

البصق

هل هو طبيعي؟

البصق شائع في الأطفال الأصحاء. خلال الثلاثة الأشهر الأولى من حياة الطفل، يعاني حوالي نصف مجموع الأطفال من ارتجاع محتويات معدتهم إلى المريء وهذه هي حالة تعرف باسم الارتجاع المعدي المريئي، أو الارتجاع المعدي المريئي للرضع، أو الارتجاع الحمضي

يبصق العديد من الأطفال بعد الرضاعة. لا تشكل معظم حالات البصق هذه أي مشكلة حقيقية - تسبب فقط الفوضى. سيبصق بعض الأطفال الحليب الذي رضعوه بالكامل دون أي مشكلة. آخرون قد يبصقون فقط كميات صغيرة من هذا الحليب. يتخطى معظم الأطفال هذه المرحلة في الوقت الذي يصبح بإمكانهم الجلوس منتصبين.



ما هو الفرق بين البصق والقيء؟

البصق هو التدفق السهل لمحتويات معدة الطفل من خلال الفم، مع تجشؤ في بعض الأحيان. يحدث القيء عندما تتدفق محتويات المعدة ياندفاع خارج الفم، عوضاً عن الإنسيال البطيء.

يحدث القيء، على عكس البصق، عندما يطرد الرضيع محتويات معدته بالقوة. قد يكون التقيؤ المتكرر علامة على حالة أكثر خطورة من المرض. إذا حدث هذا، خذي طفلك إلى طبيبك في أقرب وقت ممكن.

أسباب البصق

- الهواء المحبوس من التجشؤ
- ابتلاع هواء إضافي من البكاء المفرط
- الرضاعة المفرطة
- كثرة الحركة أثناء الرضاعة
- وضع الطفل في وضع مسطح بعد الرضاعة

أشياء تستطيعين فعلها

- إعطاء الطفل فرصة للتجشؤ عدة مرات أثناء الرضاعة.
- عدم إجبار الرضيع على تناول أكثر مما يرغب.
- تجنب الكثير من الحركة أو اللعب أثناء الرضاعة.
- إطعام طفلك في وضع مستقيم جزئياً.
- إمساك أو وضع الرضيع في وضع شبه قائم لمدة 15 دقيقة على الأقل بعد الرضاعة.



اتصلي بطبيبك على الفور إذا:

- تقياً الرضيع بكميات كبيرة بشكل متكرر خلال اليوم
- عاني الرضيع من حمى أو مرض آخر
- لم يكتسب الرضيع وزناً كافياً
- تقياً طفلك دماً أو مخاطاً

إدارة المغص

لا أحد يعرف بالضبط ما الذي يسبب المغص عند الرضع، لكن هناك بعض الأعراض الشائعة المرتبطة به. أكثر أعراض المغص شيوعاً

هي نوبات متكررة ومنتظمة من البكاء المفرط. قد تستمر نوبات البكاء هذه لترات طويلة من الزمن و عادة ما تحدث في نفس الوقت تقريباً كل يوم - في وقت متأخر من بعد الظهر أو بداية المساء. ومع ذلك، يمكن أن تحدث في أي وقت خلال اليوم. قد تشمل أعراض المغص الأخرى الانزعاج واضطرابات النوم أو آلام الغازات الشديدة. إذا كان طفلك يعاني أعراض المغص أو مشاكل التغذية، يتوجب عليك الحديث مع طبيب طفلك.

نصائح للتحكم في أعراض المغص:

تحركي باستمرار

احملي طفلك بالقرب منك و تمشي أو

ادفعي الطفل في عربة أطفال. من الأساليب الأخرى التي

يمكنك اللجوء إليها وضع طفلك في مقعد السيارة وأخذه في جولة بالسيارة قد تعمل حركة المحرك وطين على تهدئة طفلك.

هزي طفلك برفق على مدار الساعة.

في بعض الأحيان يساعد الضغط برفق على معدة الطفل

على تهدئته. حاولي حمل طفلك مع الإبقاء على معدته

إلى الأسفل على حضنك أو ذراعك

ثم هزيه ببطء وبلطف

دلكي طفلك

ضعي طفلك على بطنه في حضنك و قومي

بتدليك ظهره بعد الرضاعة

لفي طفلك ببطانية

في بعض الأحيان، قد تضايق حركة

الذراعين و الساقين طفلك. جربي تقييط

طفلك بشكل آمن في بطانية خفيفة و ضميه ثم

قومي بأرجحته برفق. يشبه هذا الضم

ما كان عليه الحال بالنسبة لطفلك عندما كان في رحمك

قومي بإحداث بعض الضوضاء.

حاولي عمل "ضوضاء بيضاء" لإنشاء صوت ثابت

في الخلفية قد يكون من شأنه أن يهدئ من روع طفلك.

أفضل وصف للضوضاء البيضاء هي أنها صوت طنين ثابت.

صوت طنين. تشمل بعض الأمثلة على الضوضاء البيضاء

صوت التلفزيون الثابت أو صوت المروحة أو غسالة الأطباق أو

المكنسة الكهربائية.

جربي رضاعة طفلك.

حتى يتم وضع جدول تغذية منتظم،

قد يشعر طفلك بالجوع في أوقات لا تتوقعها

أرضعي رضيعك. إذا كان واضحاً

أن طفلك ليس جائعاً حقاً، حاولي "إعطائه اللهاية" للتبئنا

بدلاً من ذلك. في بعض الأحيان، قد

تكون حركة المص البسيطة كافية لتهدئة

رضيعك.

وفقاً لقانون الحقوق المدنية الفيدرالي ولوائح

و سياسات الحقوق المدنية ووزارة الزراعة الأمريكية (USDA)،

يحظر على وزارة الزراعة ووكالاتها ومكاتبها و موظفيها ومؤسساتها المشاركة

في أو إدارة برامج خاصة بوزارة الزراعة الأمريكية تمارس التمييز

على أساس العرق أو اللون أو الأصل القومي أو الجنس أو الإعاقة أو السن أو الانتقام

أو الانتقام من نشاط سابق يتعلق بالحقوق المدنية في أي برنامج أو نشاط

أجرتها أو تمويلها وزارة الزراعة الأمريكية.

على الأشخاص ذوي الإعاقة الذين يحتاجون إلى وسائل بديلة

للحصول على معلومات البرنامج (على سبيل المثال، طريقة برايل، الحروف

الكبيرة، لغة الإشارة الأمريكية، الخ)

الاتصال بالوكالة (في الولاية أو المكتب المحلي) حيث تقدموا للحصول على

المستحقات. يمكن للأفراد

الصم أو ضعاف السمع أو الذين يعانون من إعاقات في النطق الاتصال

من خلال Federal Relay Service على 877-8339 (800). بالإضافة إلى ذلك،

قد يتم توفير معلومات البرنامج بلغات أخرى بالإضافة للغة الإنجليزية.

لتقديم شكوى برنامج بشأن التمييز، يرجى تعبئة استمارة الشكوى الخاصة

بوزارة الزراعة الأمريكية

(AD-3027): الموجود على الإنترنت على

http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html وفي أي مكان

مكتب وزارة الزراعة الأمريكية، أو إرسال خطاب موجه إلى وزارة الزراعة الأمريكية وتقديم

في الرسالة جميع المعلومات المطلوبة في الاستمارة. لطلب

نسخة من استمارة الشكوى، يرجى الاتصال على الرقم 632-9992 (866). قم بإرسال

الاستمارة المعبأة أو الرسالة إلى وزارة الزراعة الأمريكية عن طريق

1. عن طريق البريد:

U.S. Department of Agriculture,

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights,

1400 Independence Avenue, SW,

Washington, D.C. 20250-9410

2. عن طريق الفاكس على الرقم

202-690-7442

3. عن طريق البريد الإلكتروني على program.intake@usda.gov

هذه المؤسسة تراعي سياسة تكافؤ الفرص.



MISSISSIPPI
STATE DEPARTMENT OF HEALTH