الدرجة الأولى، كما أن المناهج والمقررات الدراسية تساعد في تحقيق هذا الهدف وذلك بالتخطيط المسبق سواءً للمناهج التعليمية أو لطريقة إيصال المعلومة.

**ويمكن للوالدين اتباع مجموعة من الإجراءات الوقائية مع الأطفال من أجل تجنب حدوث مثل هذه الاضطرابات:**

- 1- تجنب الممارسات والاتجاهات الخاطئة في تنشئة الأطفال.
- 2- العمل على الإقلال من التعرض لنماذج العنف المتلفزة.
- 3- العمل على تنمية الشعور بالسعادة وبث روح التعاون مع الآخرين.
- 4- العمل على خفض مستوى النزاعات الأسرية، وعدم إظهارها أمام الأطفال.
- 5- توفير أنشطة بدنية إيجابية للأطفال.
- 6- تنظيم وترتيب بيئة للطفل.

إن العوامل الجينية أو الشذوذ الكروموسومي وغير ذلك من العوامل البيولوجية تلعب دوراً كبيراً في احتمالية حدوث مشاكل لاحقة، فالأسر التي لها تاريخ مرضي (اضطرابات نفسية، عقلية، سلوكية وغيرها) يجعلهم مؤهلين أكثر للإصابة بالاضطرابات السلوكية والانفعالية أكثر من غيرهم.

٢- الإجراءات الصحية في مرحلة ما قبل الحمل:

ويتضمن ذلك تعديل الأنماط الحياتية والعادات الصحية في مرحلة ما قبل الحمل، وخاصة الأمهات اللواتي عانى أطفالهن في السابق من صعوبات معينة.

٣- الإجراءات الصحية في مرحلة الحمل. ما قبل الولادة:

وتتضمن الحصول على رعاية طبية مبكرة ودورية أثناء مرحلة الحمل، والامتناع عن تناول أية عقاقير طبية، وتجنب التعرض للأشعة السينية والمواد الكيماوية والمواد السامة، والامتناع عن تناول أي طعام تشتمل فيروسيات حية في توقع الحمل، والمشروبات الكحولية وعدم التدخين، والحرص على تناول الغذاء السليم المتكامل.

٤- الإجراءات الصحية في مرحلة الولادة: والتي تتضمن الإجراءات الوقائية لعسر الولادة ونقص الأوكسجين عن دماغ الطفل الوليد، والإصابات أثناء مرحلة الولادة، والتوليد الصحيح الذي يتم تحت إشراف مختصين.

٥- الإجراءات الصحية في مرحلة ما بعد الولادة:

كتجنب نقص اليود والحديد عند الطفل والذي من شأنه ظهور الاضطرابات السلوكية والانفعالية وصعوبات التعلم، وتوفير اللقاحات اللازمة للأطفال وإعطائها لهم في المواعيد المحددة يحد من احتمالية ظهور اضطرابات بشكل عام، إضافة إلى العلاج المبكر لأمراض الطفولة والتغذية السليمة الخالية من كل المواد الصناعية والرضاعة الطبيعية، والنظافة الشخصية وإتباع قواعد الأمن والسلامة العامة.





أحمد فرحان ريس الرفيعي  
تربوية واسط

# وقاية الأطفال من المواقع الإباحية



وبسبب اعتماد الانترنت في كل مرافق الحياة أدى ذلك لفتح الباب واسعاً لدخول الاباحية لعالم الاطفال حيثما كانوا.

لهذا وجب علينا معرفة الاضرار التي تتوكلها عليهم ومنها:

- 1- تأخير عملية التطور الذهني للطفل.
- 2- ميل الطفل إلى العزلة للاعتقاد بأن جميع الناس قذرون.
- 3- التسبب بتصورات غريبة في المخيلة عن الأعضاء التناسلية.
- 4- الإدمان على العادة السرية بعد البلوغ.
- 5- جعل الطفل يتقبل تعرّضه للأذى الجنسي.
- 6- تُوثر على قدرة الطفل على سيطرته على انفعالاته.
- 7- تكوين أفكار غير صحيحة عن العلاقة الزوجية.

إضافة إلى ان الكثير من المحتويات الإباحية قد تتضمن مشاهد عنف تُؤثر بشكل مباشر على سلوكيات الطفل، بعض الأطفال يُحاولون تقليد ما يُشاهدونه مع أطفال آخرين أصغر منهم في السن أو أضعف منهم في بنية الجسم.

الأهل حماية أولادهم من أخطار هذه المواقع، خاصة في ظل توافر الأجهزة الذكية بين أيدي الأطفال والمراهقين، بات الوصول إلى أي محتوى يريدونه أمراً يسيراً.

## أضرار إدمان الأفلام الإباحية

يؤثر إدمان الأفلام الإباحية بشكل مباشر على المخ وذلك كونه يحفز إفراز هرمون «الدوبامين» بكميات عالية، وهو ما ينعكس على الشخص في الأعراض السلوكية والنفسية، كما وأن المواد الإباحية لها تأثير على المخ مماثل لتأثير المخدرات على المدمنين. أضرار مشاهدة الأفلام الإباحية على الأطفال.

يختلف التأثير الصادم للمشاهد الإباحية على الأطفال سواء كانت بالصور أو الافلام حيث يعتمد تأثيرها على سن الطفل، وعلى المدة التي تعرض فيها للإباحية، وعلى درجة الإباحية فيها وشدة العنف والغرابة والشذوذ التي يحتويها.

حيث تترك مشاهدتها آثاراً عميقة ومؤثرة على نفسية الطفل وتقوّل نظراته للحياة والعلاقات، بالإضافة لكونها تسبب الإدمان عليها.

الإنترنت هو وسيلة تواصل عالمية بامتياز، توفر الوصول إلى المعلومات وتسهل الاتصالات، ولكنها كذلك منفذاً للتكنولوجيا إلى مستويات غير ملائمة وضارة بالمواد الإباحية التي تستعمل الأطفال لم تصبح صناعة مربحة فحسب، بل أدت أيضاً إلى الاستغلال والاعتداء الجنسي على القصر وتعريضهم لمشاهدة مضامين إباحية.

كما وأصبحت الأفلام الإباحية من أكثر الأمور انتشاراً عبر صفحات ومواقع الإنترنت، وبدأ هذا الأمر يُثير قلق الكثير من الأهل على أطفالهم خوفاً من التعرّض للأخطار النفسية والأخلاقية والصحية التي تُصيب الأطفال بسبب متابعتهم لهذه الأفلام. يُعرف إدمان مشاهدة الأفلام الإباحية أو المواد الإباحية بأنه "أحد أنماط الإدمان السلوكي التي تسيطر على الشخص وتجعل عنده رغبة ملحة على مشاهدة الإباحيات بكافة أشكالها" فقد توصلت دراسة أنجزتها جامعة ميدلسيكس، وبطلب من الجمعية البريطانية لحماية الطفولة من العنف، إلى أن الأطفال الذين يشاهدون محتوى إباحي في سن مبكرة، معرضون لفقدان الحس باللذة الجنسية بمرور الزمن عند رؤية هذا النوع من المحتوى الإباحي، لذا أصبح لزاماً على

## إدمان مشاهدة الأفلام الإباحية:

تتعدد أسباب إدمان مشاهدة المواقع الإباحية، وأبرزها:

- 1- التعرض إلى الاعتداء الجنسي أو التحرش بمرحلة الطفولة.
- 2- عدم وجود لغة حوار والتفكك الأسري.
- 3- سهولة الوصول إلى المحتويات الإباحية بسبب الانتشار الواسع للهواتف الذكية.
- 4- إدمان الكحوليات أو تعاطي المخدرات.
- 5- المعاناة من الأمراض النفسية كالقلق، والاكتئاب.

## هل يجب التحدث مع الطفل مباشرة؟

قبل الشروع في الحديث مع الطفل، علينا أولاً تحديد بعض الحقائق المهمة له، مثل: المحتويات الإباحية لا تظهر أجساداً حقيقية، فخدع التصوير لا تنتهي في سبيل إظهار كمال الصورة، المحتويات الإباحية لا تقدم صورة حقيقية أو طبيعية للعلاقة الجنسية بين الرجل والمرأة، فالكثير من المبالغات هو الأصل في المقاطع الإباحية يقوم بها ممثلون محترفون في أغلب الأحوال، حتى تعبيرات الوجه والأصوات غير حقيقية.

التأديب أمر مهم في مثل هذه الأحوال، ولكن يجب الحرص على أن يتم تأديبه بأسلوب هادئ وبمحبّة، فالطفل عندما يشعُر بمحبّة أهله سيفتح لهم قلبه ويخبرهم بكل شيء، وسيصغي لإرشاداتهم ونصائحهم، وسيعترف بخطائه.

• مراقبة الطفل وتحديد وقت لدخول الإنترنت.

يجب ان يعلم الطفل بأنه مُراقب وبصورة دائمة على جميع المواقع التي يقوم بالدخول عليها، إضافة الى تنصيب البرامج المخصصة للمراقبة لمراقبة الطفل على الإنترنت، فعندما يعلم الطفل انه مُراقب لن يعود لمُتابعة الأفلام الإباحية.

• ابعاده عن رفاق السوء.

يلعب الأصدقاء دوراً أساسياً في حياة الطفل الأخلاقية، فالطفل لا يملك النظرة الصحيحة التي تُساعده في معرفة الصديق الجيد من السيء، لذلك يجب على الأهل التدخل ومنعه من معايشرة الأطفال السيئين.

• الحديث مع الطفل عن الحياة الجنسية بطريقة علمية.

التحدث مع الطفل عن الحياة الجنسية، فالثقافة الجنسية ستجعله يعي المشاكل والمخاطر، كما ستجعله يدرك أنّ هذه العلاقات يجب أن تتم فقط في إطار العلاقات الزوجية التي حلّلها الله سبحانه وتعالى.

• تعليم الطفل تعاليم الدين. يجب الحرص على تعليم الأطفال التعاليم الدينية التي تُبعدهم عن الوقوع في الخطأ، وأن نربيهم على حُب الله تعالى والتقرب منه.



## كيف تعرف أن طفلك مدمن على مشاهدة هذه الأفلام؟

هناك العديد من الأعراض التي تدل على أن الطفل لديه مشكلة نفسية سلوكية تتعلق بالجنس منها مثلاً الكذب المستمر، تدهور الأداء الدراسي، تغيير عادات النوم والسهر، العزلة التدريجية والانسحاب الاجتماعي والعاطفي، وإذا راقب الأهل ابنهم من الممكن أن يجدوا صوراً أو أفلاماً أو أسماء مواقع إباحية شاهدها الابن وقد يتفوه الطفل أحياناً بألفاظ إباحية تخرج منه صدفة.

بعض النصائح التي تساعد الإباء في حل مشكلة تعلق الأطفال بالمواقع الإباحية.

• الإصغاء إلى ابنك يجب على الوالدين الإصغاء إلى طفلهم وسماعه جيداً قبل الغضب عليه واصدار الأحكام السريعة، فعليهم تركه يتكلم وعن الأسباب التي دفعته لمشاهدة الأفلام الإباحية، والاصغاء إليه ليعرفوا إن كان نادماً أو يحاول أن يبرّر فعلته.

• تأديب الطفل ولكن بأسلوب الحُب لا الانتقام.



د. أحمد فؤاد صالح

## داء الكلب (Rabies)

هو مرض فيروسي حاد وفتاك تسببه الإصابة بفيروس داء الكلب، وهو من الأمراض المشتركة التي تصيب الحيوانات الثديية البرية كالذئاب والضباع والثعالب ومنها ينتقل إلى

الحيوانات الأليفة كالكلاب والقطط والحيوانات الثديية الأخرى، وهو يؤدي إلى التهاب الدماغ والنخاع الحاد الذي يتطور تقريباً إلى الغيبوبة أو إلى الوفاة في غضون ١٠ أيام بعد ظهور الأعراض الأولى.

### الأعراض

التوجس، الصداع، وتغييرات حسية غير محددة، والحمى، والشعور بالضيق، رهاب الماء، رهاب الهواء، والخدر أو الألم الموضعي، وعُسْر البلع، والوهن الموضعي، والغثيان أو القيء والشلل. ويتوطن هذا الداء اليوم في أكثر من ١٥٠ بلداً في جميع أنحاء العالم. ورغم أنه يمكن الوقاية من هذا المرض، إلا أنه يؤدي بحياة ما يُقدَّر بنحو ٥٩٠٠٠ شخص سنوياً.

ونحو ٤٠٪ من ضحايا المرض هم الأطفال دون الخامسة عشرة ممن يعيشون في آسيا وأفريقيا. ينتقل الفيروس من لعاب الحيوانات المصابة إلى البشر عن طريق العض أو الخدش أو تماس اللعاب مع الأغشية المخاطية.

### داء الكلب يكون على نوعين:

- داء الكلب المتهيج حيث تظهر على المصاب علامات فرط النشاط.
- داء الكلب الشللي وفيه تظهر على المصاب علامات الشلل.

العامل المسبب هو فيروس الكلب ويُعتبر الكلب هو الخازن الرئيسي للمرض إضافة للثدييات الأخرى البرية والأليفة المصابة.

### فترة الحضانه:

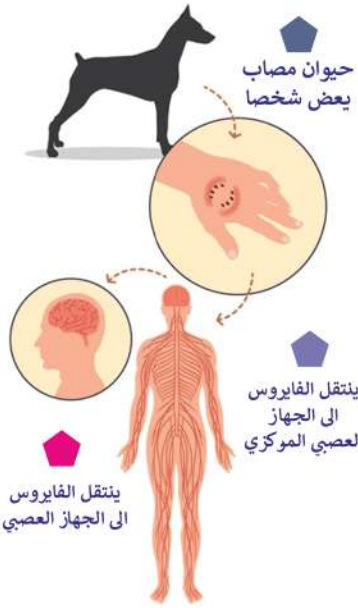
تتراوح فترة حضانه داء الكلب في العادة من شهرين إلى ثلاثة أشهر، ولكنها قد تختلف من أسبوع إلى عام، حسب عوامل مثل شدة الجرح، موقع دخول الفيروس (موقع الجرح) من حيث غناه بالأعصاب وقربه من الدماغ، جرعة (كمية) الفيروس والحماية التي توفرها

الملابس إن وجدت. يُعد داء الكلب من الأمراض الفيروسية الفتاكة حيث تبلغ نسبة الوفيات الناجمة عن هذا المرض ١٠٠٪ تقريباً. أغلب الوفيات المسجلة سببها عدم أخذ جرعات اللقاح

خلال الـ ٢٤ ساعة الأولى بعد العضة أو عدم إكمال جدول اللقاحات أو خطأ في التعامل مع الجروح الناجمة عن عضه الحيوان.

الوقاية من داء الكلب قبل التعرض لعضة حيوان:

يُوصى باستخدام اللقاحات المضادة لداء الكلب البشري قبل التعرض لعضة حيوان للأشخاص المعرضين للخطورة



(مجاميع الاختطار) وهم:

- مربو الحيوانات.
- الأطباء البيطريون (لتماسهم مع الحيوانات بصورة مباشرة).
- العاملون في المختبرات التي تتعامل مع فيروسات داء الكلب.
- الأشخاص الذين يعيشون في المناطق الموبوءة بداء الكلب لدى الحيوانات وخصوصاً الأطفال.
- الأشخاص الذين يسافرون إلى المناطق الموبوءة بداء الكلب وخصوصاً أولئك الذين يرومون قضاء فترة طويلة في البرية لممارسة أنشطة كاستكشاف الكهوف وتسلق الجبال (خشبية تعرضهم للحيوانات

البرية المصابة).

ويكون استعمال اللقاح الوقائي ٣ جرع وتكون الجرعة الثانية بعد الأولى بأسبوع والثالثة بعد الأولى بـ ٢٨ يوماً

الوقاية من داء الكلب بعد التعرض لعضة حيوان:

- الغسل الجيد والعلاج الموضعي للجرح وتنظيفه بالكامل لمدة لا تقل عن ١٥ دقيقة بكميات وفيرة من الماء الدافق والصابون أو أي مادة معقمة أخرى تحتوي على اليود أو قاتل للفيروس بعد التعرض للعضة مباشرة كإسعاف أولي لحين وصوله إلى المؤسسة الصحية لتلقي العلاج الوقائي.
- إعطاء سلسلة من جرعات لقاح داء الكلب في اليوم الأول والثالث والسابع والرابع عشر.

• إعطاء مصل لمرة واحدة داء الكلب في الحالات التالية:

- التعرض مرة واحدة أو أكثر للعض أو الخدش عبر الجلد أو اللعق في موضع جلدي متشقق أو تلوث الغشاء المخاطي بلعاب اللعق أو مخالطة الخفافيش.

- إذا كان المريض مصاب بجراح متعددة أو كانت العضة عميقة.

- إذا كانت العضة في جزء غني بالأعصاب مثل الرأس والرقبة واليدين.

- الأطفال دون سن الخامسة من العمر.

- إذا كان الشخص المصاب يعاني من نقص المناعة الوخيم.

طريقة إعطاء المصل:

يتم حساب الجرعة ٢٠ وحدة دولية / لكل ١ كغم من وزن الجسم وتحقن حول موضع الجرح بطريقة الارتشاح (infiltration)



د. علاء عبدالزهره  
اختصاص المسالك البولية  
والكلى



## سلس البول الليلي عند الأطفال

وتختلف شدة الحالة من طفل لآخر فمنهم من يعاني من السلس مرة أو مرتين أسبوعياً والبعض الآخر يشكو من الحالة طيلة أيام الأسبوع.

يعتبر التدخل الطبي لعلاج الحالة ضرورياً بعد عمر الست سنوات أي عمر دخول المدرسة ويشمل بعض النصائح مثل تقليل تناول السوائل ليلاً، ضرورة الذهاب للحمام قبل الفراش، علاج الامساك والديدان المعوية، والدعم النفسي للطفل بنظام المكافآت على سبيل المثال.

وفي حال عدم جدوى النصائح في السيطرة على الحالة فهناك مجموعة من الأدوية الفعالة التي تقوم بتقوية عمل العاصرة البولية وإرخاء المثانة وتقليل كمية الادرار ليلاً.

كما تتوفر أساليب علاجية مهمة أخرى مثل جرس الانذار وهو جهاز له متحسسات تطلق الجرس بمجرد سقوط قطرات من الادرار مما يوقظ الطفل للذهاب إلى الحمام.

سلس البول الليلي ويعرف على أنه التبول اللاإرادي أثناء النوم لدى الأطفال بعد عمر معين يفترض أن تكون للطفل سيطرة فيه على التبول ليلاً ونهاراً. سلس البول الليلي هو مشكلة شائعة ورغم أنه ليس أمراً مهدداً للصحة أو الحياة إلا أنه يسبب قدراً كبيراً من التوتر والاحراج للطفل كما يسبب الازعاج للوالدين ويدفعهما في بعض الأحيان إلى تأنيب الطفل أو حتى عقابه نفسياً أو جسدياً.

وجل ما يفلح فيه العقاب هو التسبب في مزيد من المشاكل النفسية التي ترافق الطفل بقية سنين حياته.

تعزى حالة السلس الليلي إلى تأخر في تطور مركز معين في الدماغ مسؤول عن السيطرة على التبول مما يؤدي إلى ارتخاء العاصرة البولية، إنتاج كميات أكثر من المعتاد من الادرار، وكثرة تقلص عضلات المثانة أثناء النوم.

- السفر إلى المناطق التي تنتشر فيها الإصابة بالمalaria أو السل أو فيروس زيكا أو جذري القروود أو غيرها من الأمراض المعدية.
- مشاركة المعلومات عن المشكلات الحساسة، مثل التعرض للعنف المنزلي، أو تعاطي المخدرات في السابق أيضاً.
- من شأن هذا أن يساعد الطبيبة على تقديم أفضل رعاية لك ولطفلك.

### موعد الولادة

لا يتنبأ موعد الولادة بالموعد الذي ستضعين فيه طفلك. لكنه مجرد التاريخ الذي سيبلغ فيه عمر حملك ٤٠ أسبوعاً. تلد القليل من النساء في مواعيد الولادة المحددة لهن.

ومع ذلك، فإن تحديد موعد الولادة - أو تاريخ الولادة المتوقع - أمر ضروري إذ يساعد الطبيب على مراقبة نمو طفلك ومراحل تقدم الحمل.

يساعد موعد الولادة أيضاً في تحديد مواعيد الفحوص والإجراءات المطلوبة بحيث تُنفذ في الوقت المناسب.



### الفحص البدني

ستجري الطبيبة لك قياساً للوزن والطول وسيحسب مؤشر كتلة الجسم لديك من أجل تحديد مقدار زيادة الوزن اللازمة للحفاظ على صحة الحمل.

وقد تجري لك الطبيبة فحصاً بدنياً، يتضمن فحص الثدي وفحص الحوض.

وربما تحتاجين إلى إجراء اختبار سرطان عنق الرحم للتحقق من عدم إصابتك به، ويتوقف هذا على المدة التي انقضت منذ إجرائه آخر مرة..

مع أول لحظة لانفلاق المضغة الصغيرة في رحم الأم تبدأ رحلة القتال التي تمضي بصغيرها نحو الحياة، رحلة فيها الكثير من المشقات والمخاوف، والكثير الكثير من الأمل.

### تبدأ الأم بالتفكير هل من الممكن أن ترعى كائناً صغيراً ضعيفاً بعد الولادة؟

يبدو الأمر معقداً نسبياً ففي الحقيقة تلك المهمة تبدأ منذ تكون الجنين، فهل تعرفين كيف تقومين برعاية جنينك وهو في رحمك؟

### الزيارة الأولى

بمجرد اكتشافك للحمل، حددى موعداً لأول زيارة للطبيبة للحصول على الرعاية أثناء فترة الحمل،

واحرصي على تخصيص وقت من هذه الزيارة لمراجعة تاريخك الطبي والتحدث مع الطبيبة عن أي عوامل خطر قد تسبب لك مشكلات أثناء فترة الحمل. شاري طبيبتك كل

المعلومات التي تعرفين عن وضعك قبل الحمل وأثناءه.

واليك أهم النقاط التي يجب عليك توضيحها لطبيبتك.

- دورة الحيض، وتاريخك الطبي مع أمراض النساء، وأي حالات حمل سابقة.

- تاريخك الطبي الشخصي والعائلي.

- التعرض لأي مادة قد تكون سامة.
- الأدوية التي تتناولينها، بما في ذلك الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية والأدوية أو الفيتامينات أو المكملات الغذائية المتاحة دون وصفة طبية.

- نمط حياتك، بما في ذلك تعاطي التبغ والكحوليات والكافيين والمخدرات.



د. فيّ سعود السياب  
اختصاصية الأمراض  
النسائية والتوليد

# رعاية الطفل قبل ولادته

كما أن الغثيان مع القيء أو من دونه (غثيان الصباح) شائع الحدوث أيضًا. أما إذا كان غثيان الصباح شديدًا، فينبغي استشارة الطبيب بشأنه.

### الزيارات الأخرى في الثلث الأول

قد تكون زيارات الحمل القادمة - التي غالبًا ما تُحدد لها مواعيد كل أربعة أسابيع في الثلث الأول من الحمل - أقصر من الزيارة الأولى.

ومع اقتراب نهاية الثلث الأول من الحمل - أي مرور ما يقرب من ١٢ إلى ١٤ أسبوعًا من عمر الحمل - قد تستطيعين سماع نبض قلب جنينك باستخدام جهاز صغير، يسمى الدوبلر، يستقبل ارتداد الموجات الصوتية الصادرة عن قلبه.

ويمكن أن يجري لك طبيبك تصويرًا بالموجات فوق الصوتية أيضًا في الثلث الأول.

تقدم لك المواعيد الطبية خلال الحمل فرصة مثلى لمناقشة ما لديك من أسئلة.

ستتعرفين أيضًا في زيارتك الأولى على كيفية التواصل مع فريق الرعاية الصحية في الفترات الفاصلة بين المواعيد في حال طرأ لك ما يثير قلقك.

فمعرفة أنك أن المساعدة متاحة لك من شأنه أن يمنحك راحة البال.

### رعاية صحة الجنين النفسية

قدمت العديد من الأبحاث والدراسات وأثبتت أن حالة الأم النفسية تؤثر سلبيًا على صحة الجنين، وبشكل خاص على صحته الدماغية والقلبية، في حين أن هناك دراسات حديثة قدمت حول الحالة النفسية للجنين أثبتت أن حالة الجنين النفسية تتأثر منذ لحظة الإخصاب، ومن بين ما أثبتته أن التنظيم للحمل من أفضل الأمور الواجب اتباعها، المعنى الأدق هناك العديد من الأشياء التي تؤثر على الأجنة ومن أهمها الحمل المتلاحق.

صحة الإنسان السوي تبدأ بين يدي والدته أثناء الحمل.. فلا تستهيني بأهمية هذه الفترة.

### أمور تتعلق بنمط الحياة

قد يناقش معك الطبيب أهمية التغذية وتناول الفيتامينات خلال الحمل.

اسألي عن ممارسة الرياضة والجنس والعناية بالأسنان واللحاحات والسفر أثناء الحمل، بالإضافة إلى أمور أخرى في نمط الحياة.

يمكنك مناقشته أيضًا عن بيئة عملك واستخدام الأدوية أثناء الحمل.



إذا كنتِ تدخنين، فاسألي الطبيب عن أي اقتراحات لمساعدتك في الإقلاع عن التدخين.

### متاعب الحمل

قد تلاحظين حدوث تغييرات في جسمك في المراحل المبكرة من الحمل.

قد يكون ثدياك منتفخين وقد تشعرين بألم عند لمسهما.

وقد تحتاجين - وفقًا لحالتك الصحية - إلى إجراء فحوصات القلب والرئتين والغدة الدرقية.

### الفحوص المختبرية

في أول زيارة لكِ خلال الحمل، يمكن إجراء اختبارات الدم من أجل:

• معرفة فصيلة دمكِ يشمل هذا الفحص اختبار حالة عامل ريسوس هو صفة وراثية تشير إلى بروتين معين يوجد على سطح خلايا الدم الحمراء.

وقد يحتاج حملك إلى رعاية خاصة إذا كان عامل ريسوس لديكِ سالبًا، وموجبًا لدى والد طفلكِ.

• قياس الهيموغلوبين وهو بروتين غني بالحديد موجود في خلايا الدم الحمراء يسمح للخلايا بنقل الأوكسجين من رئتيكِ إلى أجزاء الجسم الأخرى.

ينقل الهيموغلوبين أيضًا ثاني أكسيد الكربون من أجزاء الجسم الأخرى إلى رئتيكِ ليخرج مع الزفير.

ويعتبر انخفاض الهيموغلوبين أو انخفاض مستوى خلايا الدم الحمراء مؤشرًا على الإصابة بفقر الدم.

ويمكن لفقر الدم أن يسبب لكِ التعب الشديد، وقد يؤثر على صحة حملكِ.

• التحقق من المناعة لبعض حالات العدوى يشمل هذا عادةً الحصبة الألمانية وجدري الماء (الحُمَاق) ما لم يتم توثيق إثبات الحصول على التطعيم أو وجود مناعة طبيعية في تاريخكِ الطبي.

### اختبارات صحة الجنين

يمكن للاختبارات التي تُجرى خلال الحمل تقديم معلومات ضرورية عن صحة طفلكِ.

وسيوصيك الطبيب عادةً بإجراء مجموعة متنوعة من الفحوص الجنينية أثناء الحمل.

وقد تشمل هذه الفحوصات التصوير بالموجات فوق الصوتية أو تحاليل الدم للكشف عن الإصابة بأنواع معينة من التشوهات الوراثية الجنينية، مثل متلازمة داون.



آية عبد الأمير علي  
تخصص علم النفس  
التربوي

# صعوبات التعلم عند الأطفال



المدرسة، صعوبة في فهم القراءة وكذلك مفاهيم الرياضيات، صعوبات التعلم مصطلح عام يصف التحديات التي تواجه الاطفال ضمن عملية التعلم، ورغم أن بعضهم يكون مصاباً بإعاقة نفسية أو جسدية إلا أن الكثيرين منهم أسوياء رغم أنهم يظهرون صعوبة في بعض العمليات المتصلة بالتعلم كالفهم أو التفكير أو الإدراك أو الانتباه أو القراءة أو الكتابة أو التهجي أو النطق أو اجراء العمليات الحسابية.

## علاج صعوبات التعلم عند الاطفال

قد يتعرض الطفل للإصابة بمشكلة صعوبات التعلم نتيجة لحدوث اختلافات في الدماغ قد تؤثر على طريقته في معالجة المعلومات، وغالباً ما تظهر هذه الاختلافات عند الولادة وقد تلعب العديد من العوامل الأخرى دوراً بالإصابة بالمشكلة أو تطورها ومنها الجينات والتعرض للمواد البيئية كالرصاص والتعرض لمشاكل أثناء فترة الحمل.

## أعراض صعوبات التعلم عند الاطفال

١- سن ما قبل المدرسة:  
الطفل يواجه صعوبة في استخدام السحابات والازرار وربط أربطة الحذاء، صعوبة في الكلمات ذات نفس الوزن والقافية، صعوبة النطق، صعوبة تعلم الاشكال وأيام الاسبوع والحروف الابجدية والأرقام.

٢- السن ما بين ٥-٩ سنوات  
الطفل يواجه صعوبة في دمج الأصوات لتكوين كلمات، مشكلة في معرفة الوقت وتسلسل الأحداث، مشكلات تهجئة متكررة، مشاكل ربط الحروف بالأصوات المقابلة لها، البطء عندما يتعلق الامر بتعلم مهارات جديدة.

٣- السن ما بين ١٠-١٣ سنة  
يواجه الطفل صعوبة في التنظيم وستكون على الأرجح غرفة نومه فوضوي، صعوبة في إجابة الاسئلة ذات النهايات المفتوحة خاصة في الاختبارات، الكتابة بخط سيئ، صعوبة في متابعة المناقشة في الصف المدرسي وضعف المشاركة في

صعوبات التعلم عند الأطفال هي الاضطرابات العصبية التي قد تؤثر على قدرة الطفل على الكلام أو التفكير أو الانصات أو الكتابة أو القراءة أو إجراء العمليات الحسابية، تعود صعوبات التعلم الى عوامل وراثية أو بيولوجية عصبية تأتي من خلال تغيير أداء الدماغ بطريقة تؤثر على عملية معرفية واحدة أو أكثر ويمكن أن تتداخل مشاكل المعالجة في تعلم المهارات الأساسية مثل القراءة والكتابة، كما أنها يمكن أن تتداخل مع مهارات المستوى الأعلى مثل التنظيم وتخطيط الوقت والتفكير المجرد والذاكرة طويلة أو قصيرة المدى والانتباه، فإن صعوبات التعلم عند الاطفال ليست بالشيء النادر وقد تغلب العديد من الاشخاص على صعوبات التعلم لديهم ليصبحوا ناجحين في المجال الذي يختارونه، لذلك من المهم التدخل المبكر حتى تتمكن من إعطاء طفلك الأدوات المناسبة ليكون قادراً على التعامل معها.





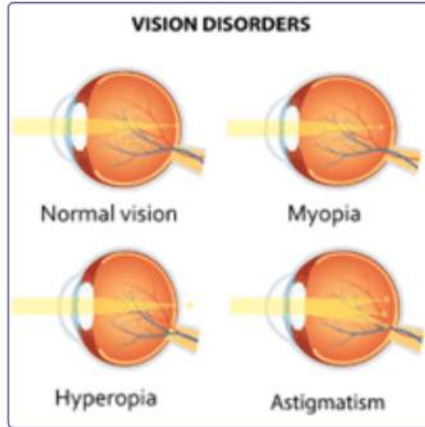
# ضعف البصر عند الاطفال

- سؤالك هل هناك حل آخر غير النظارات لعلاج ضعف البصر بسبب الأخطاء الانكسارية عند الأطفال؟  
**الجواب:** في مرحلة الطفولة والمراهقة لا يوجد علاج غير ارتداء النظارات لكن مع الاقتراب من عمر العشرين هناك خيار هو استخدام تصحيح البصر بواسطة الليزر

- سؤال: هل يوجد علاج بواسطة القطرات؟

**الجواب:** نعم هناك قطرة خاصة تحتوي مادة الأتروبين بنسبة معينة تستخدم في حالة قصر البصر لإبطاء الزيادة في الدرجة.

- سؤال: ماذا نعني بكسل العين الوظيفي؟



**الجواب:** هي حالة تحدث اذا كان هناك خلل في النظر ولم يتم تصحيحه خلال فتره الطفولة مما يؤدي الى خلل في الخلايا الدماغية المسؤولة عن البصر فحتى لو تم تصحيح السبب فيما بعد فلن يؤدي الى تصحيح البصر بصورة

هناك عده اسباب لضعف البصر عند الأطفال ولكن الأسباب الأكثر شيوعا والقابلة للعلاج هي الأخطاء الانكسارية وهي على ثلاثة أنواع:

• **أولا قصر البصر:** وفي هذه الحالة يستطيع الطفل النظر بوضوح للأشياء القريبة ولكن لديه مشكله في الاشياء البعيدة حيث يراها مشوشة وهذه الحالة مهمة بالنسبة الى طلاب المدارس وقد تؤدي الى خلل في التعلم لكون الطفل لا يرى السبورة بصورة واضحة فيجب تصحيح هذه الحالة بواسطة النظارات الطبية لكي يتمكن الطفل من رؤية الاشياء البعيدة والسبورة بصورة واضحة.

• **ثانياً بعد البصر:** وفي هذه الحالة يرى الطفل الأشياء البعيدة ولكن لديه مشكله في الاشياء القريبة وفي هذه الحالة يقوم الطفل بالتركيز الزائد لغرض رؤية الأشياء القريبة مما يؤدي الى صداع مزمن أو في بعض الأحيان حدوث حالة الحول وعلاج هذه الحالة ممكن بواسطة النظارات الطبية.

• **ثالثا اللابؤرية أو**

**الاستجماتيزم:**

وفي هذه الحالة هناك خلل في تحذب قرنية العين وتكون الرؤية القريبة والبعيدة مشوشة وعلاج هذه الحالة ممكن أيضا بواسطة النظارات الطبية.

كاملة وتحدث هذه الحالة بصورة خاصة في حالة بعد البصر أو في حالة اللابؤرية (الاستجماتيزم) وخاصة اذا كان هناك اختلاف كبير بين درجتي العينين ويمكن معالجه هذه الحالة خلال السنوات العشر الأولى من عمر الطفل او بعدها بقليل في حالة الاخطاء الانكسارية أما بعدها فلا يوجد علاج لهذه الحالة في الوقت الحاضر اما اذا كان الطفل مصاب بالحول فيمكن العلاج حتى سن 6 الى 7 سنوات وبعدها يصبح العلاج صعبا.

- سؤال: هل تؤدي الاخطاء الانكسارية الى الحول؟

**الجواب:** نعم خاصة في حالة بعد البصر اذا كانت الدرجة عالية ولم تتم معالجتها بواسطة النظارات.

- سؤال: هل هناك علاقة بين استخدام الأجهزة اللوحية واجهزة الهاتف المحمول مع ضعف البصر عند الأطفال؟

**الجواب:** نعم الاستخدام المفرط لأجهزة الهاتف المحمول عند الاطفال قد يؤدي الى حدوث حالة قصر البصر اضافة الى الآثار السلوكية والعقلية الأخرى.



# فقدان الشهية لدى الأطفال



د. احمد ابراهيم انصاف  
استشاري طب الأطفال

الغازية والاندومي بالخصوص لأنه خالسي من القيم الغذائية المهمة والمعادن والفيتامينات. تعتبر الرياضة مشهياً طبيعياً للطفل وننصح الأهل دائماً ان يجعلوا اطفالهم يمارسون الرياضة بشكل دوري ومستمر في البيت والمدارس والساحات والحدائق القريبة. ومن المفيد الابتعاد عن السكريات الحادة مثل الكاكاو والنسئلة والعصير الجاهز خصوصاً ساعتين قبل الوجبات الرئيسية لكونها تعطي الطفل طاقة عالية وتعطيه الشعور بالشبع ومن ثم يفوت الوجبة الرئيسية من الطعام. ممكن استخدام شربات الفيتامين (مجموعة ب كومبلكس والفولك أسد والزنك) كمساعد ومقوي عام لمدة شهر الى شهرين مرة واحدة باليوم. تمنياتنا بالصحة والعافية للجميع

بالنسبة للعمر. ثالثاً: فقدان الشهية العضوي المزمن: وفي هذه المجموعة يكون فقدان الشهية مصاحباً لأمراض متعددة منها التهاب المجاري البولية والتهابات المعدة والامعاء وحساسية الحنطة والتهابات القولون وكذلك العيوب الخلقية بالقلب والدماغ. وفي هذه الحالة فان فقدان الشهية ليس العرض الوحيد الموجود ولكن توجد أعراضاً أخرى للأمراض المسببة، ويكون مصاحب لنقص في الوزن وقلة النشاط والحركة وتأخر النمو العقلي والجسماني، وفقر الدم المزمن.

## العلاج:

دائماً ما يسأل الأهل طبيب الأطفال عن وصف مشهيات للطفل وغالباً ما يقوم بشرائها من الصيدليات بدون وصفة طبية، وهذا ممكن ان يؤثر سلباً على صحة ومستقبل الطفل اذ وجد العلماء ان الاسخدام المفرط لمادة اسايبروهبتادين (البرياكتين) المعروف والمتوفر محلياً يؤدي إلى تاخر في الاستيعاب والذاكرة مستقبلاً وهذا ما سوف يلاحظه الأهل عند دخول أولادهم للمدرسة. ننصح الأهل بالابتعاد عن المشهيات وممكن الاستعاضة عنها بالطعام الصحي الطازج مثل الفواكه والخضار واللحوم بأنواعها وتجنب المشروبات

يعتبر فقدان الشهية لدى الأطفال من المشكلات الشائعة في طب الأطفال، وتعتبر من المسائل التي تؤرق الأبوين ودائماً تكون شكواهم لأطباء الأطفال عن هذه المشكلة.

## أنواعه:

أولاً: فقدان الشهية الحاد: وهو فقدان مؤقت للشهية، ويحدث في أغلب الأحوال مع الالتهابات الفيروسية والبكتيرية المختلفة، وكذلك التهابات، وتقرحات الفم واللسان، وأثناء فترة التسنين أي عند بداية ظهور الأسنان للطفل وعادة تعود شهية الطفل إلى طبيعتها بزوال السبب.

ثانياً: فقدان الشهية الفسيولوجي المزمن: ويحدث للأطفال بين سن 1-6 سنوات، حيث يلاحظ الأبوان أن الطفل لم يعد يأكل نفس كمية الطعام المعتاد عليها.

وهذا يرجع أساساً إلى أن السعرات الحرارية التي يحتاجها الطفل في هذه السن تقل عن السنة الأولى من العمر. وقد يلجأ الأبوان إلى إطعام الطفل عنوة، وهذا بدوره قد يعقد الأمر وقد يؤدي ذلك إلى زيادة رفض الطفل للطعام. ويلاحظ أن الأطفال في هذه المجموعة لديهم النمو العقلي والجسماني في الطول والوزن مناسباً مع أعمارهم، ويمكن معرفة ذلك من منحنيات وجد اول الطول والوزن



د. ريا حبيب الشاوي  
اختصاص طب مجتمع

- بعمر ١٢ شهر يحتفل بعيد ميلاده الأول عندنا ونلقحه حصبة مختلطة بالزند الأيسر أيضا.
- بعمر ١٨ شهر أي بعمر سنة ونصف نلقحه جرعة منشطة أولى (شلل فموي) + جرعة أولى ثلاثي بالفخذ الأيسر + حصبة مختلطة بالزند الأيسر + فيتامين A بالفم ٢٠٠ ألف وحدة دولية.
- بعمر ٤-٦ سنوات أي قبل دخول المدرسة نلقح الطفل شلل فموي منشطة ثانية + ثلاثي جرعة ثانية بالفخذ الأيسر + فيتامين A ٢٠٠ ألف وحدة دولية.

بالفخذ الأيمن لتقي من الأمراض التي تسببها بكتريا المكورات الرئوية مثل السحايا والتهاب الرئتين والاذن الوسطى + جرعة أولى لقاح روتا بالفم للوقاية من الاسهال بسبب فايروس روتا الدوار + جرعة أولى خماسي بالفخذ الايسر (الذي يقي من الخناق، السعال الديكي، الكزاز، المستدمية النزلية والتهاب الكبد الفيروسي B)

- بعمر ٤ أشهر يأتي الطفل ليلقح (شلل فموي) جرعة ثانية + مكورات رئوية جرعة ٢ بالفخذ الأيمن + شلل زرقى جرعة أولى بالفخذ الأيمن أيضا بفارق ٢ سم عن بعض + جرعة ثانية روتا بالفم + جرعة ثانية خماسي بالفخذ الأيسر.
- بعمر ٦ أشهر نلقح الطفل (شلل فموي) جرعة ثالثة + مكورات رئوية جرعة ٣ بالفخذ الأيمن + شلل زرقى جرعة ثانية بالفخذ الايمن أيضا + جرعة ثالثة خماسي بالفخذ الأيسر.
- ثم يأتي الطفل بعمر ٩ أشهر لنلقحه حصبة منفردة بالزند الأيسر ونعطيه فيتامين A مئة ألف وحدة دولية بالفم.

بعد كل ليل تشرق الشمس معلنة عن يوم جديد وفي كل يوم ولادة وتستمر الحياة بحلوها ومرها وأحلى ما في الحياة ضحكة طفل سليم معافى. والصحة والعافية تأتي بالوقاية من الأمراض من خلال التلقيح الذي يمنع الوفاة والمضاعفات التي قد تؤدي الى العجز. لذا سنتحدث عن جدول اللقاحات الروتيني في العراق.

## ما هو اللقاح؟

هو مادة تعطى للإنسان بهدف تحفيز الجهاز المناعي لعملية التصدي والقضاء على العامل المسبب للمرض أو سموه عند دخوله الى جسم الانسان.

- بدأ الجدول التلقيحي منذ أول ٢٤ ساعة من حياة الطفل فيلقح في صالة الولادة بلقاح الكبد الفيروسي نوع B بحقنه في عضلة الفخذ الأيمن للوقاية من التهاب الكبد الفيروسي B
- خلال أول أسبوع يلقح الطفل حديث الولادة بلقاح الشلل الفموي (قطرتين بالفم) جرعة الصفرو لقاح البي سي جي بأدماة الزند الأيسر للوقاية من مضاعفات التدرن في خلال السنة الأولى من العمر، ويمنح موعدا للقاح المقبل بعمر شهرين.
- بعمر شهرين يرا جعنا الطفل لنلقحه (شلل فموي) جرعة أولى + المكورات الرئوية جرعة أولى



# وقاية الاطفال من المخدرات

شذى جاسب عبادي  
جامعة البصرة

ووقايتهم من المخاطر المتعلقة بالمخدرات، لتكون محاولة تضاف إلى محاولات من سبقونا في تنبيه القيادات التربوية لضرورة مضاعفة جهود الوقاية داخل المؤسسات التربوية بصفة عامة والمدرسية بصفة خاصة من خلال تقديم قاعدة معرفية قد تفيد مصممي المناهج الدراسية وواضعي برامج الأنشطة الطلابية، في تفعيل الدور الوقائي للمدرس.

## تعريف المخدرات

هي المواد التي تسبب الإدمان وتعمل على تدمير الجهاز العصبي، ويحظر زراعتها وصناعتها.

## أسباب تعاطي المخدرات

- عوامل اجتماعية أهمها رفقاء السوء واختلاف أساليب التربية في المجتمع، والخلافات الأسرية، والتفرقة بين الأبناء، وتأثير الحي السكاني والتقليد والمحاكاة.
- وسائل الاعلام وسوء استخدام أوقات الفراغ خاصة في العطل الصيفية الطويلة.
- من الممكن ان يكون تواجد الطفل وسط أصدقاء سوء يتعاطون المواد المخدرة، هو سبب رئيسي في تناول الطفل للمخدرات والإدمان عليها أيضاً، وذلك لأن الطفل يتمتع بروح المجازفة وحب التجربة والاستطلاع دائماً.

تعد مشكلة المخدرات حالياً من اكبر المشكلات التي تعانيها دول العالم وتسعى جاهدة لمحاربتها؛ لما لها من أضرار جسيمة على النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية والأمنية، ولم تعد هذه المشكلة قاصرة على نوع واحد من المخدرات أو على بلد معين أو طبقة محددة من المجتمع، بل شملت جميع الأنواع والطبقات.

المؤسسات التربوية يمكن أن تؤدي دوراً مهماً في التوعية بمخاطر المخدرات انطلاقاً من التركيز على المحور الوقائي الذي يؤكد على خلق دوافع داخلية لدى الأفراد تمنعهم من الوقوع في تعاطي المخدرات عن طريق وسائط التربية المختلفة، وعلى رأسها المدارس التي يجب أن تبدأ مهامها في عملية الوقاية من المخدرات من خلال المعلومات الصحيحة التي يجب أن يتلقاها الطلاب حول المخدرات وأضرارها على الفرد ومخاطرها على المجتمع، سواء من خلال المقررات الدراسية المناسبة أو من خلال الأنشطة المدرسية اللاصفية، أو من خلال أدوار المعلم والاختصاصي الاجتماعي باعتبارهم نماذج أو قدوة للتلاميذ، أو من خلال إبلاغ المسؤولين بأية ظاهرة سلبية تتعلق بتعاطي الطلاب للمواد المخدرة، أو أي مؤشر لاحتمال وقوع الطلاب فريسة لهذه الظاهرة من خلال دورها الوقائي القائم على إنماء الوعي الثقافي تجاه ظاهرة المخدرات.

ومن هذا المنطلق تأتي فكرة توضيح الدور الذي يمكن أن تقوم به المدارس تجاه تحصين أبنائها

**دور الأسرة:**  
من باب الوقاية خير من العلاج، لا بد من ضرورة تواصل الحوار بين الأسرة، وبنائها، والمشاركة الاجتماعية في مفردات الحياة اليومية حيث يشعر الطفل بقيمته، وأنه محل اهتمام، وتقدير والديه.

**دور المدرسة:**  
للمدرسة تأثيراً كبيراً في تنشئة الطفل، فإن دورها يتعاطف في الاهتمام بتنمية، ووعي المدربين، والمدرسين، والمرشدين لأدوارهم بحيث تصبح المدرسة بيئة فاعلة لحماية الطلاب من اكتساب سلوكيات منحرفة متعاطي المخدرات. ويقع على المدرسين عبء كبير في حماية الأطفال من تعاطي المخدرات، وتوعيتهم بمخاطر الإدمان، وهو ما يتطلب تصميم برامج وقائية تنفذها المدرسة لتعليم الطفل كيفية حماية سلوكه من الإغراءات التي قد يواجهها من أقرانه، أو جيرانه، وتعلمه مبادئ التعامل مع الغرباء، وتعلمه منهجية السلوكيات السليمة.

**دمج دور الأسرة والمدرسة:**  
لا يمكن لتجربة المدرسة أن تنجح في العلاج والوقاية بمعزل عن الارتباط الوثيق بينها وبين الآباء، حيث يجب التنسيق بين مؤسستين الأسرية، والتعليمية في حصار ظاهرة إدمان الأطفال لخلق بيئة مدرسية وأسرية خالية من الإدمان.

**الأنشطة الرياضية والترفيهية:**  
تنمية مهارات الطفل منذ الصغر، وإضفاء الاهتمام على مواهبه، من خلال إلحاقه بالأندية الرياضية، والمراكز الثقافية التي لها دوراً مهماً في تنمية مهارات الأطفال، ذلك بالطبع بصرفهم عن اللجوء إلى المخدرات.

• الأطفال الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات، وعدم وجود الثقة بالنفس هم من يتعاطون المخدرات، وفي الوقت ذاته فإن الأطفال الذين يعانون من مشاكل عقلية وعاطفية هم النسبة الأكبر الذين يتعاطون المخدرات، وذلك لأن هؤلاء الأطفال يفقدون أسباب السعادة والهناء، ولذلك يجدون أنفسهم في عالم إدمان المخدرات.

• الطفل لا يحتاج إلى رعاية صحية فقط، بل يحتاج أيضاً إلى رعاية معنوية وعاطفية ونفسية، هذه الرعاية المعنوية تتمثل في الحب المتبادل بين الطفل وبقية أفراد أسرته وخاصة الأم والأب، يجب أن يلقي الطفل الرعاية والاهتمام اللازمين ليبقى مطمئناً، ويشعر بالأمان وسط أسرته، وبذلك يستطيع الطفل أن يساعد مجتمعه ويساهم في نهوضه وتقديمه أيضاً.

وإذا لم يلحق الطفل الرعاية والاهتمام اللازمين، فمن الممكن أن يلجأ إلى الطرق المنحرفة لتعويض ما ينقصه والشعور بمشاعر بديلة لمشاعر الحب والأمان والسعادة التي يفتقدها وسط أسرته.

• عدم تحمل الآباء والأمهات المسؤولية الكاملة فقد أثبتت البحوث والدراسات الاجتماعية أن معظم الأطفال المدمنين يعانون من مشاكل اجتماعية وعاطفية، فيجب على الآباء والأمهات الذين لم يعرفوا كيفية التعامل مع أطفالهم وكيف يكون تحمل المسؤولية بالشكل الصحيح، التوجه لحضور ندوات ضمن المجموعات التي تقيمها الجهات الاجتماعية المتخصصة للتعرف على كيفية التعامل مع الطفل.

كيفية يمكنك أن تحافظ على طفلك من الإدمان (دور تربوي):  
يرجح الخبراء التربويون دور الأسرة والمدرسة في المقام الأول، ويضعوا أهمية هذا الدور في أولوية التعامل مع أطفالنا قبل الوقوع في مشكلة التعاطي والإدمان.





د. محمد جفات  
اختصاصي طب الأطفال

للإصابة بسوء التغذية خاصة في الأطفال ما دون سن الخامسة من العمر، خاصة في البلدان النامية التي تفتقر إلى النظافة سواء في المياه أو الأغذية. ونتيجة لهذا، في حال استمرار الإسهال لأكثر من ٢٤ ساعة مع وجود أعراض أخرى مثل الحمى، تجب مراجعة الطبيب فوراً لمنع إصابة الطفل بمضاعفات أخرى.

### أنواع اسهال الاطفال

قد يكون إسهال الأطفال حاداً أو مزمناً. فالمزمن يستمر أكثر من ١٤ يوماً والذي عادة ما يستتعي تحويل الطفل لاختصاصي الأطفال لتشخيص الحالة وتقديم العلاج المناسب.

ويمكن تصنيف الإسهال حسب شكل البراز إلى نوعين:

إسهال الأطفال المائي: ينتج عادة عن الالتهابات التي تسببها الفيروسات والجراثيم الأخرى التي تتسبب بخروج براز سائل يرافقه الإصابة بالجفاف، مما يزيد فرصة الإصابة بالمضاعفات الخطيرة. وأشهر الفيروسات التي تسبب الإسهال المائي في الرضع هو فيروس روتا (العجلي).

إسهال الأطفال الزحاري: ينتج عادة عن الالتهابات التي تسببها الجراثيم كالمشيجيلا والأميبا وغالباً ما يكون البراز ممزوجاً بالدم والمخاط وتتناقص احتمالية الإصابة بالجفاف، وذلك لعدم فقدان كميات كبيرة من الماء والأملاح.

### خطورة حدوث الإسهال في الأطفال؟

إن استمرار الإسهال لعدة أيام يؤدي إلى إصابة الطفل بـ:

• الجفاف: عندما يصاب الطفل بالإسهال يفقد الجسم كميات كبيرة من السوائل والأملاح مما يؤدي إلى إصابته بالجفاف، الأمر الذي قد يتسبب بحدوث تغير في حموضة الدم، والتأثير على وظيفة العضلات وإحداث الضرر في الأعضاء الداخلية، كما أنه يسبب نقص في حجم الدم، الأمر الذي يحدث اضطرابات مختلفة في الجسم، كهبوط ضغط الدم، وتسارع دقات القلب.

بالتالي إن حدوث الجفاف يتطلب التدخل للعلاج للحد من الإصابة بالجفاف الشديد والوفاة في بعض الحالات.

من علامات إصابة الطفل بالجفاف نقصان وزن الطفل، وجفاف الفم، وجفاف العيون، ونقص نشاط الطفل، ويفقد قدرته على تناول الطعام والشرب، إضافة إلى العلامات الحيوية الأخرى التي يقدرها الطبيب.

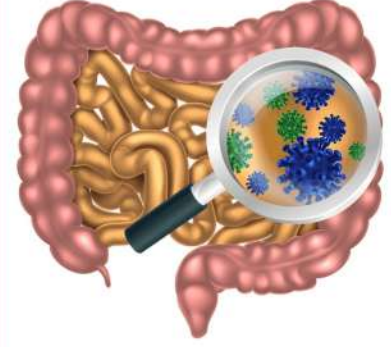
• سوء التغذية: تتسبب نوبات الإسهال المتكررة بسوء التغذية، الذي تظهر



أعراضه على شكل نقص الوزن والضعف العام، كما ويفقد الطفل قوته ومناعته ويصبح عرضة للعديد من الأمراض الأخرى وخاصة المعدية منها، مما قد يعرضه للإسهال مجدداً، وفقدانه المزيد من السوائل والأملاح والطاقة، كما سيفقده الشهية.

يزداد الأمر سوءاً عند توقف الأم عن إطعام الطفل المصاب بالإسهال اعتقاداً منها بأن ذلك سيخفف من حدة الإسهال، وهذا بالطبع اعتقاد خاطئ ويؤثر بشكل سلبي على صحة الطفل. يعد الإسهال من الأسباب الرئيسية

# اسهال الاطفال



هو التبرز الرخو أو المائي الذي يحدث بشكل مفاجئ ومتكرر وغزير، وقد تحدث تغيرات أخرى مرافقة لذلك، كتغير لون البراز أو رائحته، كما وقد يستمر لفترة تتراوح بين يوم إلى يومين، لكنه قد يصبح مزمناً إذا استمر لفترة أربعة أسابيع.

فالطفل الطبيعي يتغوط مرة إلى مرتين يومياً، ويكون برازه متماسكاً وأصفر اللون.

أما في حالة الإسهال، فيصبح أخضر اللون، أو مائلاً إلى السواد، وتزداد عدد مرات التبرز أكثر من أربع مرات يومياً.

يعتبر الإسهال من أكثر الأمراض شيوعاً بين الأطفال، ويؤثر في الأطفال من مختلف المراحل العمرية، ويكون أشد خطراً على الأطفال الصغار ممن هم دون سن الخامسة بسبب ارتفاع نسبة الماء في جسم الطفل.

يؤثر إسهال الطفل على توازن الماء والأملاح في الجسم ويتسبب في إصابة الطفل بالجفاف، الذي يعتبر حالة طارئة تتطلب التدخل الطبي في الأطفال حديثي الولادة، خاصة إذا رافق الإسهال الإصابة بالحمى واستمر لأكثر من ٢٤ ساعة.

ويعد الإسهال معدياً في حال ارتباطه بالعدوى البكتيرية أو الفيروسية، ولذلك يوصى بضرورة غسل الأم يديها جيداً بعد تغيير الحفاظ للحد من انتشار العدوى.

# البلوغ المبكر



د. أحمد إبراهيم اسماعيل  
اختصاص دقيق داء السكري  
والغدد الصم للأطفال

تؤدي ملامسة أحد كريمات أو مراهم الإستروجين، والتستوستيرون، أو أي مواد أخرى تحتوي على هذه الهرمونات (مثل علاج طبي أو مكمل غذائي خاص بأحد البالغين) إلى زيادة خطر تطور البلوغ المبكر عند الطفل.

• حالات مرضية أخرى.

البلوغ المبكر قد يكون أحد مضاعفات متلازمة "ماكيون ألبرايت"، أو فرط التنسج الكظري الخلقى، حالات تتضمن إنتاج غير طبيعي لهرمونات الذكورة (الأندروجينات).

في حالات نادرة، فإن البلوغ المبكر قد يصاحبه أيضًا قصور الدرقية.

• تلقي علاجًا إشعاعيًا

موجهًا إلى النظام العصبي المركزي.

## الوقاية

لا يمكن تجنب بعض عوامل الخطورة المتعلقة بالبلوغ المبكر، كالجنس والعرق.

بيد أن هناك أشياء يمكنك القيام بها لتقليل فرص إصابة طفلك بالبلوغ المبكر، ومن ضمنها:

• إبعاد طفلك عن المصادر الخارجية للإستروجين والتستوستيرون، مثل الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية للبالغين في المنزل أو المكملات الغذائية التي تحتوي على الإستروجين أو التستوستيرون.

• الحفاظ على وزن صحي.

- خلل في الدماغ يظهَر أثناء الولادة، مثل تراكم السوائل (الاستسقاء الدماغي) أو الورم الحميد.
- توجيه إشعاع إلى الدماغ أو الحبل النخاعي.
- إصابة في الدماغ أو الحبل النخاعي.
- تضخم الغدة الكظرية الخلقى.
- قصور الدرقية.

## البلوغ المبكر المحيطي

يؤدي هرمون الإستروجين أو التستوستيرون الموجود في جسم الطفل إلى هذا النوع من البلوغ المبكر. قد يؤدي ما يلي إلى البلوغ المبكر المحيطي:

• ورم في الغدة الكظرية أو في الغدة



النخامية التي تفرز هرمون الأستروجين أو هرمون التستوستيرون.

• متلازمة ماكيون ألبرايت، وهي اضطراب وراثي نادر يؤثر على لون الجلد والعظام ويسبب مشكلات هرمونية.

• التعرض لمصادر خارجية لهرمون الإستروجين أو هرمون التستوستيرون، مثل الكريمات أو المراهم.

## عوامل الخطر

تشمل العوامل التي قد تزيد من خطر البلوغ المبكر عند الطفل:

• نسبة حدوث المرض في الفتيات أكثر من الفتيان.

• الأطفال الذين يعانون زيادة الوزن بشكل ملحوظ يعانون من خطر أكبر يتمثل في تطور حالة البلوغ المبكر.

• التعرض لهرمونات جنسية.

البلوغ المبكر هو ظهور الصفات الثانوية المميزة لكل جنس (مثل نمو الثدي لدى الإناث أو ظهور الشعر في المناطق التناسلية للجنسين وغيرها) قبل بلوغ العمر المتعارف عليه، وتتضمن علامات وأعراض البلوغ المبكر تطوُّر الأشياء التالي ذكرها قبل سن الثامنة لدى الفتيات وقبل سن التاسعة لدى الأولاد.

• كبر حجم الثدي ونزول الدورة الشهرية الأولى لدى الفتيات.

• زيادة حجم الخصيتين والقضيب ونمو شعر الوجه وخشونة الصوت لدى الأولاد.

• نمو شعر الإبطن أو العانة.

• حبُّ الشباب (البثور).

• رائحة أجسام البالغين.

## الأسباب

يشترك هرمون الإستروجين في نمو السمات الجنسية لدى الإناث وتطوُّرها.

أما هرمون التستوستيرون، فهو المسؤول عن نمو السمات الجنسية لدى الذكور وتطوُّرها.

يعتمد السبب وراء بدء

هذه العملية في وقت مبكر لدى بعض الأطفال على ما إذا كان لديهم بلوغ مبكر مركزي أو بلوغ مبكر طرفي.

## البلوغ المبكر المركزي

في الغالب، لا يمكن تحديد سبب هذا النوع من البلوغ المبكر.

عند الإصابة بالبلوغ المبكر المركزي، يبدأ البلوغ المبكر في وقت قريب جدًا.

بينما يسير نمط العملية وتوقيت خطوتها بنسق طبيعي في الجوانب الأخرى.

لا تظهر مشكلة طبية كامنة، ولا يمكن تحديد سبب للبلوغ المبكر لدى معظم الأطفال المصابين بهذه الحالة.

وفي حالات نادرة، يمكن أن يحدث البلوغ المبكر المركزي نتيجة لما يلي:

• ورم في الدماغ أو الحبل النخاعي (الجهاز العصبي المركزي).



د. نجاح قاسم عبد الحسين  
اختصاصي طب الأطفال



## اليرقان عند حديثي الولادة

- يبدو جلد بطن الطفل أو ذراعيه أو ساقيه أصفر اللون.
- يبدو بياض عيني الطفل صفراء اللون.
- يبدو الطفل فاتراً أو مريضاً أو يصعب إيقاظه.
- لا يكتسب الطفل وزناً أو يتغذى بشكل سيء.
- يبكي الطفل بصوت عالٍ.
- تظهر على الطفل علامات أو أعراض أخرى تقلقك.

### أسباب اليرقان عند حديثي الولادة

ينتج الأطفال حديثي الولادة كمية أكبر من البيليروبين مقارنةً بالبالغين بسبب زيادة إنتاج خلايا الدم الحمراء وتفككها بشكل أسرع في الأيام القليلة الأولى من الحياة، وعادةً يقوم الكبد بترشيح البيليروبين من مجرى الدم ويطلقه في الأمعاء.

الخالق العظيم). لدى بعض المواليد تكون مستويات عالية من البيليروبين نتيجة لإصابة مرضية وعندها يكون اليرقان عند حديثي الولادة غير طبيعي.

### أعراض اليرقان عند حديثي الولادة

عادةً ما يظهر اصفرار الجلد وبياض العين العلامة الرئيسية لليرقان عند الرضع بين اليوم الثاني والرابع بعد الولادة، قد تشير العلامات أو الأعراض الآتية إلى اليرقان الشديد:

- يصبح جلد الطفل أكثر اصفراراً.

اليرقان عند حديثي الولادة هي ظاهرة شائعة وغالبًا ما تزول من دون مضاعفات، حيث أن نصف الأطفال حديثي الولادة الناضجين وأغلب الخدج يظهر عندهم اليرقان في الأسبوع الأول من حياتهم خصوصاً بين اليوم الثالث واليوم الخامس من حياتهم.

وكلما كان سن الخدج أصغر في عمر الحمل كلما استمر اليرقان لفترة أطول، ويعد اليرقان عند حديثي الولادة أمراً طبيعياً في غياب مشكلة أخرى تتسبب في تكوينه.

الفرضية المتعارف عليها حالياً هي أن الجسم يحتاج للبيليروبين

كمضاد للأوكسدة لأن مستوى المواد المضادة للأوكسدة الأخرى يكون منخفضاً في هذه الفترة (سبحان الله)





في الغالب لا يتمكن الكبد غير الناضج عند حديثي الولادة من إزالة البيليروبين بالسرعة الكافية مما يتسبب في زيادة البيليروبين، عندها يُطلق على اليرقان الناتج عن هذه الحالات الطبيعية لحديثي الولادة اسم اليرقان الفيسيولوجي ويظهر عادةً في اليوم الثاني أو الثالث من العمر. تشمل أبرز الأسباب الأخرى ما يأتي:

- نزيف داخلي.
- عدوى في دم الطفل.
- الالتهابات الفيروسية أو البكتيرية الأخرى.
- عدم توافق دم الأم مع دم الطفل.
- خلل في وظائف الكبد.
- انسداد القنوات الصفراوية للطفل أو ظهور ندوب فيها.

### عوامل خطر الإصابة باليرقان عند حديثي الولادة

• الولادة المبكرة. قد لا يتمكن الطفل المولود قبل ٣٨ أسبوعاً من الحمل من معالجة البيليروبين بسرعة كما يفعل الأطفال الناضجون، حيث قد يتغذى الأطفال الخدج أيضاً بشكل أقل ويكون لديهم حركات أمعاء أقل مما يؤدي إلى تقليل البيليروبين الذي يتم التخلص منه من خلال البراز.

• كدمات شديدة أثناء الولادة. الأطفال الذين يتعرضون إلى كدمات أثناء الولادة يكون لديهم مستويات أعلى من البيليروبين

بسبب تكسر المزيد من خلايا الدم الحمراء.

• فصيلة الدم.

إذا كانت فصيلة دم الأم مختلفة عن فصيلة دم طفلها فقد يكون الطفل قد تلقى أجساماً مضادة عبر المشيمة التي تتسبب في تحلل سريع غير طبيعي لخلايا الدم الحمراء.

• يُساهم الجفاف أو تناول كمية منخفضة من السعرات الحرارية في ظهور اليرقان.

### مضاعفات اليرقان عند حديثي الولادة

يمكن أن تؤدي المستويات العالية

الخمول.  
صعوبة الاستيقاظ.  
بكاء عالي النبرة.  
سوء الرضاعة.  
التقوس الخلفي للرقبة والجسم.  
حمى.

٢. يرقان نووي

هي متلازمة تحدث إذا تسبب اعتلال دماغ البيليروبين الحاد في تلف دائم للدماغ، وقد ينتج عن اليرقان:

الحركات اللاإرادية وغير المنضبطة.

نظرة دائمة إلى الأعلى.

فقدان السمع.

التطور غير السليم لمينا الأسنان.

### علاج اليرقان عند حديثي الولادة

غالبًا ما يختفي اليرقان الخفيف عند الرضع من تلقاء نفسه في غضون أسبوعين أو ثلاثة أسابيع، بالنسبة لليرقان المعتدل أو

الشديد قد يحتاج الطفل إلى البقاء لفترة أطول في حضانة الأطفال حديثي الولادة أو إعادة إدخاله إلى المستشفى.

قد تشمل علاجات خفض مستوى البيليروبين في دم الطفل علاج الجفاف والعلاج بالضوء أو بالأجسام المضادة أو بتبديل الدم في الحالات الشديدة.

### الوقاية من اليرقان عند حديثي الولادة

أفضل وسيلة وقائية من يرقان الرضع هي التغذية الكافية بالرضاعة الطبيعية ومنع الجفاف.



من البيليروبين التي تسبب اليرقان الشديد إلى مضاعفات خطيرة إذا لم يتم علاجها، وتشمل أبرز المضاعفات ما يأتي:

١. اعتلال دماغي حاد. البيليروبين سام لخلايا الدماغ إذا كان الطفل يعاني من اليرقان الشديد فهناك خطر مرور البيليروبين إلى الدماغ وهي حالة تسمى اعتلال الدماغ الحاد بالبيليروبين، وقد يمنع العلاج الفوري حدوث ضرر دائم كبير.

تشمل علامات اعتلال دماغ البيليروبين الحاد لدى الطفل المصاب باليرقان ما يأتي:



زينب سمير عبد الرزاق  
تخصص علم النفس التربوي



## تنمية مواهب الأطفال

٣- التذكر دائماً أنه من الواجب مدح الطفل والثناء عليه مهما كانت موهبته صغيرة، هذا الأمر سيخلق فيه روح الإبداع والمثابرة وتنمية الموهبة وتطورها.  
٤- يجب أن يعرف الطفل أن جميع المبدعين والناجحين لا يولدون كذلك، بل يبنوا أنفسهم ومواهبهم شيئاً فشيئاً إلى حين الوصول لما هم عليه في الآن.  
٥- ترك المجال أمام الطفل بأن يُقلد الآخرين، ولكن لا يعني ذلك إلغاء شخصيته بشكل كامل، بل التعلّم من الأشخاص الأكثر الموهبة منه إلى حين الانفراد بموهبته.

### أنواع مواهب الأطفال

تعدد مواهب الأطفال بحسب كل طفل وما يفضله، وهذه مجموعة من أبرز أنواع المواهب لدى الطفل:

- ١- موهبة التمثيل: هناك الكثير من الأطفال يميل للحركات التعبيرية والتمثيل والتقليد حتى عندما يتواجد مع نفسه وهذا يدل على وجود هذه الموهبة لديه.
- ٢- الموهبة الأدبية: نجد الكثير من الأطفال يجيد عملية الكتابة ويحب قراءة القصص، وهذا يعني أن ميوله الأدبية عالية وقد يكون له مستقبل بهذا الشأن.
- ٣- الموهبة الرياضية: يتمتع بعض الأطفال باللياقة البدنية وحب ممارسة الألعاب الرياضية مثل لعب الكرة أو ألعاب الجودو وهناك من يفضل الألعاب القتالية.
- ٤- موهبة الرسم: عندما تجد طفلك يقوم برسم الكثير من الأشياء ويحب الإمساك بالفرش والألوان هذا الأمر يعني أنه يميل لحب الرسم والخيال الفني.
- ٥- الموهبة التقنية: نجد الكثير من الأطفال ذكياً بشكل واضح في مجال التقنية والكمبيوتر، ويميل لاستعمال الكمبيوتر والبرامج، لذا يجب أن يتم الاهتمام بموهبته الإلكترونية وتنميتها مع مراعاة تحديد عدد ساعات الجلوس أمام الشاشات.
- ٦- موهبة الخط: بعض الأطفال يكون لديه خط جميل، كما أنه قادر على تقليد أنواع الخطوط المختلفة وعليك تنمية هذه الموهبة من خلال تدريب الطفل على الكتابة وإحاطه بورش ومدارس تعليم الخطوط وفنونها.

الطفل الموهوب هو الذي يوجد لديه استعداد أو قدرة غير عادية أو أداء متميز عن بقية أقرانه في مجال أو أكثر من المجالات التي يقدرها المجتمع وخاصة في مجالات التفوق العقلي والتفكير الابتكاري والمهارات والقدرات الخاصة ويحتاج إلى رعاية تعليمية خاصة.

### كيفية اكتشاف مواهب الأطفال

أولاً / يجب البحث عن قدرات الطفل إلى أي مجال تتجه، فمهما كان هذا المجال بسيط إلا أنه ربما يكون الداعم الأساسي لشخصية الطفل المُستقبلية، فالمهارات كالنبتة تنمو بالتدرج.

ثانياً / يجب الحرص على السؤال عن الطفل دومًا، خاصة سؤال المُدرسين أم الأصدقاء أم الأقارب وكل من يُخالطهم الطفل؛ وذلك من أجل معرفة ميول الطفل وأنشطته التي يمارسها بصورة مستمرة، ووضع حجر الأساس لمستقبل زاهر لطفلك.

ثالثاً / من المُفترض دومًا الحديث إلى الأطفال بخصوص المواهب، ليس بأسلوب الاستجواب والسؤال لأن هناك احتمال ألا يُجيب الطفل عن هذه الأسئلة لصغر سنهم، فهم ليس لديهم القدرة على التعبير بما يجول في أذهانهم، لذلك لا بد من مناقشتهم بأسلوب أقرب إليهم، ووصف الشعور بالسعادة تجاههم وتجاه موهبتهم.

رابعاً / يجب الحرص على عدم وضع الطفل في قالب ضيق لا يُناسب مواهبه واهتمامه وطموحاته، بل يجب تركه يُمارس جميع أنواع الهوايات التي تُناسبه مع الحرص على مساعدته بذلك.

### طرق تنمية المواهب عند الأطفال

١- يتعين على كل أب وأم مساعدة الطفل على التدريب والتعلم والاستفادة من جميع الأخطاء، وبالتالي يجب مساندة الطفل إلى أن يصل إلى أعلى المستويات في مواهبه، هذا الأمر سيخلق العديد من الأخطاء التي قد يقع بها، لذلك يجب تعليمه أن هذه الأخطاء هي محطة الانطلاق إلى موهبة عظيمة.

٢- يجب الحرص على جعل الطفل يستفيد من وقته في تنمية موهبته، خاصة أوقات الفراغ والعطل والإجازات، ويجب تعليمه أن التدرج ببطيء أفضل لأن السرعة ليس لها علاقة بالدقة والإتقان، فالذي ينجح يجب أن يُعطي كل شيء حقه.

# جدري الماء (الحُمَاق)



د. قصي عبداللطيف العيداني  
اختصاصي صحة مجتمع

مضاعفات مثل ما يلي:

- العدوى البكتيرية للجلد أو الأنسجة الرخوة أو العظام أو المفاصل أو مجرى الدم (الإنتان)
- الجفاف
- التهاب الرئة
- التهاب الدماغ
- متلازمة الصدمة السمية
- متلازمة راي التي تصيب الأطفال والمراهقين الذين يتناولون الأسبرين خلال الإصابة بجدري الماء
- الوفاة

## المعرضون للإصابة بالمرض؟

- تتضمن الفئات المعرضة بدرجة كبيرة لمخاطر مضاعفات جدري الماء ما يلي:
- حديثو الولادة والرضع الذين لم تُصَب أمهاتهم من قبل بجدري الماء أو اللاتي لم يتلقين لقاحاً ضده.
  - المراهقون والبالغون.
  - السيدات الحوامل اللاتي لم يُصَبن بجدري الماء من قبل.
  - المدخنون.
  - الأشخاص المصابون بقصور في الجهاز المناعي بسبب تلقي علاج ما مثل العلاج الكيميائي، أو بسبب مرض آخر مثل السرطان أو فيروس نقص المناعة البشرية.
  - الأشخاص الذين يتلقون أدوية ستيرويدية لعلاج مرض أو حالة أخرى مثل الربو.

## الوقاية

الإلتزام بغسل اليدين باستمرار بالماء والصابون والإجازة الإجبارية للتلميذ المصاب بالمرض وتصل الى ١٠ - ١٤ يوم حسب تعليمات وزارة الصحة.

كما يمكن أن تنتشر عدوى الفيروس للآخرين لمدة ٤٨ ساعة قبل ظهور الطفح، ويظل الفيروس معدياً إلى حين تقشّر البثور المفتوحة. ويذكر أن حدة المرض تكون خفيفة لدى الأطفال الأصحاء.

وقد يغطي الطفح الجسم بأكمله في الحالات الشديدة، وقد تتشكل آفات في الحلق والعين والأغشية المخاطية للإحليل والشرج والمهبل.

يجب مراجعة الطبيب في الحالات التالية:

- إذا انتشر الطفح إلى إحدى العينين أو كليتهما.

- إذا زاد احمرار الطفح أو أصبح دافئاً أو مؤلماً عند اللمس؛ فقد يشير هذا إلى حدوث التهاب بكتيري ثانوي بالجلد.

- إذا اقترن الطفح بالدوخة أو التوهان أو تسارع نبض القلب أو ضيق النفس أو الرعاش أو فقدان التناسق العضلي أو تفاقم السعال أو القيء أو تصلب الرقبة أو كانت درجة حرارة الحمى أعلى من

(٣٨,٩ درجة مئوية).

- إذا كان أي شخص في محيط الأسرة لديه

مشكلة في جهاز المناعة أو كان عمره أقل من ٦ أشهر.

أسباب انتشار المرض في المدارس قد تنتشر كذلك مع سعال المصاب بجدري الماء أو عطسه واستنشاق شخص آخر للرذاذ المحمول في الهواء وهذا ما يحصل في مدارسنا في العراق اليوم بسبب زيادة عدد التلاميذ في الصف الواحد مما يسبب زيادة احتمالية العدوى وانتشار المرض بين التلاميذ وعدم التزام أولياء الأمور بعدم دوام المصاب في المدرسة. ويمكن أن تنتشر العدوى عبر لمس الطفح الجلدي مباشرة.

## المضاعفات

جدري الماء هو مرض بسيط عادةً. ولكنه قد يصبح خطيراً ويسبب

يُسبب الفيروس النطاقي الحماقي عدوى جدري الماء، وهو يُسبب طفحاً جلدياً وحكةً مع بثور صغيرة، مملوءة بسائل. وجدري الماء من الأمراض شديدة العدوى للأشخاص الذين لم يُصابوا بالمرض من قبل، أو لم يحصلوا على اللقاح.

التطعيم ضد مرض جدري الماء هو طريقة آمنة وفعّالة للوقاية من المرض ومضاعفاته المحتملة.

ولكن في العراق لا يوجد بروتوكول تلقيح ضد المرض.

## الأعراض

تظهر البثور بعد مدة من ١٠ إلى ٢١ يومًا من التعرض للفيروس، وتستمر في العادة من ٥ إلى ١٠ أيام، والأعراض الأخرى التي



قد تظهر قبل الطفح بيوم أو اثنين هي: الحمى، فقدان الشهية، الصداع، الإرهاق وشعور عام بالمرض (التوعك).

يمر طفح الجدري المائي حال ظهوره بثلاث مراحل:

- ظهور فقاعات وردية أو حمراء (حطاطات)، وتنتشر على مدار عدة أيام
- تكوّن بثور مملوءة بكمية صغيرة من مادة سائلة (حويصلات) في غضون يوم تقريباً، ثم تنفتح ويتسرب السائل الذي بداخلها.

- قشور تغطي البثور المفتوحة، وتحتاج عدة أيام حتى اختفائها.

وتستمر الفقاعات الجديدة في الظهور لعدة أيام، لذلك تمر بالمراحل الثلاثة للطفح - الفقاعات والبثور والجلد المُقشر - في الوقت نفسه.

# كيف نستخدم العلاجات السائلة للأطفال

د. أحمد نجم عبود  
كلية الصيدلة

لذا على الوالدين التأكد من ذلك لأهمية إعطاء الجرع بشكل دقيق (لا أقل ولا أكثر).

## الآن كيف نقيس العلاجات السائلة؟

كما قلنا سابقا باستخدام أدوات القياس الموجودة في علبة العلاج وعلينا الابتعاد عن الأدوات المنزلية لأنها تعطي قياسات خاطئة مثلا عندما نقول ملعقة شاي او كما موجود في تعليمات الدواء، هذا يعني ٥ مل وفعليا ملعقة الشاي المنزلية لا تتجاوز ١,٥ مل وكذلك ملعقة كوب يعني ١٠ مل اما المنزلية لا تتجاوز ٣ مل وعندما نقرأ ملعقة طعام (يعني ١٥ مل) ولكن البيئية لا تتجاوز ٥ مل لذا نلاحظ مقدار الاختلاف في القياسات وهذا ينعكس على الجرع الصحيحة واستجابة الطفل للعلاج.

ومن الأخطاء الأخرى استخدام الكوب الصغير الموجود مع علاج معين لقياس علاج آخر لأن أحيانا الشرايات تختلف من ناحية للزوج أو الكثافة وهذا يعطي قياسات مختلفة وملاحظة أخرى تخص الملاعق المدرجة أو السرنجات وهي عدم إدخالها لتصل لقرب الحنجرة وانما الأفضل إيصال الدواء الى المنطقة الجانبية ما بين اللسان والفم. نتمنى لجميع أطفالنا الصحة والعافية ودمتم بخير.

مهمة للحصول على جرعة متجانسة من حيث تركيز العلاج وطعمه. اما النوع الاخر من الشرايات والتي تحتاج وصفة طبية لصرفها أو تحت اشراف طبيب مختص، على الاغلب تتميز بطريقة تغليف مختلفة ومعلومات اكثر ومختلفة نسبيا والتي ننصح بقراءته قبل تناول العلاج. كذلك نحتاج هنا وبشكل اكثر ضروري استخدام الأدوات المدرجة لأخذ العلاج والكمية الصحيحة والمدة وكم مرة باليوم وأين احفظ العلاج وكيف اتخلص من الباقي.



هناك بعض الاختلافات في العلاجات المستخدمة للرضع عن الأطفال من ناحية الترايز وهنا العلامة الفارقة أنها تكون اكثر موكزة للرضع بسبب الحاجة لاستخدام حجم أقل من العلاج للرضع مثلا علاج البارسييتول للرضع نجده بشكل قطرات ذات تركيز (١٠٠ ملغم لكل ١ مل او سي سي) بينما الشراب يكون (١٢٠ او ١٢٥ او ٢٥٠ ملغم لكل ٥ مل).

الكثير من علاجات الأطفال تكون بشكل سائل بسبب سهولة تناوله لكنها تفتقد الى دقة الكميات المستخدمة بسبب الاستخدام الخاطئ.

هناك نوعان أساسيان منها، علاجات يتم صرفها دون وصفة طبيب وأخرى تحتاج الى وصف الطبيب المختص. بالنسبة للنوع الأول نحتاج التركيز على التعليمات المهمة المثبتة على علبة العلاج ومن أهمها الجرعة الموجودة في حجم معين (١ مل, ٥ مل أو ١٠٠ مل) والتي تعتمد على وزن الطفل او عمره.

إذا اعتدنا الوزن يجب التأكد من الوحدة المستخدمة (بالكيلو أو الباوند حيث ١ كيلو يعادل ٢,٢ باوند).

بالنسبة للعمر نحتاج التأكد من أن الدواء آمن للرضع أو الأطفال أو وجود تحذير (لا يمكن استخدام أو استخدام باستشارة طبيب الأطفال) حسب عمر الطفل.

من الضروري استخدام طريقة صحيحة لأخذ العلاج بشكل دقيق وصحيح من خلال الأدوات الموجودة داخل علبة العلاج وتكون مدرجة على اشكال مختلفة (سرنجات فموية، ملاعق، قطارات واكواب صغيرة) إذا لم تكن موجودة اطلبها من الصيدلية بدلا من استخدام الملاعق البيئية.

من الملاحظات المهمة كذلك عبارة رج العلبة جيدا قبل الاستخدام وهي

# دور أولياء أمر الطفل في رعايته



د. سنان سعيد الأسدي  
جامعة البصرة

تهذيب تربية الطفل من النواحي العاطفية ويولونه الرعاية الكافية الجسمية والصحية والتدريب البدني على النظافة وإشاعة روح التعاون وتحقيق الأمن الذاتي وتنمية المفاهيم المعرفية واللغوية والوجدانية والتي تعتبر مفتاحاً مهماً لمعايير الصحة النفسية، ولتحقيق ذلك يتبع الوالدين الإجراءات الوقائية النفسية الآتية:

- 1- ضمان وجود علاقة متينة مع الوالدين.
- 2- الحرية التي تتناسب مع درجة النضج.
- 3- العمل على تحقيق أكبر درجة من النمو والتوافق في المراحل الدراسية المختلفة.
- 4- المرونة في عملية الرضاعة والفظام والتدريب على الإخراج.
- 5- التوجيه السليم والمساندة والأسوة الحسنة أمام الطفل.
- 6- سيادة جو مشبع بالحب وإشاعة روح الألفة وتشجيع عنصر المبادرة.
- 7- إمداد الوالدين بالمعلومات الكافية عن النمو النفسي للأطفال.
- 8- الاهتمام بنمو الشخصية بمظاهرها كافة: الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والاهتمام بتوازنها بحيث لا يغلب بعد عن الآخر.
- 9- احتضان الرضيع في أثناء رضاعته سواء أمه أو إذا كانت الرضاعة صناعية.
- 10- عدم الابتعاد عن الوالدين خصوصاً في السنوات الأولى.

ويتعلم أذراً اجتماعية جديدة حيث يتعلم حقوقه وواجباته وأساليب ضبط انفعالاته والتوفيق بين حاجاته وحاجات الآخرين، لقد زاد دور الوالدين في الوقت الحاضر بسبب تعقد الحياة وتداخل العلاقات المتبادلة والحالة الاقتصادية مما جعل الأسرة تفقد بعض أوارها التقليدية بسبب الحداثة المجتمعية وتطور عالم الانترنت والألعاب الإلكترونية، حيث أصبحت الرقابة الوالدية للطفل أمراً ضرورياً؛ بل ملحاً في كافة مفاصل حياة الطفل واستخدام آلية الضبط والسيطرة الاجتماعي والذي لا يتم إلا من خلال الأم والأب.

كما أن هناك عوامل أخرى مؤثرة عن الأدوار الوالدية مثل مشاهدة أفلام العنف والعدوان اللفظي خلال مرحلة الطفولة. وعلى أولياء أمور الطفل بناء العلاقات المنسجمة بين الاخوة، وعدم تفضيل أحدهم على الآخر حتى لا يتولد لديهم التنافس والغيرة والعدائية بين الاخوة، وكذلك إشباع الحاجات النفسية خاصة الحاجة إلى الإنتاج والأمن والحب، وعليهم تنمية القدرات عن طريق اللعب والخبرات البناءة والممارسة الموجهة واحترام الآخرين وتعليم التوافق الشخصي وتكوين الاتجاهات السلمية بالتغذية والكلام والنوم، ولوالدين الدور الكبير على الطفل حيث يؤثران في تكيف الطفل ونموه النفسي والاجتماعي السائد في الأسرة المتكونة من الوالدين والاخوة والأخوات، إذ أن الأجواء المنزلية ليست من نمط واحد، فهي تختلف من أسرة إلى أخرى، فبعض البيوت تبدو أنها أماكن طبيعية لرعاية الأطفال نفسياً بينما تبدو الأخرى على العكس، ولوالدين دور كبير حتى يتمتع ابنهما بالصحة النفسية السعيدة، يتلخص في ضرورة تهذيبها للطريق أمام طفلها الرضيع ليكمل مشواره في النمو الطبيعي، ولذلك يجب أن يدرك الوالدان حجم المسؤولية التي تقع على عاتقهما تجاه الأطفال، فيعملان على

يؤلف الأطفال في مجتمعنا العربي الجزء الأكبر منه، وهذا يعني أن أكثر من نصف السكان تقع أعمارهم ضمن أقل من السادسة عشر، وهذا الجزء الضخم من المجتمع ومهما بالغنا في أهميته فلن نكون مبالغين، لأنه الجزء الأكبر الذي يسهم في مجتمعنا، ويؤدي تواجد هذه الشريحة المهمة بالمجتمع الدور الرئيسي للوالدين في التنشئة التربوية السلمية القائمة على تشخيص الجوانب السلبية السلوكية من تصرفات الطفل، ويلعب الوالدان الدور المميز في اكساب الطفل العوامل الثقافية والتعليمية التي لها انعكاسات وردود بعيدة المدى من أفعال وتصرفات وسلوكيات إيجابية لها آثار عميقة على الصحة النفسية لدى الأطفال.

حيث تشير الدراسات إلى أن أساليب العقاب في الأسرة التي يتحدر منها الطفل ذو الاضطراب السلوكي غالباً ما تكون متطرفة، ويميل مثل هؤلاء الآباء والأمهات في الواقع إلى تبني اتجاهات جافة حيال الأطفال إلى جانب أساليب معاملة قاسية ضدهم.

وأن يقوموا بعقاب الطفل عن سلوكه المنحرف وذلك بشكل مباشر من خلال لفت انتباهه وجعله يطيع الأوامر التي يصدرها له.

لكنها في الوقت نفسه يتجاهلان ما يصدر عنه من سلوك اجتماعي على تعزيز النتائج المعاكسة لمثل هذا السلوك.

وتوضح التحليلات الدقيقة للتفاعلات التي تحدث بين كل من الوالدين والأطفال أن السلوك المضاد للمجتمع ولا سيما بعض أنواع الاضطرابات السلوكية مضادة للمجتمع.

يتم التدريب عليها بشكل منظم في منازل الأطفال وبالتعاون مشترك بين الوالدين في منازلهم للحد منها وإن كان هذا التدريب لا يحدث عمداً.

ومن هنا تتوسع الدوائر الاجتماعية حيث يتلقى الطفل الموارد الإيجابية السلوكية من خلال الوالدين ومن ثم تنسحب لتشمل المدرسة والرفاق،





د. عقيل مهدي حسين  
استشاري طب الأطفال

# التعامل مع نوبة

## الربو الحادة

• نسبة تشبع الاوكسجين اقل من ٩٥٪. إذا ذهبت إلى غرفة الطوارئ بسبب نوبة ربو مستمرة، ستحتاج إلى تناول أدوية للسيطرة السريعة على نوبة الربو. وقد تتضمن ما يلي:

ناهضات بيتا قصيرة المفعول، مثل السالبيوتامول. وهي نفس الأدوية الموجودة في البخاخ سريع المفعول (المنقذة). قد تحتاج إلى استخدام جهاز يُسمى جهاز المرذاذ (نبيولازر)، والذي يحول الدواء إلى رذاذ يمكن استنشاقه بعمق داخل رئتيك.

الكورتيكوستيرويدات الفموية. تساعد هذه الأدوية التي تأخذ في صورة حبوب على تقليل التهاب الرئة والسيطرة على أعراض الربو التي تشعر بها. يمكن أيضًا إعطاء الكورتيكوستيرويدات عن طريق الوريد، عادةً للمرضى المصابين بالقيء أو المصابون بالفشل التنفسي.

إبيراتروبيوم. يتم أحيانًا استخدام إبيراتروبيوم كموسع للشعب لعلاج نوبات الربو الحادة، بالأخص إذا لم يكن السالبيوتامول فعالًا تمامًا.

التنبيب والتنفس الصناعي الميكانيكي والأكسجين. إذا كانت نوبة الربو التي تشعر بها مهددة للحياة، قد يمرر طبيبك أنبوب تنفس عبر الحلق إلى مجرى الهواء العلوي.

سيساعد استخدام جهاز يضح الأكسجين في رئتي المريض على التنفس بينما يعطيه الطبيب أدوية للسيطرة على نوبة الربو. بعد تحسن أعراض الربو، قد يطلب الطبيب البقاء في غرفة الطوارئ لبضع ساعات أو أكثر للتأكد من عدم عودة النوبة أخرى.

تتضمن علامات نوبة الربو وأعراضها ما يلي:

- ضيق حاد في النفس، وضيق الصدر أو ألم به، والسعال أو الأزيز.
- انخفاض قراءات القدرة القصوى للتدفق الزفيري (PEF)، إذا كنت تستخدم مقياس ذروة الجريان.
- تتحسن أعراض نوبات الربو البسيطة بالمعالجة المنزلية السريعة.
- هنا يمكن استخدام الأدوية سريعة المفعول والتي تشمل موسعات الشعب الهوائية كل ٤-٦ ساعات ويفضل أن تكون هناك خطة عمل مكتوبة مسبقًا من قبل الطبيب المعالج تتضمن أنواع الأدوية التي يمكن استعمالها في حال ظهور الأعراض السريعة.
- يُمكن لنوبة الربو الشديدة التي لا تتحسن بتلقي المعالجة المنزلية أن تُصبح من الحالات الطارئة المُهددة للحياة.
- راجع طبيبك المختص أو اقرب مؤسسة صحية إذا ظهرت عليك علامات أو أعراض تدل على إصابتك بنوبة ربو شديدة، والتي تتضمن:
- صعوبة شديدة في التنفس، أو أزيز، وخصوصًا أثناء الليل، أو في الصباح الباكر.
- عدم القدرة على الكلام إلا بعبارات قصيرة للغاية، وذلك بسبب ضيق النفس.
- الحاجة إلى الضغط على عضلات صدرك حتى تتمكن من التنفس.
- قراءات عدد قمة التدفق المنخفضة عندما تستخدم جهاز مقياس ذروة الجريان.
- عدم حدوث تحسن بعد استخدام الادوية سريعة المفعول (المنقذة).

حسب المبادرة العالمية للربو تعرّف نوبة الربو بأنها حصول زيادة تصاعديّة بأعراض ضيق النفس، السعال الصفير وانقباض الصدر مع انخفاض مؤشرات وضائف الرئة أي أنها تمثل تغيّر في حالة المريض المعتادة بشكل يجعله بحاجة إلى علاج.

تتراوح شدة النوبة من بسيطة إلى شديدة وأحياناً تكون مهددة للحياة

### كيف تحدث نوبة الربو الحادة؟

إن أعراض الربو هي نتيجة للتضييق الحاصل في الشعب الهوائية والذي يحصل بسبب التأثير التراكمي لكل من: انقباض العضلات الملساء المحيطة بالقضبات الهوائية، وذمة جدران المجاري الهوائية، تجمع المخاط داخل القضبات، انتشار الخلايا الالتهابية وتثخن البطانة الداخلية للأنسجة.

### ما الذي يسبب حصول النوبة؟

بسبب عدم استخدام الأدوية الوقائية للربو بشكل منتظم أو التعرض لأحد المحرضات التي تعمل على تسارع وتيرة التغيرات الفسلجية المذكورة أعلاه مما يؤدي إلى انسداد أكثر في القضبات الهوائية وتشمل هذه المحرضات: الالتهابات التنفسية التي تسببها الفيروسات، عث غبار المنزل، النشاط البدني المفرط، التعامل مع الحيوانات الأليفة في المنزل، التدخين، العفن، غبار الطلع أو التعرض للمواد الكيميائية وغيرها، مما يعيق عملية التبادل الغازي داخل الرئتين.

ويستخدم الشخص الذي يصاب بالنوبة عضلات الصدر بدرجة أكبر كي تساعد في التنفس.



# الحصبة



د. اسعد عيسى عاشور  
اختصاصي طب الاطفال

إذا أُصيب أحد أفراد أسرتك بالحصبة، فعليك مراعاة الاحتياطات التالية لحماية أفراد الأسرة والأصدقاء غير المحصّنين:

- العزل.
- اللقاح.

يجب حث أي شخص معرض لخطر الإصابة بالحصبة، ولم يتلقَ جرعات اللقاح الكاملة، بالمسارعة إلى تلقي لقاح الحصبة قدر الإمكان.

## علاج الحصبة

ليس هناك علاج محدد يقضي على عدوى الحصبة فور ظهورها.

وتشمل النهج العلاجية

- الحصول على قسط من الراحة من أجل تخفيف الأعراض.
- مسكنات الألم وخافضات الحرارة.
- المضادات الحيوية.

في حال الإصابة بعدوى بكتيرية، مثل التهاب الرئة أو عدوى الأذن،

- فيتامين A ويُعطى الفيتامين عموماً بجرعة كبيرة تبلغ ٢٠٠٠٠٠ وحدة دولية للأطفال الذين تزيد أعمارهم عن عام واحد.

ويمكن إعطاء جرعات أقل للأطفال الأصغر سناً.

- شرب الكثير من السوائل.
- ترطيب الهواء.
- ترطيب الأنف.
- إراحة العينين.

إذا كان الضوء المتوهج يسبب تهيجاً لطفلك، وهو ما يشعر به كثير من المصابين بالحصبة، فأبقِ الأضواء خافتة أو ارتدي نظارة شمسية.

وفي هذا الوقت، تزداد الحمى بشكل حاد، وغالبًا ما تتراوح درجة الحرارة المرتفعة حينئذ بين (٤٠ إلى ٤١ درجة مئوية).  
٤. التعافي.

قد يستمر الطفح الجلدي المصاحب للحصبة حوالي سبعة أيام ويتلاشى الطفح الجلدي تدريجياً بداية من الوجه أولاً وينتهي بالفخذين والقدمين.

وعندما تزول أعراض الإعياء الأخرى، قد يستمر السعال واسمرار الجلد أو تقشيره مكان الإصابة بالطفح الجلدي لمدة ١٠ أيام تقريباً.

## طرق انتقال المرض

ينتشر بواسطة الرذاذ الحامل للمرض في الهواء، حيث يمكن أن يستنشقه الآخرون.

قد يسقط الرذاذ المُعدي أيضاً على سطح، ويظل نشطاً وينتشر لعدة ساعات.

ويمكنك عندئذ أن تُصاب بالفيروس المُسبب للحصبة عن طريق وضع أصابعك في فمك أو أنفك أو فرك عينيك بعد لمس السطح الموبوء.

## مضاعفات الحصبة

- الإسهال والقيء.
- التهاب الأذن.
- التهاب القصبات أو التهاب الحنجرة أو الخانوق.
- التهاب الرئة.
- التهاب الدماغ.

## الوقاية

توصي مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها بأن يتلقى الأطفال لقاح الحصبة للوقاية منها.

يُعطى لقاح الحصبة المنفردة بعمر ٩ شهور ثم لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية بين سن ١٢ و ١٥ شهراً، مع تكرار الجرعة بين سن ٤ و ٦ سنوات؛ قبل دخول المدرسة.

منع العدوى والإصابة بالحصبة أثناء انتشار المرض أو انتشار عدوى معروفة.

## الحصبة هي عدوى تصيب الأطفال

### بسبب أحد الفيروسات

وبعد أن كانت الحصبة واسعة الانتشار من قبل، فإنه يمكن الوقاية منها الآن باللقاح.

ورغم انخفاض معدلات الوفيات في جميع أنحاء العالم مع تلقي عدد أكبر من الأطفال للقاح الحصبة، فلا يزال المرض يتسبب في وفاة أكثر من ٢٠٠ ألف طفل سنوياً، معظمهم من الأطفال.

## الأعراض

وتحدث العدوى على مراحل تستمر لمدة أسبوعين إلى ٣ أسابيع:

١. العدوى والحصانة: بعد مرور مدة زمنية تتراوح بين ١٠ و ١٤ يوماً من بداية الإصابة بالعدوى، ينتشر فيروس الحصبة في الجسم.

ولا تظهر أي مؤشرات مرض أو أعراض للحصبة خلال هذه الفترة.

٢. مؤشرات مرض وأعراض غير محددة.

تبدأ الحصبة عادةً بحمى خفيفة إلى متوسطة، مصحوبة في الغالب بسعال مستمر وسيلان أنفي والتهاب في العينين (التهاب الملتحمة) والتهاب الحلق.

وقد يستمر هذا المرض الخفيف نسبياً لمدة يومين أو ٣ أيام.

٣. التوعك الحاد والطفح الجلدي. يتكون الطفح الجلدي من بقع حمراء صغيرة يكون بعضها بارزاً قليلاً.

وتعطي البقع والنتوءات المتجمعة في مجموعات عنقودية متراصة الجلد شكله الأحمر المبقع.

يظهر الطفح على الجلد أولاً وفي الأيام القليلة التالية، ينتشر الطفح الجلدي أسفل الذراعين والصدر والظهر، ثم فوق الفخذين والجزء السفلي من الساقين والقدمين.



د. زينب علي حسن  
اختصاصية الطب النفسي

## غيره الأطفال

ببساطة لأن ما فقدته ليس الاهتمام والرعاية يا عزيزتي وإنما فقدت دوره في الأسرة وأصبح يشعر بالتهديد من احتلال هذا الدور بواسطة أخيه.

إليك الآن بعض الخطوات التي ستساعدك على فهم غيره الأطفال من بعضهم وكيفية التعامل مع هذه الحالة:

١. علاقة الكبير بالصغير تبدأ من وقت اتخاذ قرار انجاب الطفل الثاني، نجلس مع الكبير جلسة هدوء ونشرح له بوضوح أننا سنستقبل أخ أو أخت لك، لتكون لهم قدوة وأب / أم ثاني له، ليتعلم منك وتلعب معه ويبدأ بانتظار أخوه أو أخته منذ ذلك الوقت وتبدأ الأم بتعليم الطفل كيف يتواصل مع أخوه طلة فترة الحمل، عند التجهيز لملابس وغرفة وسريير الرضيع دعيه يختار واجعلي له رأي حتى في اختيار الاسم.

لذلك ولما للأمر من أهمية كان لزاما علينا بذل الجهد والانتباه والاعتناء بهذه الجزئية المحورية من حياتهم.

تبدأ علاقة الطفل بأخيه من بداية التخطيط لاستقبال مولود جديد، قد يبدو الأمر مبكرا لكنه على العكس من ذلك تماما، فنلاحظ كلما كان تقبل الطفل الجديد موجودا في مخيلة وإدراك الطفل الأول كلما قلت معاناته ومعاناتنا من غيره بين الأطفال ومشاكلها المتتابة.

### لماذا يغار الطفل أصلا؟

الجواب البديهي لأنه يشعر بقله الاهتمام، لكن أغلب الأمهات تعرف وتدرك إنها تبذل نفس الاهتمام لطفلها الأول لكن ما من نتيجة لازال الحال على ما هو عليه.

واحدة من أهم مشاغل الأمهات والآباء وأهم العلاقات والصفات التي يرغبون لأطفالهم بامتلاكها هي قوة وترابط ووثام علاقة الطفل باخوته.

لأن العلاقة بين الأطفال في الصغر هي بذرة العلاقة المستقبلية بينهم كبالغين، ولا يقتصر الأمر على الترابط الأسري فقط بل للأمر أبعاد نفسية عديدة، فقوة علاقة أطفالنا مع بعضهم تعتبر نواة لتهيئتهم لعلاقات مستقبلية، وما يتعلمونه في الصغر من مهارات التعامل والتفاوض والربح والخسارة بمفهومها البسيط بالنسبة للأولاد يعد تجربة حية ومُشكّل جوهرية لكيفية تعاملهم وتعاطيهم مع الآخرين عند الكبر.







## كل

هذه الامور ستعزز روح المسؤولية بداخل طفلك وتعطيه شعور بروعة دوره الجديد وهو " الاخ الاكبر " .

٢. فترة الشهر الأول من عمر المولود الجديد محورية في علاقتهم وانعطاف خطير لأنه هنا سيلاحظ الكبير اسباغ الاهتمام على الصغير،

### كيف نتصرف؟

هنا ياتي دورك باعطاء الكبير مهام للاعتناء بالصغير تناسب عمره، مثلا اختيار ملابس الرضيع اليومية، ممكن يساعدك بتغيير وتنظيف الصغير، والعنصر الأهم في هذه الخطوة هو

احترافك بكل فعل وكل بادرة منه لمساعدة أخوه واجعلها حديث جلساتك مع الأهل والأقارب وامدحيه أمامهم لكي يترسخ في باله دوره الجديد.

٣. مهما قدمتي للكبير من اهتمام سيبقى أقل من الفترة السابقة، فالحل يكمن بتحويل

الدور لدور له وحده يحصل فيه على ١٠٠% مرة أخرى، سابقا كان الابن الوحيد، الآن هو الأخ الأكبر، أمر لن ينافسه به أحد بل هو مجز له نتيجة لتحمله مسؤولية المساعدة بالاعتناء بالصغير.

٤. نحن ننفر من الأندادو من نشعر بالتهديد منهم لكن من هم في مسؤولينا نحن نشعر بالعطف والرغبة بمساعدتهم و حمايتهم، لذلك انتهاجك لهذه الطريقة في التنشئة يا عزيزتي سيكون بمثابة الدرع لعلاقتهم.

٥. بتقدم العمر استمري باستعمال نفس الأسلوب، لكن ضعي في بالك أن المراهقة قادمة، هنا تدخل اهتمامات مختلفة وهنا يكون الاهتمام منصوب على الأصدقاء وليس الأهل فممكن نحس بنفورهم منا والتقرب المبالغ من الأصدقاء، مرحلة خلع ثوب الطفولة وفورة الهرمونات والتحرر من سيطرة الأهل والبحث عن الذات والشخصية المستقلة وهذا



كله يصب في زيادة اضطرابهم وتشابك علاقاتهم، لكن اكيد ما بنيتيه منذ الصغر وعلاقة أولادك الوطيدة ستساعدهم على الاستمرار بنفس الوتيرة الداعمة لبعضهم.

٦. منافسة الأخوة حالة مهمة ومفيدة جدا لأنها تمثل تجربة مجتمعية مصغرة لما سيمر به أطفالنا من منافسات مستقبلية، لذلك علينا باستغلال هذا الوضع وتعليمهم كيفية تخطي الصعوبات والمنافسات وحلها بطريقة صحية سليمة.

٧. اختلاف شخصيات أطفالنا قد يكون عامل أساس في

### نفورهم

من بعض، مثلا بنتي الكبرى ساعية للكمال في كل فعل وعمل منظمة منضبطة والأخرى فوضوية تحب الحركة والنشاط على حساب الوقت والنظام، هنا تضاد هذه الصفات قد يجعل من الصعب عليهم ايجاد قاعدة مشتركة وهنا يأتي دورنا في ايجاد أعمال مشتركة وصفات تجمعهم لتقريب الأطراف مثلا النادي أو المسبح أو اي نشاط تختارينه لهم ويكون جامع لهم.

٨. قلة الثقة بالنفس لطفل دون آخر سيجعله ينعزل حتى عن أخوته هنا يأتي دورك في تشخيص هذه الجزئية ومعالجتها.

٩. الطفل الذي يشعر بالغيرة لا تلوميه على ذلك ولا تستعملي أسلوب التوبيخ والعتاب معه بالذات المراهقين، أنت

بذلك تكبرين الفجوة فيما بينهم، فشعور الغيرة سيكون مقرون بشعور الشعور بالظلم وأن أخوه يجلب له التوبيخ وأخذ منه كل الاهتمام.

١٠. حفزيهم ليهدى بعضهم البعض الهدايا من دون مناسبة وساعديهم باختيار هدايا لبعضهم من دون سبب، واحتفي أمامهم بعلاقتهم الأخوية.

أولادنا يولدون دفاتر فارغة نستطيع كتابة ما نشاء فيها وهذا مانتمناه جميعا لكن نحن نحتاج للانتباه لدقائق الأمور التي تمثل منحنيات فاصلة في حياتهم.

أكدت منظمة الصحة العالمية على ما يلي:

(ال ٦ اشهر الاولى من حياة الرضيع لا يجوز أن يتلقى  
الطفل (إلا حليب الأم)

**فلماذا هذا التأكيد على هذه المفردة وما وراءها؟**

فوائد للطفل:

١. تزويد الطفل بكامل متطلبات نموه وتطوره من المواد الغذائية الأساسية.
٢. تزيد من مناعة الطفل خاصة المعوية والتنفسية لاحتوائه على خليط من الأجسام المضادة المناعية والخلايا المناعية.
٣. تقلل كثيرا من خطورة إصابة الطفل بأمراض الحساسية والاكزيما والربو ومن الواضح الزيادة المضطربة بهذه الأمراض في مجتمعنا نتيجة عدة عوامل منها العزوف عن الرضاعة الطبيعية.
٤. نسبة أقل من كل من الإصابة بمغص الوليد وإن أصيب به فيكون بقاءه لفترة أقصر.
٥. نسبة أقل الى الثلث للإصابة بالارتجاع المريئي (تقيؤ الحليب).
٦. من الندرة إصابة الوليد بالقبض عند الاقتصار على الرضاعة الطبيعية الخالصة بل على العكس يحصل ما يسمى ب(تسهيل) الرضاعة الطبيعية.
٧. نسبة أقل للإصابة بالربو القصبي.
٨. مستوى ذكاء أعلى وتحصيل دراسي أفضل.
٩. نسبة أقل للإصابة بأمراض الضغط والسكري.
١٠. مدة الإصابة بالفايروس المخلوي وخطورتها أقل لدى فئة الرضاعة الطبيعية.

**فوائد للأم**

١. تقلص أبكر للرحم بعد الولادة ونزيف أقل لما بعدها.
٢. نسبة أقل الى الثلث للإصابة بسرطان الثدي وبشكل واضح وجلي ومؤكد بأكثر من دراسة، ومن المؤكد ان هذا المرض المؤسف بات أكثر انتشارا في مجتمع النساء في السنوات الأخيرة بسبب العزوف عن الرضاعة.
٣. نسبة أقل للإصابة بسرطان المبايض.

ولنتذكر دوما أن حليب الام بطبيعته محضر بشكل جاهز وطبيعي ومضمون النظافة والتعقيم بما شاء له الله ان يكون وان الوالدات يرضعن اولادهن حولين كاملين وأن الرضاعة علاقة ود دائم بين الأم ووليدها وأنها المسار الطبيعي الذي لا يجب التفريط به لأي سبب كان.



د. باسم عبد الكريم العبادي  
استشاري طب الأطفال

# لماذا الرضاعة الطبيعية



# داء السكري عند الأطفال



د. احمد ابراهيم اسماعيل  
اختصاص دقيق داء السكري  
والغدد الصم للأطفال

قد يؤدي التعرض لفيروسات مختلفة إلى تحفيز المناعة الذاتية ضد خلايا جزيرية.

## المضاعفات

يمكن أن يؤثر داء السكري من النوع الأول في الأعضاء الرئيسية في الجسم. يُمكن أن يقلل الحفاظ على مستوى السكر في الدم قريب من الطبيعي معظم الوقت من خطورة حدوث العديد من المضاعفات على نحو كبير.

يمكن أن تتضمن المضاعفات ما يلي:

- مرض القلب والأوعية الدموية.
- تلف الأعصاب.
- تضرر الكلى.
- تضرر العين.
- هشاشة العظام.

## يمكن الإسهام في وقاية الطفل من

### مضاعفات السكري عن طريق:

- التعاون مع الطفل في استمرار السيطرة قدر الإمكان على مستوى السكر في الدم.
- توعية الطفل بأهمية اتباع نظام غذائي صحي والمشاركة في الأنشطة البدنية المنتظمة.
- وضع جدول مناسب لزيارات الطفل لاختصاصي رعاية مرضى السكري.

قد يصاب الأطفال المصابون بداء السكري من النوع الأول باضطرابات مناعية ذاتية أخرى مثل أمراض الغدة الدرقية والأمراض البطنية.

وقد يوصي طبيب الأطفال المتابع بعمل اختبارات لهذه الحالات.

الجهاز المناعي بالجسم والذي عادة ما يحارب البكتيريا والفيروسات الضارة الخلايا المنتجة للأنسولين (الخلايا الجزيرية) الموجودة في البنكرياس عن طريق الخطأ.

ويبدو أن العوامل الوراثية والبيئية تلعب دورًا في هذه العملية.

بمجرد تدمير الخلايا الجزيرية الموجودة في البنكرياس، ينتج جسم الطفل كمية قليلة من الأنسولين أو لا ينتجه مطلقًا.

يؤدي الأنسولين وظيفه حيوية في نقل السكر (الغلوكوز) من مجرى الدم إلى خلايا الجسم للحصول على الطاقة.

يدخل السكر إلى مجرى الدم عندما يُهضم الطعام.

ويتراكم السكر في مجرى الدم إذا لم تتوفر كمية كافية من الأنسولين.

وقد يسبب هذا مضاعفات ربما تسبب الوفاة إذا لم يعالج.

## عوامل الخطر

غالبًا ما يصيب داء السكري من النوع الأول الأطفال، ولكن يمكن الإصابة به في أي مرحلة عمرية.

تشتمل عوامل خطر الإصابة بالسكري من النوع الأول لدى الأطفال على ما يلي:

- التاريخ العائلي المرضي.
- تزيد نسبة خطورة الإصابة قليلاً لدى أي شخص لديه والد أو أشقاء مصابون بداء السكري من النوع الأول.
- الجينات الوراثية.
- تشير جينات معينة إلى زيادة خطر الإصابة بالسكري من النوع الأول.
- فيروسات معينة.

مرض السكري لدى الأطفال عادة من النوع الأول وهو حالة مرضية يتوقف فيها جسم الطفل عن إنتاج هرون مهم (الأنسولين).

يحتاج الطفل إلى الأنسولين للبقاء على قيد الحياة؛ لذا يجب استبدال الأنسولين المفقود بحقن أو مضخة الأنسولين.

يُطلق على داء السكري من النوع الأول عادةً عند الأطفال بـسكري اليافعين أو السكري المعتمد على الأنسولين.

لا يوجد علاج شافٍ لداء السكري من النوع الأول عند الأطفال، ولكن يمكن التحكم فيه.

وقد نجحت الأساليب المتقدمة لمتابعة سكر الدم وضخ الأنسولين في تحسين جودة الحياة والتحكم في نسبة السكر في الدم عند الأطفال المصابين بداء السكري من النوع الأول.

عادةً ما تتطور مؤشرات وأعراض السكري من النوع 1 لدى الأطفال بسرعة، وقد تشمل ما يلي:

- العطش الشديد.
- كثرة التبول، واحتمالية بلل الفراش.
- الشعور بالجوع الشديد.
- فقدان الوزن غير المقصود.
- الإرهاق.
- سهولة الاستثارة أو التغييرات في السلوك.
- نفس له رائحة الفاكهة.

## الأسباب

لا يُعرف السبب الدقيق للإصابة بداء السكري من النوع الأول.

لكن في معظم الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع الأول، يدمر



د. حيدر كاظم الغانمي  
تخصص دقيق في الأمراض  
العصبية عند الأطفال

### علاجها:

- أولى الخطوات هي أن نطمئن ذوي الطفل، بأنه ليس بالأمر الذي يدعو الى الفزع والخوف وأنها حالة عرضية مؤقتة، وهي ليست مستمرة وليس لها تأثير على القدرات التعليمية للطفل، ولا تؤدي الى حدوث اختلاجات دماغية وصرعية.
- يتم ارشاد الأبوين أو من يقوم برعاية الطفل الى ضرورة وضع الطفل على الجانب في حال حدوث السكره، وتجنب حالة غضب أو هستيريا أو صراخ لأن من العوامل المساعدة على حدوث السكره، الابتعاد عن تخويف الطفل أو إثارة غضبه.
- تحسين العلاقة بين الأبوين والأطفال.
- من الممكن أيضا الاستعانة بمعالج تربوي الذي هو الآخر من جانبه يستطيع أن يقدم للأبوين الارشادات في كيفية التعامل مع الأطفال ذوي المزاج الصعب والمتقلب وسريعي الغضب.
- لا يتم معالجة الفاصلة أو السكره بأي دواء صرع ويمنع ذلك منعابا.
- حضور دورات تدريبية بخصوص سلوكيات الطفل فهي تساعد على تطوير وتحسين علاقة الإباء مع الأطفال.
- ومن الممكن البدء بجـرعات مركبات الحديد لتحسين نسبة الهيموغلوبين في الدم.

وضع التنفس الطبيعي وكامل وعيه. أما النوع الشاحب فيحدث في حالات الخوف الشديد أو الألم الشديد أو سقوط أو إصابة طفيفة للرأس في مثل هذه الحالات تحدث فاصلة قطع النفس عند الأطفال، الأحداث غير المتوقعة هي عادة ما تكون المحفز او المساعد على حدوث الفاصلة.

**قد يسأل سائل ماهي العوا مل التي تساعد على حدوث السكره أو غشي البكاء؟**

هناك مجموعه من العوامل منها:

• أن يكون احد الابوين او كلاهما كانا يعانين من غشي

اللبكاء في صغرهما.

• الطفل المدلل.

• انعدام أو سوء

العلاقة بين

الأبوين

وصغيرهما.

• وجد علماء

النفس أيضا أن ما

يقارب ٣٠٪ من

الأطفال الذين يعانون من السكره

تكون لديهم اضطرابات سلوكية

أو فرط في الحركة أو نوبات

غضب شديدة وكذلك عند الأطفال

ذوي المزاج المتعكر وهؤلاء من

الصعب ارضاؤهم.

• وجد أيضا أن ٣٠٪ من الأطفال الذين

يعانون من السكره لديهم فقر دم،

ولهذا فإن ٥٠٪ من الأطفال الذين

يعانون من السكره تختفي هذه الحالة

لديهم عند اعطائهم مركبات الحديد.

### متى تختفي السكره؟

تبدأ بالانحسار بعد السنة الثانية وفي غضون السنة الرابعة من العمر ٥٠٪ من الأطفال الذين يعانون منها يتخلصون من السكره بشكل نهائي ويندر حدوثها بعد السنة الخامسة. تحدث بشكل متساوي بين الذكور والاناث وربما تكون الإناث اكثر عرضة بقليل من الذكور.

السكره هي حدوث توقف عرضي أثناء التنفس عند الأطفال ويرتبط أحيانا مع فقدان الوعي وتغيير في طبقة الصوت، فهي نوبة لاإرادية يتوقف فيها الطفل عن التنفس لفترة قصيرة وتحدث مباشرة بعد حدوث انزعاج كأن يكون عاطفيا أو جسديا وتحدث لحظة مشاكسة الطفل أو عند إصراره الحصول على حاجة ما معاندا في ذلك والديه أو من يقوم برعايته أو عند الامتناع عن تحقيق رغبته في شيء ما، عندما يبدأ بالبكاء بعدها بفترة وجيزة يبدأ انحباس التنفس وصولا الى حالة

## فاصلة قطع

## النفس (السكره)

الاغماء ولهذا تسمى أحيانا (غشي البكاء)

**ماهي الاعمار الأكثر عرضة للسكره؟**  
عادة تحدث بين الاعمار من ٥ شهور الى ٣ سنوات ويندر حصولها بعد السنة الخامسة وبشكل عام فأن نسبة حدوثها بين الأطفال هي ٤-٥٪.

### أنواعها

أولا: النوع الازرقاقي وهو الأكثر شيوعا

ثانيا: النوع الشاحب

ثالثا: وهو يجمع بين الازرقاقي والشاحب

النوع الازرقاقي: يحدث عند تحفيز الطفل أو حدوث تغيير مفاجئ في مزاجه نتيجة فعل غير متوقع أو غضب حيث يبدأ بالصراخ الشديد لمدة تقارب ال ١٥ ثانية بعد ذلك يبدأ بالازرقاق، أحيانا تنتهي في نفس اللحظة وأحيانا أخرى تكون متبوعة بفقدان للوعي لفترة وجيزة جدا يرافقها تحول عام في الجسم أو تقوس في الظهر، تنتهي في غضون ١-٢ دقيقة بعد ذلك يعود الطفل الى



المدرس: أميرة عبد الكريم مران  
ماجستير صحة نفسية

# كيفية التعامل مع الطفل المعاق

متلازمة داون الفرق الرياضية حال دخولها للملعب. وبذلك اوصل كلا الموقفين رسالة للمجتمعات كافة بأن هذه الفئة من فئات المجتمع لها حقوق وعليها واجبات وتستطيع تقديم الكثير لمجتمعاتها وهم ضمن رعاية الدولة في العراق وفي قائمة اولوياتها.

وماذا عن ذوي الاحتياجات الخاصة من الأطفال.

## الاحتياجات الخاصة الجسدية

الاحتياجات الخاصة النَّمائية (المتعلقة بالتطور)

الاحتياجات الخاصة السلوكية / العاطفية.

الاحتياجات الخاصة المتعلقة بضعف الحواس مثل السمع والبصر والنطق.

لكل فئة او نوع من هذه الانواع خصائص وسمات خاصة بها ولها حاجاتها وتحدياتها سيتم الحديث عنها في عدد لاحق.

## كيف يمكننا التعامل معهم؟

• ليسوا أقل من الآخرين: فالأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم احتياجات والأشخاص الذين يحبونهم تماماً كما يفعل الآخرون قد يكون لديهم طريقة مختلفة للعيش، وقد يتعلمون الأشياء بشكل مختلف، لكنهم أذكاء، وهم أناس رائعون.

• تعامل معهم من غير تمييز.  
• ابق هادئاً إذا حدث شيء ما.  
• لا داعي للذعر: فالسؤال كيف يمكنني مساعدتك؟ يكفي لإخبارك بما يحتاجون إليه (إن أمكن)  
• كن ودوداً معهم واجعل الحديث معهم مبسطاً واطهر لهم الاهتمام عندما يبدأ أحدهم بالحديث عن نفسه / إنهم يحبون التحدث ومشاركة مشاعرهم، تماماً مثل العاديين / حفزهم على مواصلة الحديث عن طريق طرح الأسئلة مثل: اسألهم عن يومهم الدراسي، أو العمل، أو السفر، أو الأصدقاء، أو الهوايات وأي شيء،

الناس يحبون التحدث عن أنفسهم ويومياتهم.

• كن داعماً لهم إذا بدوا فخورين بشيء ما، أخبرهم إذا قاموا بعمل جيد وشجعهم واجعلهم يشعرون بالفخر لمعرفة أنهم قاموا بشيء ليكونوا سعداء به.

• الامتناع عن استخدام الكلمات غير اللائقة إذا بدرت منهم الإساءة (إنهم لا يقصدونها تماماً) لذلك لا تأخذ الموقف على محمل الجد أو بصورة شخصية.

• لا تطلب منهم أن يفسروا لماذا قاموا بفعل خاطئ وأفضل طريقة للرد على سلوكهم الخاطئ هو في العادة إعطاء انطباع المفاجأة والشك عندما يفعلون شيئاً تجده غريباً أو غير مهذب.

• المشاركة في الموضوعات والاحداث من الأفضل أن يسمح لهم بالمشاركة في الألعاب الجماعية للحد من ارتباكهم، ويعزز شعور الثقة بالنفس، وإذا كان الفرد (كفيف) حاول ألا تعتمد على تعابير الوجه إذا كنت تتحدث عن شيء يبدو مضحكاً أو مثيراً للاهتمام، فقم بتقديم وصف سريع بحيث لا يتم استبعاد أي شخص.

• لا تفترض أبداً ما يمكنهم أو لا يمكنهم فعله: كل شخص فريد من نوعه، ويمكن أن يكون لشخصين من نفس الإعاقة احتياجات وقدرات مختلفة تماماً.

لعل من الصعب على الشخص العادي أن يتخيل ما يعانيه نظيره من ذوي الإعاقة، من مشاق وصعوبات حياتية يومية أياً كانت تلك الإعاقة، لاسيما في البيئات غير المستجيبة لاحتياجاتهم في التنقل والحركة والتواصل والنشاطات الحيوية الأخرى التي يقوم بها الناس طوال الوقت، فحين تجري الأمور بصورة سلسلة لأغلب الناس، يواجه ذوو الاحتياجات الخاصة صعوبات مقيتة وظالمة في كثير من الأحيان في الدول التي لا توضع على سلم أولوياتها مراعاة هذه الفئة، فضلاً عن المجتمعات التي تشتمل فيها الحروب.

ولنتحدث الآن عن مضمون موضوعنا وهو كيفية التعامل مع الطفل المعاق ونقول:

ولعل ما حدث في افتتاحية كأس العالم عام ٢٠٢٢ في دولة قطر وكيف وصلت رسالة البطولة للإنسانية جمعاء لفرد من ذوي الهمم وهو غانم المفتاح اذ تم توكيل مسؤولية بهذا الحجم للطفل (غانم) انما يدل على مدى الثقة الكبيرة بقدراته وكفاءاته.

وقد احسن العراق والمنظمون في بطولة خليجي ٢٥ وتحديداً في حفل الافتتاح اذ جعلت حمل العلم العراقي بيد العقيد علاء العيداني الذي فقد عينيه اثناء تأديته واجبه وكذلك في المباراة الختامية اذ رافق أطفال من



د. زهراء محمود حميد  
اختصاصية طب الأطفال

# حلول للتغلب على الغضب عند الاطفال

في المتنزهات، في محلات البقالة أو اثناء التسوق مع أحد الابوين أو في ساحات اللعب عندما يصر الطفل ان يستمر في لعبة معينه، وعند مقاطعته يبدأ بالصراخ أو أن يضجر من الانتظار في مكان ما لفترة طويلة.

الأطفال الأصغر عمرا (دون سن الثالثة) عادة ما يستخدمون الصراخ كوسيلة للتعبير عن الإحباط فعلى سبيل المثال عندما يحاول الطفل اللعب بلعبة تحتاج الى مهارة يدوية تفوق مرحلة تطوره للسن الحالي فهو محبط حاليا، وليس لديه وسيلة للتعبير غير الصراخ.

في البقالة أو الأسواق مثلا تبدأ نوبات الصراخ لجلب الأنظار والانتباه على مطالبهم للحصول على كيس من الحلوى مثلا. كذلك عندما يطلب من الأطفال الانتقال من درس الفنون الى درس القراءة.

ينضج الأطفال ويكبرون بمرور الوقت الا ان الصراخ يبقى وسيلة للحصول على مبتغاهم في فترة الطفولة فهو الآن قادر ان يقول

(ارجوك ماما ساعديني في ربط هذه! او ساعديني في رفع الحقيبة أو ساعديني في تغيير ملابسني)

في بيوتنا الصغيرة كثيرا ما نرى مواقف الصراخ أو العصبية عند الأطفال خاصة تلك التي تحدث في أوقات النوم (عند البدء في وقت النوم مثلا)، أوقات الطعام، أوقات الاستحمام وكذلك عندما يحول الابوان اهتمامهما أو تركيزهما من طفل إلى آخر قد يثير ذلك غضب الطفل أو ضجره.

مقاطعة الطفل من لعبته المفضلة أو منعه من مشاهدة التلفاز في هذا الوقت، كل هذه الحالات هي أمثلة عن المواقف التي بدورها تحفز نوبات الصراخ والعصبية عند الأطفال.

اما في خارج المنزل فمن الممكن أن تحدث النوبة في أماكن عامة،

الأنه لا يزال يمر بنوبات صراخ وعصبية لأنه وجد ان في نوبات الصراخ فعالية للحصول على ما يريد أو تجنب أو تأجيل ما لا يتمناه صغيرنا.

تبدأ نوبات الصراخ في حوالي عمر ١٢ شهر الى ١٥ شهر عندما يصبح الصغار قادرين على الحركة ومدركين أكثر لرغباتهم في هذا العمر عادة ما يكون الصراخ سببه ملموس كأن يكون طعاما أو ألعابا مثلا، يشمل الصراخ بصوت عال، تصرفات مقاومة كأن يرمي الطفل نفسه على الأرض،

يحبس أنفاسه أو يعض نفسه. بعد السنة الثالثة حيث يكتمل تطور اللغة لديهم حيث تقل نوبات الغضب بشكل ملحوظ، لكن رغم ذلك تظهر نوبات الغضب في هذا السن أيضا من وقت لآخر.

## عزيزتي الام، عزيزي الاب:

كيف نستطيع ان نمنع حدوث نوبات الغضب هذه، نوبات الغضب تحدث عادة عند الأطفال اللذين يفتقرون الى النظام اليومي، فمثلا عندما نفاجئهم بتغيير من نشاط معين والانتقال الى نشاط آخر غير نشاطهم الحالي بدون سابق انذار، فكخطوة أولى في معالجة الأمر أو حتى التقليل من حدوثه:



الكلام اسهل من التنفيذ  
 خصوصا على الأبوين عندما  
 تحدث نوبة غضب الطفل في  
 مكان عام ، في الأسواق او في  
 المتنزهات في مثل هذه الحالة  
 ولتقليل حدوث الاحراج فمن  
 الأفضل تجنب حدوث نوبة  
 الغضب أو تغيير انتباه أو اهتمام  
 الطفل بفعالية أخرى او تغيير  
 مكان الطفل بالسرعة الممكنة  
 وارجاعه الى نفس المكان بعد  
 انتهاء النوبة على الرغم من ان  
 الحل أعلاه قد يحفز حدوث  
 نوبة في المستقبل الا انه يقلل من  
 احراج الابوين في المكان العام فيما  
 لو حدثت النوبة أمام  
 مرأى الجميع.  
 الا انه قد يعلم الطفل  
 على ان يقوم بنوبة  
 غضب مسبقا كأن  
 يكون الرمي على الاهل  
 او الصراخ العنيف  
 او الضرب.

زاوية العقوبة: الوقت  
 المستقطع من وقت  
 اللعب، حيث يأمر  
 الوالدين صغيرهما  
 بالوقوف في زاوية معينة من الغرفة  
 لفترة زمنية معينة حسب عمره  
 (دقيقة لكل عام من عمر الطفل)  
 ان يكون هادئًا خلال هذه  
 الفترة وعندما تنتهي عدها  
 يستطيع ان يستأنف اللعب  
 مرة أخرى، ممكن ان يتكرر  
 هذا السلوك المتبع مع الطفل  
 مراراً حتى يتوافق معه الطفل.

بعد انتهاء النوبة حاولي  
 ان تتناقشي معه عن موضوع نوبة  
 الغضب التي حصلت وتجنبي  
 معاقبته أو لومه على هذا السلوك.  
 أتمنى لكم ولصغاركم يوماً سعيداً.

**خامسا:** تحفيز الأطفال على  
 التعاون وطلب المساعدة لأداء  
 نشاط معين في البيت او في  
 المدرسة.

**سادسا:** أمور على الأم ألا تفعلها  
 عزيزتي الام:

لا تبرري لصراخ أو ضجر  
 طفلك، دعيه يدرك سوء هذا  
 التصرف، لا تستسلمي وتلبي  
 طلبه الذي ضجر من أجل الحصول  
 عليه، حصول الطفل على مبتغاه  
 هو انهاء لنوبة الصراخ لكنه



بالنتيجة سيكون طريقا للطفل  
 مستقبلا للحصول على ما يريد.  
**سابعا:** تجاهلي قدر الإمكان  
 نوبات البكاء والصراخ، لكن في  
 الوقت الذي تتجاهلين فيه هذا  
 التصرف لا تدعيه يحصل على ما  
 يريد فمثلا (عندما تتجاهليه  
 لا تدعيه يدخل الى المطبخ ويحصل  
 على علبة الحلوى التي منعتهيا  
 عنه).

**ثامنا:** سلوك التحفيز / المقصود  
 هو تسليط مزيد من الانتباه على  
 الطفل والتفاعل معه بينما هو  
 منشغل مع العابه بدون صراخ أو  
 بكاء وتقليل الانتباه والاهتمام  
 بالسلوك أثناء نوبة الغضب،

**أولا:** ان يكون للأطفال نظامهم  
 اليومي حتى يستطيع الصغار  
 توقع ما قد يحدث الآن او بعد  
 قليل، هذا لا يعني ان يربك  
 الطفل بنظام أو روتين  
 صارم وإنما هم بحاجة لأن يميزوا  
 ان هناك فعاليات معينة تحصل  
 نفس الوقت كل يوم وفي نفس  
 التسلسل.

**ثانيا:** عندما نحاول نقل الطفل من  
 فعالية معينة الى أخرى مثلا من  
 فقرة الرسم او التلوين الى وقت  
 الغداء اذ انه لا بد من ان  
 نقوم بتذكير الطفل  
 بذلك قبل حدوث  
 الانتقال بفترة وجيزة  
 لتهيئته وحتى لا يحدث  
 الانتقال بطريقة  
 مفاجئة تثير غضبه.

**ثالثا:** علمي طفلك كيف  
 له ان يطلب المساعدة،  
 فمثلا عندما تكون  
 بيده لعبة اللغز ولا  
 يستطيع حلها بالطريقة

الصحيحة فأن ذلك يثير غضبه،  
 لو قمتي بتعليمه مهارة طلب  
 المساعدة بدلا من البكاء أو  
 الصراخ، وان يأخذ الإباء والمعلمون  
 بنظر الاعتبار أيضا ان الفعاليات  
 والنشاطات المطلوبة من الأطفال  
 يجب ان تكون متماشية  
 وملائمة لعمر الطفل وقتها، حتى  
 لا يواجه صعوبة في تشكيل لعبة  
 ما فتثير غضبه وتضايقه.

**رابعا:** كما ذكر سابقا ملائمة  
 النشاط للمرحلة العمرية الحالية  
 للطفل هو أحد اهم الطرق  
 المستخدمة لتجنب ضجر الطفل  
 في حال عدم قابليته على أداء  
 النشاط الموكل اليه.

إعلان

# سندباد

مجلة كل الأطفال

مجلة الأطفال الأولى في العراق.

تغني مهارات التفكير والابداع لدى الاطفال.

تساهم في بناء التخزين المعرفي والثقافي للطفل.

محتويات مشوقة ومنوعة.

للتواصل معنا عبر مواقع التواصل الاجتماعي

[www.sindibadkds.com](http://www.sindibadkds.com)  
[Info@sindibadkds.com](mailto:Info@sindibadkds.com)

[Sindibadkids](https://www.facebook.com/Sindibadkids)  
[Sindibadkids](https://www.instagram.com/Sindibadkids)

[Sindibadkids](https://www.youtube.com/Sindibadkids)

