

عندما يأتي ابننا الخدج الى المنزل

Autora: Carmen Rosa Pallás Alonso. Jefa del servicio de Neonatología del Hospital 12 de Octubre. Miembro del grupo PrevInfad.

Traductor: Maged Hussein Abdulrazzak. Pediatra A.P. Navalморal Mata. Cáceres

. كلمات البحث: الخدج، اطفال الخدج والوليد قبل اوانه والتنمية، العمر المصحح

الأطفال الخدج هم أولئك الذين ولدوا قبل 37 أسبوعاً من الحمل. يُقدر تاريخ الولادة الطبيعي بالأسابيع عند 40 اسبوعاً من الحمل، وأن الطفل الذي يولد قبل أسبوعين من هذا التاريخ أي حوالي 38 أسبوعاً من الحمل لا يعتبر سابقاً لأوانه ولكن إذا ولد أربعة أسابيع من قبل، أي عند الأسبوع 36 من الحمل عندئذٍ الولادة سابقة لأوانها. من السهل أن نفهم أنه ليس كل الأطفال الخدج عندهم نفس الصفات، ليس هو نفس الوضع أن يلد قبل الولادة العادية بخمسة أسابيع أي حوالي 35 اسبوعاً من الحمل، كالولادة حوالي 24 أسبوعاً من الحمل ، او 16 أسبوعاً قبل الموعد المحدد للولادة

في بعض الأحيان يُعتقد بأن الأطفال الخدج هم الأصغر وزنهم أقل ولا بد من قضاء بعض الوقت في الآلة الحاضنة للتسمين صحيح أن الأطفال الخدج يزن أقل لقضائهم وقتاً أقل في رحم الأم، وبالتالي اكتسبوا وزناً أقل، ولكن هذا ليس المشكلة الرئيسية الخاصة بهم. يولدون قبل الأوان بأجهزة غير ناضجة، وبالتالي ليسوا على استعداد لتولي الوظائف اللازمة بسبب ولادتهم المبكرة وقبل الأوان. كل ما كانت الولادة سابقة لأوانها فإن مشاكل الاطفال تزداد أكثر لعدم قدرة اعضاء أجسامهم على التكيف في البيئة الخارجية، وبالتالي، يحتاجون لدخول المستشفى . في بعض الأحيان يجب أن يكونوا في العناية المركزة لحاجتهم إلى مساعدة في الأدوية والتغذية واجهزة التنفس لسدّ عدم نضوج أعضائهم

عندما يتم خروج الاطفال الخدج من المستشفى لأنه يفترض أنهم قد نضجوا يمكن أن يتناولوا الطعام ويتغذون دون مشكلة وأن أعضائهم تعمل بشكل جيد، وعندهم المقدرة على السيطرة على درجة الحرارة في السرير

فإن الغالبية العظمى من الأطفال الخدج عندهم نمو وتطور طبيعي تماما ولكن لا تزال لديهم عدد من السمات أو الخصائص. هؤلاء الاطفال ينهون النضج في بيئة مختلفة عن رحم امهم وبالتالي تطوره لديهم أيضا خصائص مختلفة والمهم بالنسبة للآباء أن يعرفوا ذلك ، وهكذا سوف تكون عندهم ثقة أكثر وان لا يقلقون في المظاهر والصفات التي هي طبيعية في الأطفال الذين يولدون قبل الأوان

العمر المصحح

هذا مفهوم مهم جدا وأن جميع الآباء والأمهات لاطفال الخدج يجب معرفته . يُدعى العمر المصحح عندما يكون عمر الحمل حوالي اربعون اسبوع من الحمل ويعني انه ولد في التاريخ المرجح للولادة . على سبيل المثال طفل عمره ستة أشهر ولد عندما اتم 32 أسبوعاً في الرحم أي قبل 8 أسابيع من الموعد المقرر لذلك فإن عمره المصحح هو 4 أشهر. عندما يكون عمر الطفل ستة أشهر فعلياً لا بد من إزالة ثمانية أسابيع من 40 أسبوعاً، وبالتالي لتصحيح العمر ننقص ثمانية أسابيع من اربعين اسبوعاً ، وهكذا يكون عمره ما يعادل تقريبا سن الأربعة أشهر مصححة. إذا ولد الطفل حوالي ال 24 أسبوعاً من عمر الحمل، يعني ولد قبل 16 أسبوعاً، وذلك على سبيل المثال عندما يكون عنده 10 اشهر من العمر . الحقيقي فإن العمر المصحح هو ستة أشهر، لأنه يجب أن تنقص 16 أسبوعاً من العمر الحقيقي

إن نمو وتطور الطفل، وزنه، وطوله مرتبط بالعمر المصحح وليس بعمرهم الحقيقي. إن العمر المصحح يبدو أقل أهمية بعد عمر السنتين. ليس نفس الوضع بين طفل عمره 10 أشهر واخر يملك ستة أشهر، ولكن لا يوجد اختلاف بين خمس

سنوات وخمس سنوات وأربعة أشهر . لهذا أطباء الأطفال قرروا استخدام العمر المصحح لجميع قيم الاطفال طوله . ووزنه الخ على سن العامين . بعد ذلك يستخدم السن الفعلي

الرعاية الخاصة عندما نصل للمنزل مع طفل سابق لأوانه

الاطفال الخدج يجدون صعوبة في السيطرة على درجة الحرارة . إذا كان الجو حاراً جداً في الغرفة سوف تحصل عندهم الحمى وإذا كان بارداً ربما تنزل درجة حرارتهم إلى ما دون الحدود الطبيعية . يجب أن تكون الغرفة بين 21 و 23 درجة ، وعلينا أن ننتبه إلى الملابس التي يرتديها الطفل . إذا كان عندنا شك وإذا كانت ملابسه قليلة أو كثيرة يمكننا أن نتناول درجة الحرارة بالميزان

يجب أن نحاول أن تكون عدد الزيارات إلى أدنى حد ممكن . فمن الأفضل أن يرونه في الشارع احسن من المنزل ، لأنه من الأسهل نقل العدوى في داخل مكان مغلق من محلٍ آخر في الهواء الطلق . من المهم جداً أن لا يمس احداً الطفل دون غسل اليدين . إذا كانت الأم أو الأب عندهم زكام يجب استخدام قناعاً عندما يحملوا الطفل . الاخوة يجب ان يتعلموا غسل أيديهم كلما لمسوا الأخ الصغير . يجب أن لا نمنعهم من لمسه ، يجب أن ندرسهم كيف يجب لمسه

إذا كان بالإمكان تجنب تركهم في الحضانة باكراً ومن الأفضل بعد ثلاث سنوات . الاطفال الخدج في الحضانة يحتكون بكثير من الأطفال ، وبعضهم لديهم التلوث الجرثومي وتبرز العدوى بسهولة جداً

اسرة الرضيع سابق لأوانه

بينما الخدج ليسوا ناضجين للولادة في كثير من الأحيان ، كذلك الآباء ليسوا مجهزين على استلام ابنهم . وعلاوة على ذلك ، كما لوحظ بالفعل ، بعض الأطفال الخدج تتطلب دخول المستشفى لفترات طويلة جداً ، مما تسبب في صعوبة داخل الأسرة . يجب محاولة الآباء والأمهات تولى دور الرعاية للطفل في أقرب وقت ممكن ، حتى لو كان داخل المستشفى . كلما تشارك الام بشكلٍ اسرع ومتقدم في رعاية طفلها ، فسيكون من الأسهل رعايته في وقت لاحق . "رعاية الكنغر" تزيد من إنتاج الحليب ، وتعزز نمو الطفل وتقلل من القلق والاكتئاب لدى الآباء . التماس الجسدي بين الآباء والأبناء مهم جداً لأنه يسهل ظهور الارتباط . هذه الرعاية في الكنغر (الشكل 1) ، كماخذه من ذراعيه ، معانقته ، تقبيله ، سيسهل عملية الترابط بين الأم والطفل ، ومما لا شك فيه تبرز الصعوبة بسبب الدخول إلى المستشفى عند الضرورة

خلال ذلك الوقت من وجوده داخل المستشفى يجب تكريس بعض الوقت لرؤية اشقاء الطفل . الأشقاء ربما يشعرون بتخلي آباؤهم عنهم الذين يبدون قلقين بطفلٍ لا يعرفونه ولا يعرفون أين يوجد . بالنسبة لهم أيضاً يكون جيداً رؤيته في المستشفى وتذكركم وجهه . هم يلتقطون وضعهم الهش ويتفهمون أفضل للوضع بأن والديهم يجب أن يكرسوا اهتماماً كبيراً لهذا الطفل الصغير جداً . إذا كان ممكن في معظم الايام وبالرغم من التعب الشديد لدى الآباء ، امتلاك وقتاً خاصاً للأشقاء ، عندئذٍ سوف يتحملون بشكلٍ أفضل دخول المستشفى . عندما يصل الشقيق الى المنزل يجب ارشادهم حول كيفية معاملته ، ونعلمهم غسل أيديهم قبل لمسه ، ولكن يجب ان لا نمنع اي اتصال جسدي مع شقيقه الخدج

بعد الخروج من المستشفى ، لا يزال يُنظر إلى الأطفال الخدج كضعفاء للغاية وعادة ما تظهر مواقف مفرطة لحمايتهم والتي تُعقد في بعض الأحيان العملية التربوية والتعليمية ، ولكن ، من ناحية أخرى ، وضعه مفهوم جداً ، لأن بعض الأطفال فعلاً صغيرين جداً وضعيفين . على أية حال المهم ان نحاول أن يشعر الأطفال بالأمان . كلما شعر أكثر بالأمان تزداد استقلاليتهم في وقت لاحق . على الرغم من أنه ينبغي حمايتهم ، في المقابل ، يجب أن نتركهم لمواجهة تحديات صغيرة

وغالباً ما يولد التوائم وثلاثة توائم قبل الأوان . اليوم لقد زادت وتيرة التوائم وثلاثة توائم بسبب تكرار تطبيق التقنيات الإيجابية . إذا كان لديك طفلاً سابقاً لأوانه فسوف يغير مجرى حياة العائلة وإذا كان هناك اثنين أو ثلاثة من الأطفال الخدج علاوة على ذلك وإذا كانت الولادة سابقة لأوانها جداً ، فإنه قد يسبب الحالات الحرجة من التعب والإجهاد المعنوية .

ولذا فمن المهم جدا الحصول على دعم من العائلة أو الأصدقاء. وسوف يكون تعب العمل مهم جدا وهو أكثر احتمالا إذا . كان لديك مساعدة

النساء الذين لديهم طفلا سابقا لأوانه هُن أكثر عرضة لولادة الأطفال الخدج ولكن تقييم المخاطر الأخرى في كل حالة ينبغي استشارة طبيب النساء الاخصائي وهو الذي سيعطي المعلومات الدقيقة صحيا. النساء الذين كانوا خدج سيلدون اطفالا قبل الاوان .

نقاط بارزة

.يقال أنه طفل خدج عندما يولد قبل الاوان اي قبل 37 أسبوعا من الحمل، ولكن ليس كل الأطفال الخدج متساوين

الأطفال الخدج ينتهون من النضج في بيئة مختلفة ، وبالتالي تنميتهم وتطورهم لديه خصائص معينة •

العمر المصحح هو أكثر أهمية من العمر الحقيقي . وسيتم تقييم نموه وتطوره وفقا للعمر المصحح وهو العمر الذي سيكون . إذا ولد عندما يستحق له ذلك

عندهم صعوبة في السيطرة على درجة الحرارة وسهولة العدوى والتلوث . لذلك من المهم جدا غسل الأيدي باستمرار .قبل لمسهم

ان حليب الثدي هو أفضل غذاء للأطفال الخدج سابقاً لأوانه. سواء كان بحليب الثدي أو حليب الأطفال الصناعي عموما بحاجة لتناول الطعام بشكل متكرر أكثر من الأطفال الذين يولدون عند وقتهم ومهم جدا السماح لهم براحة خلال تناول الحليب .

• "د" الأطفال الخدج بحاجة لمكملات الحديد وفيتامين"

.سوف يجلس في سن ستة أو سبعة أشهر من العمر المصحح وسوف يمشون على سن السنة من العمر المصحح

.التحدث اليهم وسرد القصص من الصغر سوف يساعدهم في نموهم وتطورهم

في بعض الأحيان الأطفال الخدج لديهم مشاكل في النمو والتطور. عن أي مشكلة أو مخاوف يجب استشارة طبيب الاطفال

من المهم جدا أن يوجد اتصال جسدي بين الاباء والطفل السابق لأوانه، وهذا سوف يعزز الترابط ، وزيادة إنتاج الحليب . عند الأم

• سوف توضع اللقاحات عقب العمر الحقيقي للطفل واتباع توجيهات طبيب الأطفال في هذا الشأن



الشكل 1: طريقة الكنغر: الأم أو الأب عاريا من الخصر الى فوق وضع الطفل عاريا أو فقط بحفاضات بين ثدييها. ثم يمكن . أن تغطي على حد سواء ببطانية أو ملابس للأم أو الأب