

مادر و کودک

مراحل راه افتادن

حالا که فرزندتان می تواند بنشیند شروع به حرکت دادن خود می نماید. در این بخش مراحل این حرکت را برایتان شرح می دهیم:

وقتی کودک می تواند به تنهایی و بدون کمک بنشیند شروع به حرکت نیز می کند. نخستین حرکتی که می کند سینه خیز رفتن یا کشیدن خود روی شکم است.

سپس گذاشتن یک پا به جلو و کشیدن پای دیگر است یا ترکیبی از این موارد روی شکم، باسن یا پشت است. بیشتر کودکان پس از گذشت چند هفته با این حرکات می توانند چهار دست و پا راه بروند. البته به طور کلی زمان چهار دست و پا راه رفتن کودکان حدود ۸ ماهگی است، اما برخی از ۶ ماهگی به بعد آن را شروع می کنند.

اگر فرزندتان تا ۸ ماهگی هم چهار دست و پا راه نرفت اصلا نگران نباشید، زیرا برخی از کودکان این مرحله را دیر شروع می کنند، اما به سرعت و یکدفعه بلند شده و راه می روند.

لازم به ذکر است که چهار دست و پا راه رفتن لزوماً مرحله قبل از راه رفتن نیست و به عنوان بخشی از فرآیند ضروری رشد تلقی نمی شود. پس اگر فرزندتان دیر این کار را انجام داد یا اصلا نداد نگران نباشید.

در ضمن اگر فرزندتان در چهار دست و پا راه رفتن به جای حرکت به جلو به سمت عقب رفت هم جای نگرانی نیست، زیرا بخش فوقانی بدن او بهتر از بخش تحتانی اش عمل می کند، اما به زودی یاد می گیرد که به جهات دیگر هم برود.

برای این که کودک را تشویق کنید تا چهار دست و پا راه برود به او فضای زیادی بدهید و بگذارید تا محیط اطرافش را کشف کند. اگر به خارج از منزل می روید زانوهایش را ببوشانید حتی در تابستان نیز شلوار نخی بلند تنش کنید تا پوست زانوهای در اثر کشش روی زمین حساس نشود.

منزل را تمیز کنید، اما نگران کثیف شدن او نباشید، زیرا مقدار کمی گرد و غبار آسیبی به او نمی رساند.

در ضمن نیازی نیست تا او را در وضعیتی قرار دهید که چهار دست و پا راه برود.

او می تواند از حالت نشسته خودش را حرکت داده و به سمت جلو و روی شکم قرار بگیرد و حرکت کند.

به یاد داشته باشید که انگیزه اصلی او برای چهار دست و پا راه رفتن رسیدن به چیزهایی است که قبلا دست او به آنها نرسیده است و این موارد ممکن است شامل اسباب بازی جدید یا هر شیء مورد نظر باشد.

پس محیط را امن کنید اما در فواصل معین برایش اسباب بازی یا چیزی که توجهش را جلب کند قرار دهید، او خود برای رسیدن به آنها راه می افتد.

فقط مراقب باشید، اسباب بازی هایی که کوچک هستند یا تکه هایی از آنها جدا می شود می تواند خطرناک باشد، زیرا کودک در این مرحله عادت دارد همه چیز را به دهان ببرد و ممکن است با جدا شدن بخشی از اسباب بازی های ساختنی دچار خفگی شود.

در ضمن او را در راه رفتن راحت بگذارید اما گاهی اوقات که نیاز دارد با گرفتن دست او به وی کمک کنید.



تب و تشنج

فرهاد طالبیان

تب تشنج عبارت است از اختلال موقتی در مغز، این اختلال دو عملکرد و خصوصیت دارد، به صورت ناگهانی آغاز می شود و غیر ارادی و غیر قابل کنترل است. در سنین ۶ ماه تا ۵ سالگی مغز کودکان به افزایش درجه حرارت بدن حساس است در نتیجه حدود ۴ درصد کودکان در این سنین با تب های شدید (بیش از ۳۸ درجه) دچار تشنج می شوند. اکثریت این کودکان بعد از ۵ سالگی دچار تشنج نمی شوند. شایع ترین سن برای تشنج ناشی از تب ۱۸-۱۴ ماهگی است و زمان آن از چند ثانیه تا ۱۰ دقیقه طول می کشد. تب و تشنجی که در سنین شیرخوارگی تا ۵ سالگی مشاهده می شود و دفعات تکرار آن حداکثر تا ۳ مرتبه است زمینه ارثی و ژنتیکی دارد.

دکتر علی اکبر مومن، متخصص بیماری های کودکان می گوید: تشنجات ناشی از تب خوش خیم ترین تشنجات است. هنگام مواجه شدن با تشنج مهم ترین نکته حفظ خونسردی و دقت در نفس های کودک است.

به گفته او هنگام بروز تشنج باید با گذاشتن یک شیء نرم لایه لای دندان های کودک مانع از قفل شدن دهان کودک شد. والدین باید کودک را روی سطح صاف قرار دهند و هنگامی که ترشحات خروجی از دهان زیاد است سر کودک را به یک سمت خم کنند تا از بسته شدن راه تنفسی جلوگیری شود.

در این هنگام یک زیرانداز نرم زیر سر کودک گذاشته شود تا از خراشیدگی، ساییدگی و ضربه به سر جلوگیری شود.

این متخصص بیماری های کودکان ادامه می دهد: به منظور جلوگیری از آسیب رساندن کودک متشنج باید اجسام و ظروف شیشه ای را از او دور و برای راحتی در تنفس تن کودک را از لباس ها آزاد کرد. در صورت قطع تنفس انجام تنفس دهان به دهان ضرورت دارد و سریعاً به یک مرکز درمانی رسانده شود.

مومن با اشاره به این که والدین باید مساله تشنج را جدی بگیرند، تصریح می کند: برای درمان تشنج از آمپول های عضله ای دیازپام و برای تشخیص علت

تشنج

آن از نوار مغز استفاده می شود.

به منظور کاهش تب نباید کودک را زیر آب سرد گرفت بلکه باید کودک را زیر آب ولرم باشویه کرد. خوراندن مایعات فراوان به این کودکان به علت افزایش دفع مایعات لازم است.

برای کاهش تب در این کودکان از استامینوفن، ایبوپروفن استفاده می شود و لازم به ذکر است که والدین باید از خوددرمانی پرهیز کنند.

متخصصان تشنج را یکی از عوارض همراه تب اعلام می کنند و پایین نگهداشتن تب را عامل

بهبود تشنج می دانند.

به هنگام تشنج کودک بهتر است، کودک را به پهلو خوابانده، دکمه های لباس او را باز کرده و از در آغوش گرفتن کودک خودداری کنید

پیشگیری از بروز تشنج می دانند. تب توسط عوامل تب زای داخلی و خارجی که در واکنش به بیماری ها در بدن تولید می شود، با تحریک مرکز حرارت بدن در مغز ایجاد می شود.

شدت تب وابسته به عکس العمل فرد در مقابل بیماری هاست که به صورت تب خفیف، متوسط و شدید بروز می کند.

تب می تواند به علت سایر بیماری ها از جمله بدخیمی ها، بیماری های روماتیسمی نیز بروز کند و شدت تب در دوران نوزادی (قبل از یک ماهگی) و در سن کهنلت معمولاً پایین تر است ولی در دوران کودکی و میانسالی شدت بیشتری دارد.

عامل تشدیدکننده تب کم آبی بدن و انجام فعالیت های سنگین ورزشی است که دریافت مایعات کافی و فراوان و همچنین استراحت در کاهش تب مؤثر است.

در مواردی که تب خفیف و کمتر از ۳۸/۵ درجه

سانتیگراد باشد درمان دارویی خاصی لازم نیست و استفاده از مایعات و باشویه با آب ولرم کافی است و در تب های شدیدتر استفاده از داروهای پایین آورنده تب توصیه می شود.

البته اصل مهم در بررسی تب تشخیص علت و عوامل ایجادکننده آن است.

حوادث کودکان

حوادثی چون تصادفات، سقوط از ارتفاع، گزش حشرات، مسمومیت های دارویی، خشونت یا غرق شدن در آب از شایع ترین علت مرگ و میر در کودکان زیر ۵ سال به شمار می رود.

اما تشنج دومین علت مراجعه کودکان به اورژانس هاست که طبق آمار در سال ۱۰ درصد کودکان به دلایلی چون مغزی و عفونت خونی، خونریزی مغزی، ضربه مغزی و خوردن مواد سمی دچار حملات تشنج می شوند که تشخیص آنها بسیار مشکل بوده و احتیاج به دقت فراوان دارد. کم وزنی، اشکالات زایمانی، عفونت های داخل رحمی، بیماری های مادر و نوزاد یا زردی بالاترین درصد مرگ و میر نوزادان در دنیا را تشکیل می دهند.

والدین باید بسیار مراقب کودکان خود بوده و از دسترس قرار دادن دارو، سموم، اجسامی که کودک آنها را می بلعد (مانند باتری، سکه و غیره) خودداری کنند. همچنین در هنگام بروز خطر آرامش خود را حفظ کرده تا باعث به خطر افتادن سلامت کودک خود نشوند.

والدین در صورت مشاهده علائمی چون مشکلات تنفسی مانند سیاه شدن لب ها، دست ها، سرد شدن بدن، نبض ضعیف در کودکان، باید به پزشک مراجعه کنند. همچنین هنگام تشنج، کودک را به پهلو خوابانده و اگر شیء در دهان اوست، آن را خارج کرده تا موجب خفگی کودک نشده و بلافاصله او را به مراکز درمانی منتقل کنند.

توصیه

به هنگام تشنج کودک بهتر است، کودک را به پهلو خوابانده، دکمه های لباس او را باز کرده و از در آغوش گرفتن کودک خودداری کنید.

والدین باید به هنگام تشنج کودک ضمن حفظ خونسردی خود و رعایت موارد یاد شده از وارد کردن دست یا هر ماده خارجی دیگر به زور در دهان کودک به جهت ترس از خفگی و قفل شدن فک کودک خودداری کنند؛ چرا که تجربه نشان داده امکان خفگی هنگام تب و تشنج در کودکان وجود ندارد.

در صورتی که تشنج کودک بیش از چند دقیقه به طول انجامید باید کودک را سریعاً به مراکز درمانی منتقل کرد.

اگر کودک شما مبتلا به حملات تشنج بدون تب (صرع) است به این نکات دقت فرمائید:

۱- کودک شما تا زمانی که پزشک دستور دهد باید داروی ضد تشنج مصرف کند.

۲- هیچ گاه دارو را خودسرانه قطع نکنید یا مقدار آن را کاهش ندهید.

۳- کودکان مبتلا به حملات تشنج بدون تب (صرع) باید همواره مراقبت شوند بدون آن که فعالیت جسمی ایشان محدود شود. در زمان انجام کارهای حساس مثل شنا یا استحمام حتماً تا نزدیک مراقب کودکان باشید. اگر کودکان تمایل به بالا رفتن از بلندی ها، درخت یا وسایل بازی دارد نزد کودکان بمانید.

۴- در صورتی که کودکان دچار حمله تشنج شد او را به پهلو بخوابانید، جسم سفتی (چوبی یا چرمی یا پارچه ای) بین دندان های کودک بگذارید تا زبانش در اثر قفل شدن دندان ها آسیب نبیند. اطراف کودک را خلوت کنید و لباس های تنگ یا زیورآلات را از گردن او باز کنید تا راحت تر نفس بکشد. در زمان تشنج هیچ ماده خوراکی یا آب را وارد دهان کودک نکنید و سریعاً او را به بیمارستان برسانید.