

أكثر المشاكل الصحية انتشاراً
بين مواليد متلازمة داون

مشاكل الرضاعة و الجهاز الهضمي و متلازمة داون

تأليف د. عبد الرحمن فائز السويد

استشاري الوراثة الإكلينيكية و أمراض الأطفال

مدينة الملك عبد العزيز بالحرس الوطني في الرياض

شارك في الاعداد الأخصائية أمينة دمياطي و منيرة العتيبي

أخصائيات العلاج الوظيفي بمستشفى القوات المسلحة في الرياض

تصميم جرافيكس: م. بلسم مرشد زيدي - الأردن

بسم الله الرحمن الرحيم

تنبيه!

قد تشعر أنك لا تريد أن تسمع أي شيء عن متلازمة داون. إذا كان كذلك قم بحفظ هذا الكتيب في مكان آمن لترجع إليه متى ما سمحت الظروف.

تنبيه!

في هذا الكتيب استخدمنا ضمائر التأنيث و التذكير (كطفلة أو طفل أو هو هي كضمائر) بشكل مستمر و لا يقصد به أن نحدد جنساً معيناً.ولذلك يمكن بسهولة تبديل الضمير ليناسب كلا الجنسين.كما أن الكتيب ليس موجهاً لأحد الأبوين فلذلك روعي أيضاً التبديل في استخدام ضمائر الأبوة بين الأب و الأم.

تنبيه!

لا يجوز الاقتباس من هذه الكتيب أو طباعته أو بيعه من دون إذن خطي من المؤلف.
حقوق الطبع محفوظة.

مشاكل الرضاعة

يمكن لأطفال متلازمة داون الرضاعة بحليب طبيعي أو صناعي مثلهم مثل أي طفل آخر. و نظرا لان أطفال متلازمة داون عرضة لحدوث الالتهابات المتكررة في الجهاز التنفسي و النزلات المعوية فان الرضاعة الطبيعية في هذا الحال مهمة جدا نظرا للحماية الذاتية لحليب الأم للطفل..

تحتاج الرضاعة الطبيعية لأي طفل بما في ذلك أطفال متلازمة داون إلى الكثير من الصبر و الإصرار قد يواجه أطفال متلازمة داون صعوبة في الرضاعة. و لكن معظم الأمهات اللاتي كان لديهن حرص و إصرار على إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية نجحن في ذلك من دون مشاكل تذكر. أن حدوث متلازمة داون لطفلك لا يعني تلقائيا أن طفلك لن يرضع رضاعة طبيعية في بعض الأحيان يعاني الطفل من مشاكل صحية تجعل الرضاعة الطبيعية صعبة أو مستحيلة في البداية. إذا كان الوضع كذلك ولديك الرغبة في أن ترضعي طفلك فعليك إخراج الحليب ووضعه في رضاعة صناعية وإعطائه للطفل إلى أن يتحسن الوضع وتستطيعين أن ترضعيه من ثديك مباشرة و إذا كان في المستشفى فاطلبي قوارير لجمع الحليب و إحضاره لطفلك في المستشفى.

يصادف الكثير من أطفال متلازمة داون صعوبات في التغذية في أول أيام حياتهم فرضاعتهم بطيئة و قوة مصهم ضعيفة سواء من ثدي الأم أو عن طريق الحليب الصناعي، مما قد يسبب لهم سواء تغذية. وتؤدي سوء التغذية إلى نقص الوزن و عدم حصول الطفل علي احتياجاته الغذائية السليمة و المتكاملة، مما يؤدي إلى نقص الكثير من المعادن والفيتامينات وغيرها، فالغذاء المتوازن يحتوي علي جميع ما يحتاجه الطفل و هو متوفر في حليب الأم للأشهر الست الأولى من عمر الطفل.

ما هي أسباب صعوبات التغذية

هناك العديد من الأسباب التي تجعل رضاعة أطفال متلازمة داون في الأيام الأولى من العمر صعبة بعض الشيء و منها ما يلي:

- عدم النضج العصبي للمخ للتحكم و التناسق في عملية المسك و المص و البلع.
- ارتخاء العضلات: كما هو معروف فالرضاعة تحتاج إلى أن تكون عضلات الفم مشدودة للامسك بحلمة الثدي و للمص و لان أطفال متلازمة داون لديهم ارتخاء عام في عضلات الجسم و

- بنسب متفاوتة فان ارتخاء عضلات الفم والبلعوم يسبب ضعف الرضاعة و الإجهاد السريع.
- كثرة النوم و قلة البكاء: يقضي معظم الأطفال وقتهم في النوم، فينام حديثي الولادة إلى أكثر من 18 ساعة يوميا و أطفال متلازمة داون ينامون وقتا أطول من أقرانهم و قد لا يستيقظوا عند الجوع أو يعبروا عنه بالبكاء لذا قد تعتقد الأم عدم حاجة الطفل للرضاعة. عدم بكاء الطفل لا يعني عدم الجوع لذلك على الوالدين الانتباه لهذا الأمر.
- أسباب تشريحية في تخلق الجمجمة منها:
 - عدم انطباق الفم عند المص والبلع.
 - صغر الفك السفلي.
 - صغر حجم الفم.
 - ضعف عضلات البلعوم.
 - عدم التوازن العضلي بين المص والبلع والتنفس.
 - ضيق مجرى التنفس يزداد بتضخم اللحمية واللوزتين.
- عيوب القلب الخلقية: تحدث أمراض القلب الخلقية لنصف أطفال متلازمة داون و هي أنواع متعددة بعضها بسيط قد لا يؤثر على صحة الطفل ورضاعته، والبعض الآخر يؤدي إلى الإجهاد السريع ومن ثم إلى ضعف الرضاعة .
- مشاكل التنفس: تزداد نسبة المشاكل التنفسية لدى أطفال متلازمة داون لأسباب متعددة منها ضيق مجرى الأنف و الحلق وكثرة إنسداده بالإفرازات المخاطية خاصة عند الإصابة بالزكام، وكذلك الالتهابات المتكررة في الجهاز التنفسي ، كل تلك الأسباب تؤدي إلى صعوبة في التنفس وزيادة الإجهاد عند الرضاعة .
- الإمساك: يكثر حدوث الإمساك لدى أطفال متلازمة داون مما يؤدي إلى امتلاء الأحشاء ومن ثم عدم الرغبة في الرضاعة و الأكل و لذلك يجب استشارة الطبيب عند حدوث إمساك للطفل لتقديم العلاج المناسب.

ماذا تعرف عن الرضاعة الطبيعية

إن الرضاعة الطبيعية من الخطوات المهمة والمبكرة في رعاية أطفال متلازمة داون حيث يوفر الحليب الطبيعي أفضل غذاء لجميع الأطفال بما فيهم أطفال متلازمة داون وهو يزيد من الرابطة بين الطفل وأمه و كما هو معلوم فأطفال متلازمة داون لديهم ارتخاء عام في العضلات ومعرضون للالتهابات المتكررة وهذا يجعل الرضاعة الطبيعية أكثر أهمية لهم.

إن عملية الرضاعة تساعد في تقوية عضلات الفم و الشفتين و اللسان والتي هي مهمة في المستقبل

فوائد الرضاعة الطبيعية



لتطور الكلام كما أن المواد المناعية الذاتية و الواقية في الحليب الطبيعي كالأجسام المضادة تقلل من احتمال الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي و النزلات المعوية، كما أن تغيير أوضاع الرضاعة تساعد في نمو التفاعل البصري بين الجزء الأيمن والأيسر من الجسم وقد تأخذ الرضاعة الطبيعية بعض الجهد من الأم ولكن عند نجاح عملية الرضاعة فان الفائدة للطفل قد تنسي الأم جميع المشاق التي عانتها .

إن لبن الأم يوفر للأطفال غذاء مثاليًا يحميهم - بإذن الله - من الإصابة بالأمراض الخطيرة مثل الإسهال، وعدوى الجهاز التنفسي (بما في ذلك الالتهاب الرئوي)، والتهابات الأذن، والجهاز البولي . وليس اللبن فقط هو المهم بل إن الحركات المصاحبة

للرضاعة من الثدي كاحتضان الطفل ومداعبته هي أيضاً لها دور هام في العناية بالطفل، وهي تساهم في نموه البدني والنفسي السليم و النفع لا يقتصر على الطفل وحده بل يعود على الأم أيضاً، فالرضاعة تقلل من خطورة إصابة الأمهات بسرطان الثدي والمبيض، وكذلك أنيميا نقص الحديد، و كسر عظام الحوض .

لذلك احرصي أختي الكريمة على إرضاع طفلك من ثديك خاصة أن أطفال متلازمة داون يحتاجون إلى الحليب الطبيعي أكثر من غيرهم من الأطفال و نحن نعلم أنه قد تصادفك صعوبات في إرضاع طفلك نتيجة لمشاكل المص و البلع و لكن عليك بالصبر و المحاولة و الإصرار و اتباع الإرشادات الموجودة في هذا الكتيب و استشارة الطبيب حتى تنجحي بإذن الله، و اعلمي أن أهم أسباب الفشل هي عدم إصرار و حماس الأم و اعتقادها أن الحليب الصناعي كافي للطفل و هذا بالتأكيد غير صحيح إطلاقاً.

ما هو علاج مشكلات الرضاعة

من المعروف أن جميع الأطفال يولدون و لديهم غرائز مكتملة للحياة و للتغذية بشكل خاص، هذه الغرائز تسمى طبيياً "ردات الفعل العصبية"، كردة فعل المص و تحريك الفم عند لمسه و الالتفات و غيرها . وهي ردادات فعل قوية عند حديثي الولادة ولكنها ضعيفة إلى حد ما عند أطفال متلازمة داون و الأطفال الخدج وقد تفيد عملية التنشيط و التحفيز العصبي لتنمية هذه الردات، كعملية تدليك الخدين أو لمس الشفتين و قد يكون كثير من النصائح التي سوف نوردتها لحل كثير من مشاكل

الرضاعة هي لتنشيط هذه الغرائز و تنميتها.

عند محاولاتك لعلاج مشاكل الرضاعة لطفلك عليك دائماً المحاولة قدر الإمكان في استكشاف طبيعة المشكلة التي يعانيها طفلك في الرضاعة و هي في العادة واحدة أو أكثر من الصعوبات التالية :

• صعوبات مسك الحلمة أو الرضاعة.

• صعوبات المص.

• صعوبات البلع.

و الاقتراحات التالية قد تفيد في تجاوز بعض من هذه المشاكل و الصعوبات، حاولي أن تجربيها و تنظري أيها كان مناسباً لك و لطفلك كما يجب التنبيه أن التحسن قد لا يكون تحسناً ملحوظاً و لكن مع الوقت سوف تجددين تحسن مطرد بإذن الله، و لكن لا تترددي و لا تنتظري كثيراً في زيارة طبيبك عند عدم نجاحك في الرضاعة لفحص طفلك و مناقشة المشكلة.

اختيار الوقت المناسب للرضاعة



حاولي أن تتعرفي على المظاهر الخارجية لطفلك لتعرفي أنه استيقظ من النوم (بحركة عينيه خلف جفونه وحركة فمه وبقية جسمه) قد يكون طفلك كثير النوم ولذلك قد تحتاجين إلى إيقاظه للرضاعة كما قد تحتاجين إلى تنشيطه وتحفيزه كي يستمر مستيقظاً خلال الرضاعة. كما هو معروف فإن الأطفال يرضعون بشكل أفضل كلما كانوا نشيطين وجائعين من غير بكاء، وإذا تعدى نوم الطفل أكثر من 3 إلى 4 ساعات فقد يكون من المناسب إيقاظه كي يرضع وإليك بعض النصائح لإيقاظ الطفل :

1. أرخي اللقافة التي حول الطفل وارفعي عنه البطانية التي تغطيه وحركيه وتحديثي إليه .

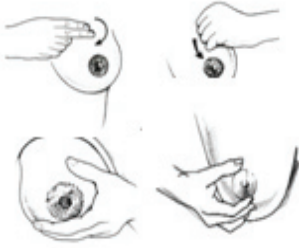
2. غيري له حفاظه ودلكي باطن قدميه.

3. ضعي الطفل بين يديك وقدميه على جانبي وسطك حيث تكون كل قدم في جهة ويديك خلف رأسه وظهره ووجهه مقابل لوجهك وارفعيه ونزليه وهو في هذا الوضع وتحديثي إليه و أعيدي هذه الحركات إلى أن يستيقظ

4. لتحافظي على استيقاظ الطفل خلال الرضاعة انقلبه من ثدي إلى آخر لعدة مرات.

5. عليك التنبيه إلى أن بعض الأطفال لا يرضعون بشكل جيد إذا اوقفوا من نومهم ففي هذه الحالة انتظري إلى أن يستيقظ بنفسه لكي تنجحي في إرضاعه .

قبل البدء في الرضاعة



قد يكون مناسباً أن تستحني ثدييك بإفراز الحليب قبل البدء بالرضاعة لكي يخفف من الجهد الذي يحتاجه طفلك لإخراج الحليب و ذلك بإجراء مساج لطيف لثديك باتجاه الحلمة مع تحريك الحلمة بين أصابع السبابة والإبهام.

التشويق والاستثارة للرضاعة

كما ذكرنا سابقاً فأطفال متلازمة داون يعانون من ارتخاء عام في العضلات بما في ذلك عضلات الشفة و اللسان والخدين و لذلك فهم يعانون من ضعف في وضع الشفة على حلمة الثدي مما قد يسبب ضعفاً في المص، كما قد تكون استجاباتهم أضعف عن بقية الأطفال ، والتطور لديهم في المص أقل، لذلك فهم يحتاجون للاستثارة قبل و خلال الرضاعة و للقيام بذلك إليك بعض النصائح والتمارين التي نقترح عليك القيام بها عدة مرات يومياً خاصة قبل الرضاعة:

- تأكدي من أن طفلك مستيقظ و واعي.
- نظفي يديك ثم ضعي طفلك بين يديك ودلكي شفثيه و خديه ولسأنه بإصبعك لاستثارة حواسه وتشجيعه على المص.
- اعلمي حلقة بأصابعك حول شفثي الطفل بوضع سبابتك فوق شفثه العليا و الإبهام تحت الشفة السفلى على شكل حلقة مع تحريكهما إلى أعلى و أسفل يمكن القيام بذلك أيضاً و فم الطفل على الثدي.
- ادخلي إصبعك الصغير في فمه و امسي سقف حلقة ولسأنه وباطن خديه واسحبي إصبعك إلى الداخل والى الخارج لتحفيزه على المص.
- يمكنك أن تلمسي خده المواجه لصدرك لتشجعي الطفل للالتفات تجاه حلمة صدرك.
- من المفيد وضع بعض نقاط الحليب علي شفثيه ولسأنه لجذب الطفل و تحببيه وتشويقه للرضاعة.



أوضاع الرضاعة

من المهم أن يكون الطفل في وضع مناسب لكي تنجح عملية الرضاعة خاصة عندما يكون لدى الطفل مشكلة صحية.



الوضع الصحيح والمريح للطفل يقلل من الجهد الذي يحتاجه ليحافظ على وضعه ولكي يمسك ويمص ويبلع، فعلى سبيل المثال تثبيتك لرقبة الطفل ورأسه يساعده في الحفاظ على طاقته وتركيزه على المص والبلع كذلك امسالك برأسه و جعل فمه قريب من حلمة الصدر بشكل متواصل، ما عليك إلا أن تجري وتغيري و تبدي أوضاع الرضاعة حتى تجدي الوضع المناسب والمريح والناجح لطفلك.



يمكنك أن تحملي الطفل بطريقة يكون ثديك أعلى من فم الطفل وذلك بحنى جذعك إلى الأمام مع وضع وسادة تحت الطفل(الصورة العلوية)، وهذه الوضعية تساعد من لديه صعوبة في المص خاصة الذين لديهم ارتخاء في العضلات بنزول الحليب تلقائياً في فم الطفل. كما يمكن حملة بطريقة معاكسة بشكل كامل حيث يكون رأس الطفل في مستوى الثدي أو أعلى منه قليلاً وذلك بوضع وسادة تحته أو حملة بشكل شبه قائم (الصورة الوسطى و السفلية) باستخدام حامل والإمساك برأسه بإحدى اليدين والأخرى على مقعدته، واليك بعض الأوضاع الأخرى التي يمكنك أن تجربيها:

وضعية الإمساك بالكرة

يمكن استخدام مسكة الكرة حيث تكون قدمي الطفل ومقعدته على جنبك الأيمن وموجهة إلى الخلف وتمسكين بيدك اليمنى برأسه وجزء من ظهره من الخلف وتثبيتي رأسه و تدفيعه إلى ثديك الأيمن. وتضعين يدك اليسرى تحت ثديك الأيمن لتثبيته باستخدام ثلاثة أصابع و استخدمي إصبع السبابة لدفع ذقن الطفل من أسفل إلى أعلى والإبهام فوق شفته العليا على شكل حلقة حول فمه لتساعده في الإمساك (الأطباق) على الحلمة. يمكنك وضع وسادة أو أكثر تحت الطفل لتساعدك في رفعه والتحكم في وضعية جسمه، هذه الوضعية مفيدة للأطفال صغيري الحجم و الذين لديهم رخاوة في العضلات و الخدج والنساء اللاتي لديهن غزارة في كمية الحليب.



وضعية الحضن



ضعي رأس طفلك على ساعدك الأيمن بحيث يكون رأسه في زاوية مفصل الكوع ويدك اليمنى ممتدة على طول ظهره وممسكة بمقعدته أو فخذه وفمه على ثديك الأيمن (الصورة العلوية) مع الانتباه إلى وضعية جسم الطفل إلى جسمك على أن يكون جسم الطفل ووجهه بالكامل مواجه لك ويكون رأسه بوضع مستقيم مع جسمه من دون تقوس أو انحناء. يمكن استعمال يدك الأخرى (الصورة السفلية) لتثبيت ثديك والإمساك بالفك السفلي للطفل بالسبابة وشفته العليا بالإبهام.

وضعية الاستلقاء على الجنب مع الحضن



وهي تشابه الطريقة السابقة عدا أن الأم تكون مستلقية على جنبها الأيمن والطفل بجانبها وفمه على ثديها الأيمن ويد الأم اليمنى ممتدة على طول ظهر الطفل وممسكة بمقعدته و تستخدم يدها اليسرى للإمساك بالثدي. هذه الوضعية تناسب الأم عند النوم وعندما تكون غير مرتاحة في الجلوس خاصة للنساء اللاتي أجرين عملية قيصرية.

وضعية الاستلقاء على الجنب مع الحضن باليد الأخرى



و يمكن استخدام هذه الطريقة بينما الأم في وضع الجلوس كما في الوضعية الأولى (وضعية الحضن) أو مستلقية على جنبها كما في الوضعية الثانية (الاستلقاء مع الحضن). فإذا كانت الأم جالسة يوضع الطفل على وسادة فوق الفخذين وفم الطفل على الثدي الأيسر والأم

ممسكة بيدها اليمنى برأس الطفل من الخلف وجزء من ظهره وإذا كانت الأم مستلقية على جنبها الأيمن فأنها تضع فم الطفل على ثديها الأيمن وممسكة برأسه ورقبته من الخلف بيدها اليسرى مما يعطيها القدرة على التحكم برأس الطفل خاصة الأطفال الذين لديهم صعوبة بمسك الحلمة والمص.

مسك الحلمة



- لكي تكون الرضاعة فعالة يجب أن تكون كامل الحلمة وجزء من الهالة التي حول الحلمة داخل فم الطفل. يمكنك مساعدة الطفل بفتح فمه (شفثيه) و وضعهما حول الحلمة فعندما يحاول إمساك الحلمة اضغطي على الذقن (الفك السفلي) إلى أسفل لكي يفتح فمه بشكل أكبر. و عليك الانتباه إلى وجود اللسان تحت الحلمة و سوف تلاحظين أن أطراف الشفتين تخرج (تنقلب) إلى الخارج عند المص. يمكنك إخراج الحلمة من فم الطفل عن طريق وضع إصبعك في إحدى جانبي فمه لكي يفتحه. هذه الطريقة مهمة لحماية حلمة ثديك من التشقق والالتهاب.



- قومي بتدليك الخدين باتجاه الشفتين أو من عند الذقن إلى أعلى وكذلك من أسفل الأنف تجاه الشفتين وهذا يساعد أيضاً علي تقوية الأوتار في تلك العضلات و أيضاً قومي بدفع الحليب بيدك باتجاه فم الطفل و عندما يدرك الطفل ويمسك بالحلمة حاولي إغلاق فم الطفل بيدك و ذلك بوضع إصبع سبابتك تحت ذقنه و إبهامك على شفثه العليا مع الضغط بهما إلى الداخل كما بينا ذلك في وضعيه إمساك الكرة.

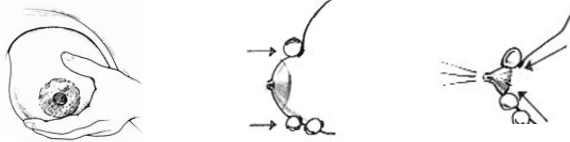


المص و البلع

يتم تشجيع عملية البلع لطفلك بالتدليك تحت الذقن من أعلى إلى أسفل بإصبعك (أو أسفل الحلق). فإذا كانت السبابة تحت ذقن الطفل فيتم تحريكها على طول الرقبة من أعلى إلى أسفل باتجاه الصدر.



- إذا لم يتدفق الحليب بسهولة عند البدء بالرضاعة فمن المستحسن في البداية إخراج بعض الحليب بيدك ليتدفق الحليب بعدها من دون إجهاد الطفل بالمص المتواصل عند الرضاعة و هذا قد يوفر له بعض الجهد لكي يمص بسهولة.
- إذا كان الحليب يتدفق بشكل كبير قد يكون من المفيد التخلص منه قبل الاستمرار في الرضاعة لكي لا يربك الطفل و ليسهل عليه البلع علما أن آخر الحليب أكثر احتواء على الدهون من أوله ولذلك ليس هناك قلق من كمية الحليب التي تخلصت منها.
- إذا كان المولود لديه ضعف أو عدم تناسق في المص جربي وضعه في كرسي هزاز وزوديه بدعم إضافي للذقن أثناء الإرضاع.
- الرضاعة في مكان هادئ لا يوجد فيه الكثير من الإزعاج قد تفيد الطفل الذي يتأثر بسرعة من الأجواء المحيطة به.



كيف اعرف كمية الحليب

عملية إدرار الحليب تعتمد على مبدأ الحاجة والطلب. فالرضاعة المتكررة والمستمرة تساعد في حث الغدة النخامية لإنتاج المزيد من الحليب وبالتالي توفير الكمية الكافية لإرضاع الطفل. والعكس صحيح فعدم وضع الطفل على الثدي بشكل متكرر يقلل تحفيز إدرار الحليب وبالتالي تقل الكمية، وإذا كان طفلك لا يستطيع الرضاعة من الثدي مباشرة أو كمية الحليب أكثر مما يحتاج ننصح بإخراج كمية منه ووضعه في قوارير وتجميده في الثلاجة حتى الحاجة إليها.

يتساءل الكثير من النساء عن كيفية معرفة أن الطفل يأخذ كفايته من الحليب ، و للإجابة على هذا السؤال عليك ملاحظة ما يلي:

- إذا كان وزن طفلك يزداد بشكل مضطرب فهذا علامة على أنه ينمو و أنه يأخذ كفايته من الغذاء.

- يجب أن يرضع طفلك كل ساعتين إلى ثلاث ساعات (8 إلى 12 مره يوميًا)، راقبي الجدول التالي لمعرفة كمية الحليب عن طريق كمية التبول والتبرز للطفل خلال الأسبوع الأول بعد الولادة.

العمر	عدد مرات التبول في اليوم	لون البراز	عدد مرات التبرز خلال اليوم
اليوم الأول	1	أسود مائل للخضرة	يظهر خلال 24 ساعة
اليوم الثاني	2	يتحول البراز إلى الأخضر ويكون طري	من مرة إلى مرتين
اليوم الثالث	3	يتحول البراز إلى الأخضر ويكون طري	من مرتين إلى أربع
اليوم الرابع	4	يتحول البراز إلى الأخضر ويكون طري	من 3 إلى 5 مرات
اليوم الخامس	5	أصفر طري	من 3 إلى 5 مرات

تنبيهات

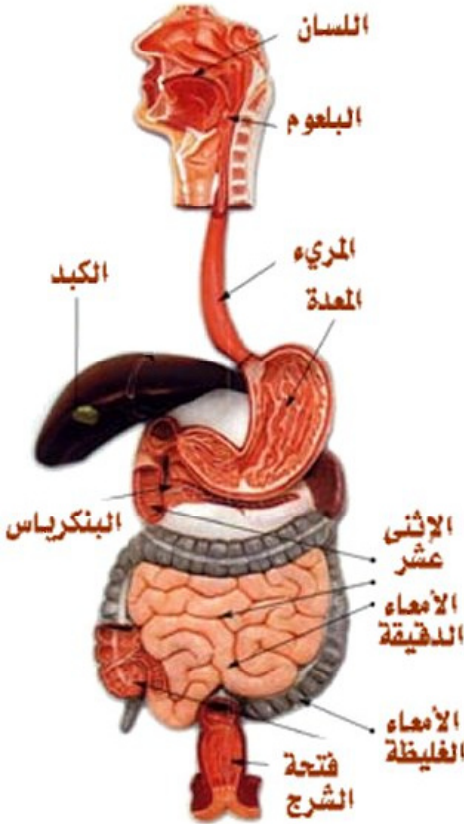
- لا تجعلي مقولة العوام الخاطئة بأن الرضاعة الطبيعية مضرّة و فاشلة لأطفال متلازمة داون تقلل من حماسك و إصرارك بإرضاع طفلك وقد تكون الطريقة الوحيدة للتأكد من عدم صحة هذه المقولة هي محاولة إرضاع الطفل من ثديك. قد يتعب الطفل بشكل سريع خلال الرضاعة خاصة عندما يكون لديه مشكلة في القلب لذلك قد يكون من المستحسن إرضاع الطفل بكميات قليلة ولكن لفترات متقاربة و عديدة وهذا يساعد على استمرار ثديك في إنتاج حليب بشكل مستمر.
- أطفال متلازمة داون لديهم ارتخاء في العضلات ولذلك فهم معرضون لصعوبات و ضعف للإمساك بحلمة الثدي كما قد يعانون من صعوبات في المص و البلع نتيجة لعدم توافق حركة عضلات الفم والحلق عند البلع والتنفس ولذلك تكثر لديهم الكحة و الشرفة أثناء الرضاعة كما أنهم يتعبون و يُجهدون بسرعة عند قيامهم بأي مجهود ولكن كل هذا الجهد ينمي ويقوي عضلاتهم.

- إذا كنت تغذين طفلك عن طريق الرضاعة الصناعية فربما قد تحتاجين لتجربه أنواع مختلفة من الحلمات أو الرضاعات إلى أن تجدي ما يناسب طفلك. لقد صممت بعض الرضاعات لتشبه حلمة الأم و يكون تدفق الحليب منها سهلا و يمكن جعل فتحة الحلمة أوسع من المعتاد و هذا يقلل من الجهد الذي يحتاجه الطفل عند المص و لكن لا تجعلي الفتحة واسعة جدا فيكثر الحليب المتدفق من الرضاعة مما يربكه.
- عند استخدام الرضاعة الصناعية احرصي على مسك الرضاعة بنفسك و عدم تركها في فم الطفل من دون مراقبة لكي لا يختنق الطفل.
- عند اضطرارك لاستخدام الرضاعة الصناعية احرصي على استشارة طبيبك لمساعدتك في اختيار الحليب المناسب.
- إن عملية المص و البلع تمرن وتقوي عضلات الوجه والتي تكون هامه جداً في المستقبل لعملية الكلام.
- لاشك أن إرضاع الطفل يأخذ جزء طويلا من حياتك كأم بغض النظر عن نوع الرضاعة التي تستخدمين، لذلك ننصحك بالاهتمام بصحتك في جميع الأوقات. عليك اختيار المكان المريح والوضع المناسب عند الرضاعة. وعند تزايد الزوار والأقارب ورنين الهاتف حاولي أن تتفادي تلك الأوضاع خاصة عند حلول وقت الرضاعة، و ذلك عن طريق الانتقال إلى غرفة خاصة. كما ننصحك بعدم التردد في قبول من يعرض عليك المساعدة في الأعمال المنزلية من أقاربك أو أصدائك أو العاملة المنزلية لكي تتمكني من الاسترخاء وتحمل عبء رعاية طفلك الجديد.
- أخيرا نؤكد عليك مرة أخرى أن الرضاعة الطبيعية من أهم طرق رعاية أطفال متلازمة داون لوقايتهم بإذن الله من كثير من الأمراض فاستعيني بالله و استمري في المحاولة و الله معك .

الجزء الثاني

مشاكل الجهاز الهضمي

لاشك أن أطفال متلازمة داون معرضون أكثر من غيرهم للإصابة بمشاكل صحية في الجهاز الهضمي والقلب، ولذلك يقوم الأطباء بفحص و متابعة هؤلاء الأطفال لاكتشاف هذه المشاكل ومعالجتها بشكل سريع وفعال. ليس بالضرورة أن يعاني جميع أطفال متلازمة داون بمشاكل في الجهاز الهضمي أو في القلب كما أن الإصابة قد تتفاقم شدتها بين طفل وآخر و قد لا يستدعي الأمر أكثر من المتابعة و التقيد بمخطط علاجي معين.



يقوم الجهاز الهضمي كما هو معلوم بعملية التغذية والهضم والامتصاص للغذاء ويبدأ من الفم ثم يمر بالمريء والمعدة والأمعاء الدقيقة والغليظة وينتهي بفتحة الشرج، كما يعتبر البنكرياس والكبد من أعضاء الجهاز الهضمي حيث يقومان بأعمال هضم الطعام والتعامل معه بعد الامتصاص.

تختلف المشاكل الصحية التي قد تواجه أطفال متلازمة داون بشكل كبير، ولكن يمكن تقسيمها إلى قسمين رئيسيين:

1. المشاكل الوظيفية
2. المشاكل الخلقية

إن أكثر المشاكل الوظيفية حدوثاً هي ما يلي:

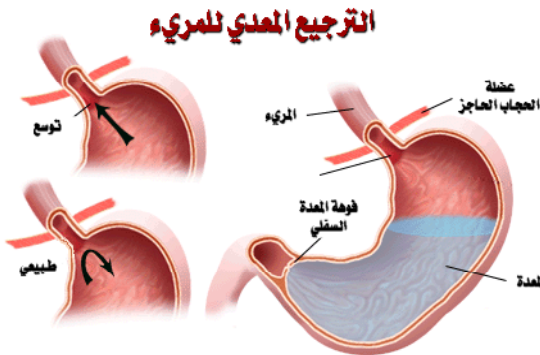
ضعف الرضاعة

جميع أطفال متلازمة داون لديهم ارتخاء في العضلات وهذا ينعكس سلباً على قدرة الطفل على الإمساك بحلمة الثدي أو حلمة الرضاعة الصناعية مع ضعف في قدرتهم على المص مع زيادة قابليتهم للتعب والإجهاد عند الرضاعة، و تتضاعف المشكلة إذا كان الطفل يعاني من مشكلة في القلب، إن للرضاعة الطبيعية فوائد عديدة كما ذكرنا سابقاً فبالإضافة إلى أنها الأنسب والأكثر ملاءمة للطفل فهي غنية بالمواد الغذائية التي لا تتوفر بالحليب الصناعي، كما أثبتت البحوث العلمية الحديثة أن ذكاء الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية أعلى ذكاءً من أقرانهم الذين يرضعون الحليب الصناعي، كما تقوم بحماية الطفل إلى حد كبير من الالتهابات التنفسية والتي تكثر في أطفال متلازمة داون وتقلل من احتمال الإصابة بأمراض الحساسية المختلفة، لذا يجب الحرص على إرضاع الطفل طبيعياً والمحاولة والصبر حتى تنجح في هذه المهمة ونصحك باتباع الإرشادات السابقة لحل المشاكل المتعلقة بالرضاعة.

الترجيع المعدي للمريء

إن أكثر المشكلات شيوعاً بعد مشاكل الرضاعة هي الترجيع المعدي للمريء، وهذه المشكلة ليست خاصة بأطفال متلازمة داون بل هي أيضاً شائعة جداً في الأطفال العاديين، وهي تنتج عن توسع فوهة المعدة العلوية المتصلة بالمريء والتي تحيط بها عضلة تعمل كصمام يسمح بنزول الطعام

إلى المعدة ويمنع رجوعه للمريء، ومن أشهر أعراض هذه المشكلة هو الترجيع والقيء خاصة بعد الرضاعة. تتفاوت شدة الترجيع حسب كميات وعدد مرات القيء و الترجيع، فكلما قلت عدد المرات و كمية القيء كانت المشكلة سهلة و العكس صحيح. كما أن رجوع الحليب أو الطعام



من المعدة إلى المريء و وصوله إلى البلعوم و الفم قد يسمح بدخوله إلى مجرى التنفس (الحنجرة) ثم إلى الرئتين فيؤدي إلى التهاب الصدر و الذي يظهر على شكل التهابات رئوية متكررة. يمكن الرجوع إلى موضوع الترجيع المعدي للمريء لمعرفة التفاصيل و هو متوفر في صفحة متلازمة داون في موقع الوراثة الطبية www.werathah.com

الإمساك

تعتبر ارتخاء العضلات من السمات الواضحة لأطفال متلازمة داون، و بما أن الأمعاء الدقيقة و الغليظة مغطاة بطبقة من العضلات التي تساعد في انقباضها و تحريك الطعام و الفضلات خلال مروره عبر الأمعاء، فإن ارتخاء عضلات الأمعاء في حالة متلازمة داون يؤدي إلى بطء في حركة الفضلات و بالتالي تقل عدد مرات التبرز الأسبوعية و في بعض الحالات تكون مصحوبة بإمساك و يكون البراز في العادة غليظاً و جافاً و مؤملاً، في هذه الحالة يجب علاج المشكلة باختيار الأطعمة الغنية بالألياف و استعمال المليينات تحت الإشراف الطبي بعد التأكد من عدم وجود عيوب خلقية في الأمعاء كمرض هيرشبرونج، و إذا كان الطفل منذ الولادة لا يعاني من أي مشكله في التبرز و لكن مع مرور الوقت ظهرت عليه أعراض الإمساك بشكل غير متوقع فإنه على الطبيب التأكد أن السبب ليس بسبب انخفاض هرمون الغدة الدرقية و الذي يكون في العادة مصحوب بزيادة غير متوقعة في الوزن و خمول متزايد و عدم تحمل الجو البارد. إن تعويد الطفل على الغذاء الصحي من الأمور التي يجب التركيز عليها منذ الصغر لكي يتفادى حدوث الإمساك و مشاكل التغذية بشكل عام.

يمكن الرجوع إلى موضوع الإمساك لمعرفة المزيد من التفاصيل و هي متوفرة في صفحة متلازمة داون في موقع الوراثة الطبية www.werathah.com

ماذا عن المشاكل الخلقية

انسداد المريء



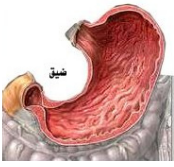
إن أكثر المشاكل الخلقية حدوثاً ما يلي:

انسداد المريء

تزيد احتماليه حدوث انسداد المريء لأطفال متلازمة داون مقارنة بالأطفال العاديين و هي تكون واضحة بأعراضها خلال ٢٤ ساعة من الولادة ويستطيع الطبيب اكتشافها عن طريق وضع أنبوب من خلال الأنف إلى المعدة، ومن

أعراضه القيء المتصل منذ الولادة، مع مشاكل في التنفس، كما قد يكون هذا الانسداد مصحوباً بوجود قناة زائدة موصلة بين المريء و القصبه الهوائية مما يؤدي إلى التهابات متكررة في الرئتين.

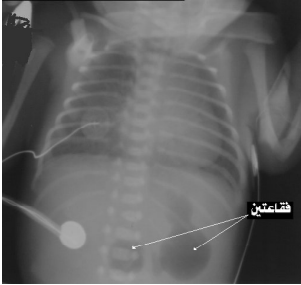
ضيق فوهة المعدة السفلي



ضيق فوهة المعدة السفلي

تحدث هذه المشكلة نتيجة لتضخم العضلة المحيطة بفوهة المعدة السفلى وهي تظهر على شكل قيء شديد خلال أو بعد الرضاعة مباشرة وقد يكون القيء بكامل الرضاعة وقد يندفع بشكل قوي خارج الفم، وهو في العادة يحدث بين الشهر الأول إلى الشهر الرابع من العمر و يشخص عن طريق الأشعة الصوتية أو الأشعة البغية للمعدة و يعالج عن طريق عملية جراحية بسيطة.

ضيق أو انسداد الإثنى عشر



الإثنى عشر هو الجزء الأول من الأمعاء الدقيقة والمتصل من أعلى بالمعدة. عند وجود انسداد أو تضيق في الإثنى عشر فإن الأعراض أيضا تظهر خلال الأيام الأولى من العمر على شكل قيء متصل ومتزايد ويمكن تشخيصه عن طريق الأشعة السينية للبطن، ويعالج جراحياً بإزالة الانسداد أو توسيع المجرى كما قد تكون هذه المشكلة مصحوبة بتخلف البنكرياس حول الإثنى عشر وهذا أيضا يعالج جراحياً.

مرض هيرشبرونج



مرض هيرشبرونج (عدم تخلق العقد العصبية في الأمعاء)

يوجد على طول الأمعاء الغليظة خلايا وعقد عصبية تساعد في انقباض و انبساط وتحرك الأمعاء وهي تخلق في الأمعاء ابتداء من أعلى الأمعاء وتنزل إلى أن تصل إلى المستقيم وفتحة الشرج. في حالة عدم تخلق هذه العقد فان المرض يسمى بمرض هيرشبرونج، وقد تكون الإصابة في جزء قصير في نهاية الأمعاء (المستقيم أكثر عرضة للإصابة) أو تكون طويلة وقد تصل إلى جزء كبير من الأمعاء

الغليظة. إن أعراض هذا المرض تبدأ بتأخر وقت التبرز بعد الولادة مع إمساك مستمر. من المعروف أن ٩٠٪ من الأطفال يتبرز خلال ٢٤ - ٤٨ ساعة بعد الولادة ولذلك لو تأخر طفلك عن التبرز خلال هذه الفترة فيجب استشارة الطبيب للتأكد من عدم إصابته بهذا المرض . كما قد تكون الأعراض أقل وضوحاً وقد تكون على شكل إمساك مزمن. يمكن تشخيص الإصابة عن طريق إجراء الأشعة الصبغية للأمعاء الغليظة ويتم علاج هذه المشكلة جراحياً.

عدم تخلق أو تضيق فتحة الشرج

قد يولد طفل متلازمة داون بدون فتحة شرج خارجية أو قد تكون ضيقة وتحتاج إلى توسيع . يستطيع الطبيب بسهولة اكتشاف المشكلة وهي في العادة تعالج جراحياً خلال الأيام الأولى من العمر.



عبد الرحمن فائز السويد استشاري الوراثة الإكلينيكية و طب الأطفال بمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية. من مواليد مدينة الرياض عام ١٣٨٤ هـ الموافق ١٩٦٤ م. متزوج و أب لأربع من البنات الجميلات و ابن شاب من ذوي الاحتياجات الخاصة ذو خلق و كرم متميز.

الحياة العلمية و المؤهلات

- تخرج من كلية الطب البشري بجامعة الملك سعود بالرياض عام ١٤٠٧ هـ/١٩٨٧ م، عمل و تدرب في قسم طب الأطفال مستشفى القوات المسلحة بالرياض منذ ذلك التاريخ حتى انتقل إلى مدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني بالرياض عام ١٤٢٦ هـ/٢٠٠٥ م
- زمالة الكلية الملكية البريطانية لطب الأطفال عام ١٤١٢ هـ/١٩٩٢ م
- زمالة الكلية الكندية للوراثة الطبية عام ١٤١٨ هـ/١٩٩٨ م
- زمالة الكلية الأمريكية للوراثة الطبية عام ١٤١٩ هـ/١٩٩٩ م

الاهتمامات

- الإرشاد الوراثي الطبي للمرضى و الأسر المهتمة بالأمراض الوراثية و العيوب الخلقية بجميع أنواعها قبل الزواج و خلال الحمل و بعد الولادة
- التوعية الصحية الوراثية لكل أفراد المجتمع على امتداد العالم العربي
- اعداد التصاميم و التطبيقات الحاسوبية و الجرافيكس لدعم التوعية الصحية الفعالة بكل أشكالها
- الاهتمام بالتخطيط الاستراتيجي الطبي و قواعد البيانات و مشاريع التسجيل الإحصائي لمرضى الوراثة و العيوب الخلقية لمعرفة مدى انتشارها و تغييرها مع برامج التوعية و الظروف المناخية و الصحية
- الاهتمام بالعمل الخيري التطوعي بالأساليب الحديثة

