

## أوضحت أن الحيوانات الأليفة لا تمثل خطراً على صحة الصغار

# دراسة: الكلاب تمنح الأطفال حماية وتقلل احتمال الإصابة بأمراض في العام الأول من العمر

وقد أشارت الدراسة إلى أن القطط أظهرت تأثيراً حاداً لصحة الأطفال، إلا أنها لم تكن بقوة تأثير الكلاب. إلا أن الدراسة لم تتوصل لسبب واضح لقوة الحماية التي تمنحها الكلاب لصحة الأطفال، خاصة فيما يتعلق بأمراض الجهاز التنفسي. وأضافت الدراسة أن «أحد التفسيرات المقترحة هو أن الكلاب تجلب للمنزل بعض الأوساخ والتراب التي تؤثر في نضج الجهاز المناعي للطفل، مما يزيد من التفاعلات المناعية لعوامل العدوى فيما بعد عندما يتعرض الطفل لفيروسات وبكتيريا».

إلى أنها قد تقدم نوعاً من الحماية ضد الإصابة بأمراض الربو والحساسية. إلا أن هناك دراسات أخرى سابقة ربطت بين وجود تلك الحيوانات بالمنزل وزيادة حالات عدوى الجهاز التنفسي. بشكل عام تبين أن الأطفال الذين كان لديهم اتصال بأحد الحيوانات الأليفة بالمنزل كانوا أفضل صحياً من نظرائهم الذين لم تكن لديهم تلك الحيوانات. فقد قلت فترات إصابتهم بالسعال وعدوى الأذن وجريان الأنف كما قل اعتمادهم على المضادات الحيوية.

للإصابة بالأمراض في عامهم الأول. فالأطفال الذين يمتلك أسرهم كلاباً في المنزل يكونون أقل عرضة بنسبة 44% للإصابة بعدوى الأذن وأقل حاجة للعلاج بالمضادات الحيوية بنسبة 29% بالمقارنة بالأطفال الذين لا يعيشون مع حيوانات اليفة في المنزل. وتضيف الدراسة أن الاتصال بقطط لا يظهر له نفس التأثير الإيجابي الكبير للاتصال بالكلاب فيما يتعلق بالحماية من تكرار العدوى. وقد أشارت دراسات سابقة عن الحيوانات الأليفة

هلستكي/متابعات : ذكرت دراسة فنلندية حديثة أن الأطفال الرضع الذين يعيشون مع حيوانات اليفة مثل القطط والكلاب أثناء عامهم الأول يكونون أقل عرضة لعدوى الجهاز التنفسي ونزلات البرد بالمقارنة بأقرانهم ممن لا يمتلكون مثل تلك الحيوانات في منازلهم. وقد وجدت الدراسة التي أجريت على ما يقرب من 400 طفل أن الحيوانات الأليفة، خاصة الكلاب تعطي حماية للأطفال فيصرون أقل عرضة



## قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

## أكد أن صيام الطفل في رمضان له شروط وضوابط حفاظاً على سلامتهم

# د. عصام قربي: لا يسمح للطفل بالصيام دون تناول السحور لمنع إصابته بالإجهاد وتأثر صحته بسبب تعرضه للجفاف

## الطفل دون العاشرة من العمر لا ينصح بصيام شهر رمضان كاملاً



السوائل، فيؤثر ذلك في حالتهم الصحية، كما أن السماح للأطفال من مرضى السكري -النوع الأول بالصيام، قد يهدد صحتهم.

للصيام بتناول وجبة سحور جيدة، وذلك نتيجة لارتفاع معدل الاستقلاب في الجسم خلال تلك الفترة بسبب البرد».

**اضطرابات معوية**  
ويبين الطبيب أن الأطفال المصابين بالسمنة أو ممن يعانون من زيادة في الوزن، يملكون الفرصة للتقليل من أوزانهم خلال فترة الصيام، ولا يتم ذلك إلا عند التنبيه إلى عدم تناول كميات كبيرة من الطعام في وجبة الإفطار، معوضين بذلك ما فاتهم من الوجبات في وجبة واحدة. كما ينبه د.عصام قربي إلى أهمية مراقبة مستويات السكر عند الصيام بالسكري من النوع الثاني من تلك الفئة من الأطفال، حتى لا يتعرضوا لمخاطر نقص السكر.

**ارتجاع الأضراس**  
ويعتبر د.عصام قربي تزامناً مع شهر رمضان الحالي مع هذا الوقت من السنة، أمراً صعباً على الصائمين خصوصاً الصغار منهم، على تحمل ساعات الصوم بسبب درجات الحرارة المرتفعة والطقس الحار الصيفي في هذه الفترة. وعن أبرز المشكلات التي قد تواجه الطفل خلال ساعات الصوم، نوه الاختصاصي بطب الأطفال، إلى أهمية انتباه أولياء الأمور لأي علامات قد تدل على انخفاض مستوى السكر بشكل كبير عند الطفل مثل ارتجاع الأضراس أو بدء تأثر إدراكه (الوعي) لما حوله، ما يعني وجوب «تفطير» الطفل قبل تعرضه لمخاطر صحية مثل صدمة نقص السكر. كما أن علامات إصابة الطفل بالجفاف تشير إلى ضرورة إعطاء

يقول الدكتور /عصام قربي اختصاصي في طب الأطفال: انه لا ينصح بالسماح للطفل الذي يقل عمره عن عشرة أعوام تقريبا بصيام شهر رمضان كاملاً يمكن الاستعانة بالطريقة التي تسمى «بصوم العصفورة» حيث يصوم الطفل من الفجر وحتى أذان الظهر وأن الأطفال المصابين بالسمنة أو ممن يعانون من زيادة في الوزن، يملكون الفرصة للتقليل من أوزانهم خلال فترة الصيام لأن قدرة الأطفال الذين ينتمون إلى نفس الفئة العمرية على الصيام لأن تتفاوت تبعاً للعديد من العوامل مثل: بنية الطفل وحالته الصحية.

وأكد أن صيام رمضان خلال الصيف يترافق ونقص السوائل في أيام الحر، ما قد يعرض الطفل للجفاف، كما أن قدوم رمضان في أيام البرد يزيد من حاجة الطفل إلى تناول الطعام.

### عرض/محرر الصفحة



عصام قربي

طوال فترة ما قبل العصر، ومن ثم يستكمل الصيام حتى المغرب،

عن الأطفال ممن هم دون الخامسة من العمر فلا ينصح الطبيب عصام قربي بالسماح للطفل بالصيام الكامل طوال ساعات النهار، بل التمهّل حتى يبلغ عمراً يمكن له أن يصوم بضعة أيام من الشهر المبارك، فنتجنب بذلك تعريض الطفل لعواقب صحية غير مأمونة.

### اختلاف القدرة على الصوم

وطبقاً لقوله، فإن قدرة الأطفال -الذين ينتمون إلى نفس الفئة العمرية- على الصيام تتفاوت تبعاً للعديد من العوامل مثل: بنية الطفل، حالته الصحية، وفي أي من أوقات السنة تصادف قدوم الشهر الكريم، مبيناً أن صيام رمضان خلال فصل الصيف يترافق ونقص

### طعام السحور

ويؤكد في هذا السياق الدكتور عصام قربي على ضرورة عدم السماح للطفل بصيام الأيام التي لم يتناول في ليلتها طعام السحور، إذ يقول «لا بد من الحرص على تناول السحور بحسب ما جاء في السنة النبوية المطهرة، وذلك قبل الفجر وليس بتأخير وجبة العشاء ومن ثم احتسابها سحوراً، كما يحدث في بعض الأسر، إذ أن ذلك سيؤدي من طول الفترة الزمنية التي يمتنع الطفل خلالها عن الطعام وشرب السوائل، لتصل في بعض الحالات إلى نحو عشرين ساعة، ما قد يتسبب بإجهاد الطفل وتأثر صحته بسبب تعريضه للجفاف، أو نقص حاد في مستوى السكر».

### الأطفال دون سن العاشرة

وتبدأ الأمور في التحسن ابتداءً من عمر 4 سنوات، وذلك عندما يصل إلى مرحلة يكون قادراً فيها على الحوار، ويشعر بالأمان والطمأنينة. وتؤكد دراسات، في هذا الإطار، أن الأطفال الذين تتاح لهم فرصة لإجراء تجارب زراعية يكونون أكثر هدوءاً وأقرب للوصل إلى أهدافهم في الحياة من سواهم، إذ تمنحهم هذه الأخيرة رقة في التعامل مع الأشياء، وبعداً عن العنف والسلوك السيئ، كما الترقب وقوة الملاحظة التي يكون لها عظيم الأثر في دراستهم، وحياتهم ما بعد الدراسة. وتضيف أن هؤلاء الأطفال يتمتعون دون سواهم بحس من الأناقة وتمييز الألوان، وكذلك التعبير المناسبي. وتعتبر الزراعة نشاطاً مفيداً وممتعاً للصبيان والفتيات، فأحصي على اقتناء طفلك لمستلزماتها من تراب وبيذور وأصص. وإذا كان عمره لا يتجاوز 3 سنوات، يمكن استبدال التربة بالقطن وزراعة حبات من الحبلة لأنها تنمو بسرعة متناسب قدرته على الانتظار. وشارك طفلك مراقبة نمو نباتاته يوماً بعد يوم، واطلبي منه تدوين تاريخ الزراعة وملاحظاته عن نموها ومواعيد ريها. ويفضل أن توكلّي إليه مهمة العناية بها وتنظيف المكان حولها.

### خطوات مفيدة

- لا تهري إلى تلبية طلب صغيرك من النداء الأول، وذلك حتى يتعلم كيفية التحكم في الوقت ومعنى الانتظار.
- ساعدي طفلك على التمييز بين الحاجة الضرورية والرغبة، فقولّي له: «سنبداً بتناول الطعام لأنك تحتاجه، وبعدها نلعب معاً أو نخرج للتنزه».
- كوني قدوة لطفلك لأن الصبر سلوك ينتقل من إنسان إلى آخر، فابعدّي عن العجلة أثناء الاستعداد لموعده حضائته أو مدرسته كل صباح، من خلال الاستيقاظ قبل الموعد المحدد بفترة كافية لإنجاز المهمة المطلوبة.
- كوني محددة في وقت الانتظار الذي تطلبينه من طفلك، فلا تجعلّي فترة انتظاره مفتوحة. على سبيل المثال، إذا وعدته بقطعة من الحلوى بعد تناول وجبته، لا تنتظري كثيراً حتى تمنحها له.
- تجنبّي إثارة حماسه صغيرك لأمر معين قبل موعده تحقيقه بفترة طويلة.
- إذا انفجر طفلك باكياً وغاضباً في مواجهة كلمة «لا»، واصلي أعمالك حتى تنتهي نوبة غضبه وبعدها.

# صيام رمضان خلال الصيف يترافق ونقص السوائل جراء الحرما قد يعرض الطفل للجفاف

## السلوك العدواني لدى الأطفال



أكثر من الضعيف في الأسرة وهذا ما يطبق أحياناً بين الإخوة والأخوات، كما يمكن القول إن العنف الأسري ك مفهوم وسلوك عدواني موجه من فرد أو أكثر بحيث يكون هذا السلوك فيه ترجيح لميزان القوة بكفة الطرف المعتدي مما يخلق طرفاً ضعيفاً غير قادر على مواجهة هذا العنف، ويرتبط هذا السلوك الإنساني بنمطين من الدوافع التي توجه نحو التصرف من أجل إشباع حاجة معينة أو تحقيق هدف مخطط له، أول تلك الدوافع هي دوافع أولية تتعلق بالبقاء وتضم دوافع حفظ الذات وهي دوافع فسيولوجية ترتبط بالحاجات الجسدية ودوافع حفظ النوع المتمثلة في دافعي الجنس والأمومة. أما النمط الثاني من الدوافع فهي

العنف سلوك مكتسب يتعلمه الفرد من أطوار التنشئة الاجتماعية فالأفراد الذين يكونون ضحية له في صغرهم يمارسونه على أفراد أسرهم في المستقبل فالقيم الثقافية والمعايير الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً ومهماً في تدبير العنف إذ أن قيم الشرف والمكانة الاجتماعية هي من تحدد معايير معينة تستخدم فيها العنف أحياناً كواجب وأمر حمي، وكذلك يتعلم الأفراد الإمكانيات الاجتماعية وأشكال التجبيل المصاحبة لها والتي تعطي القوي الحقوق والامتيازات التعسفية

## طفلك ونظافته الشخصية في رمضان

يعتبر رمضان موسماً لآكل الخيرات، مما يترتب عليه ضرورة إكساب الطفل عادات جديدة حسنة ومنها العادات الشخصية وأهمها النظافة الشخصية. وهذه أهم النصائح لغرس عادة النظافة الشخصية في نفوس الأطفال في رمضان:

- التحدث مع الطفل عن موضوع الجراثيم ومخاطرها، والأمراض التي تنقلها، وكيف يمكن التخلص من هذه الجراثيم بالحرص على النظافة الشخصية.
- تعليم الطفل الصغير غسل يديه بعد اللعب، وبعد أن يستعمل الحمام، وقبل أن يأكل، مع تشجيع الطفل على غسل يديه إذا سعل أو عطس وبعد أن يلعب مع الحيوانات الأليفة.
- مساعدة الطفل على النظافة الشخصية بربط هذه العادة بأشوداء محببة للطفل.
- الحرص على تحبيب الطفل في موعد الاستحمام، وأن يكون وقتاً رائعاً ومميزاً فيصعب الأطفال يهربون منه لأنهم لا يحبون الصابون.
- استعمال الألعاب لتحفيز الطفل على البقاء مدة أطول في حوض الاستحمام.
- مع تعليم الطفل كيف يفرغ جسمه، وشعره بالشامبو قدر الإمكان بينما هو يلعب.
- الاهتمام بتنظيف فم وأسنان الطفل، مع تعليم الطفل أن يقوم بتنظيف أسنانه بالفرشاة وذلك بعد الإفطار وفي السحور يومياً في رمضان..



المادة (21):  
لدمع تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان الذي تغطيه الاتفاقية:  
تضمن الدول التي تقر أو تميز نظام التبني إيلاء مصالح الطفل الفضلى الاعتبار الأول والقيام بما يلي:  
(ج) تضمن، بالنسبة للتبني في بلد آخر، أن يستفيد الطفل من ضمانات ومعايير تعادل تلك القائمة فيما يتعلق بالتبني الوطني.