قوس قزح

إعداد/ محمد فؤاد

تناول الأطفال بروتينات متنوعة في الوجبة الواحدة يسبب ضمور العضلات

واشنطن/متابعات:

أكد العالم المصري المغترب الدكتور جمال الدين إبراهيم أستاذ علم السموم بكاليفورنيا ومدير معامل أبحاث الحياة بالولايات المتحدة الأمريكية أن تناول الأطفال في الفئة العمرية من عامين إلى 12 عاماً أكثر من نوع بروتين في الوجبة الغذائية الواحدة يعد من الأسباب الرئيسية لإصابة بعضهم بمرض ضمور العضلات «أحد أنواع أمراض المناعة الذاتية» التي يقوم فيها الجهاز المناعي بإنتاج أجسام مضادة موجهة ضد بروتينات الجسم.

وأوضح الدكتور أن السبب في ذلك يرجع إلى أن الأطفال في تلك الفئة العمرية لا يستطيعون هضم البروتينات فتتراكم على العضلات فيفشل الجهاز المناعي للجسم في التعرف على الأعضاء والأجزاء الداخلية الخاصة به حيث لايستطيع معرفة البصمة الوراثية الخاصة بخلايا الجسم فيتعامل معها باعتبارها غريبة عنه ويبدأ بمهاجمتها باستخدام الأجسام المناعية.

وأضاف «أن هذا الكشف أدى إلى محاولة العلماء التغلب على هذه المشكلة الصحية بإخضاع المصابين لهذا المرض لعلاج تجريبي ما يعطي أملاً كبيراً لهؤلاء المرضى في الشفاء من هذا المرض».

وأشار إلى أن هذا المرض قد يظهر مبكراً في الفئة العمرية من 15 عاما وقد يتأخر في الظهور حتى عمر 30 عاما،وذلك لأن جهاز المناعة يأخذ وقتاً طويلاً في مهاجمة أعضاء الجسم، مؤكداً أن العلاج التقليدي المستخدم في مصر ودول أوروبا هو إعطاء مشتقات الكورتيزون التي تساعد فقط في تأخير الضمور لمدة 3 - 4 سنوات وليس القضاء عليه، طبقاً لما ورد بوكالة «أنباء الشرق الأوسط».

وأكد أنه توصل وفريقه البحثي في الولايات المتحدة الأمريكية إلى علاج تجريبي أعطى نتائج جيدة تعتمد فكرته على استخدام مادة من مشتقات الغضروف يتم تركيزها وتوضع في كبسولة تغلف الأغشية الموجودة في الجسم فيقوم جهاز المناعة بمهاجمتها لمدة شهر أو عامين على حسب الحالة ما يقلل من سرعة مهاجمته لأعضاء الجسم حتى يعود الجهاز المناعي إلى طبيعته.

مراكز التغذية العلاجية تعالج سوء التغذية لدى الأطفال وتثقف الآباء والأمهات

(43 ٪) من الأطفال في اليمن دون سن الخامسة يعانون من نقص الوزن

عدي، البالغ من العمر 4 سنوات و10 أشهر، والذي يبلغ وزنه 10 كيلوغرامات فقط، يتعافى الآن من سوء التغذية الحاد.

وكان قد عانى من نوبات من التقيؤ والإسهال استمرت لعدة اسابيع. ومنذ أحد عشر يوماً، جلبته جدته، (كاتبة)، إلى عيادة التغذية العلاجية في مستشفى السبعين بصنعاء.

وقالت: «كنت أظن أنه سيموت في أية لحظة، ولكنه أفضل الآن. لقد عاد إلى الحياة».

سفين ج. سيمونسن

سوء التغذية يعتبر حالة طبيعية

ويعتبر الاعتلال أمراً طبيعياً بين الأطفال في اليمن. وفي محافظات حجة والحديدة، وجدت دراسات استقصائية تدعمها اليونيسف أن 30 - 40 في المائة من الأطفال دون سن الخامسة كانوا يعانون من الإسهال في الأسبوعين السابقين للدراسة. وعلى المستوى الوطني، يعاني 43 في المائة من الأطفال دون سن الخامسة من نقص الوزن، وتشير التقديرات إلى أن هناك نحو 967000 طفل يعانون من سوء التغذية الحاد. وفي مناطق معينة من البلاد يتجاوز معدل سوء التغذية الحاد نسبة 30 في المائة، وهو ضعف مستوى حالات الطوارئ.

وفي الأشهر الأخيرة، قامت اليونيسف سريعاً بتوسيع نطاق التدخلات التغذوية التي تقوم بها في اليمن. ويوجد الآن أكثر من 500 مرفق صحي تقوم بتوفير تدخلات التغذية العلاجية المدعومة من اليونيسف، ويجري تنفيذ أكثر من 250 برنامجاً للتغذية التكميلية.

وتقول د. راجية الشرهان، وهي طبيبة أطفال وأختصاصية في الصحة والتغذية لدى منظمة اليونيسف، وهي تتحسس معدة عدي المتضخمة: «إن الأطفال المصابين بسوء التغذية مثل عدي يعانون من الضعف الشديد، وهم مثل الزجاج. وإذا تم إطعامهم أكثر من اللازم، فقد يصابون بفشل في أحد الأعضاء.»

عدي له ثلاثة أشقاء، من بينهم شقيق توأم له. وتقول د. الشرهان: «من المرجح جداً أن شقيقه يعاني أيضاً من سوء التغذية. إن نقص الوزن والتقزم شائعان جداً في اليمن، ولا ينظر إليهما باعتبارهما مشكلتين. ولقد تم جلب هذا الفتى إلى المستشفى بسبب التقيؤ والإسهال، وليس بسبب نحافته».

الرضاعة الطبيعية ضرورية للصحة

إن تحسين ممارسات تغذية الطفل جزء لا يتجزأ من التدخلات التغذوية التي تدعمها اليونيسف في جميع أنحاء اليمن. ولعل الرسالة الأهم التي تسعى اليونيسف إلى ايصالها هي أنه ينبغي إرضاع الأطفال حديثي الولادة رضاعة طبيعية حصرية في أول 6 أشهر من العمر.

وفي الغرفة المجاورة لعدي، جلست فتحية بجانب ابنيها التوأم البالغين من العمر 11 شهراً، عبد الله وأمة الله. وكان وزنهما يبلغ 3.1 كيلوغرام فقط حين وصلا قبل اسبوع. وكانا لا يتناولان سوى الماء والسكر في الأيام الثلاثة الأولى بعد ولادتهما - وهي ممارسة شائعة في اليمن، حيث يعتقد كثيرون أن حليب الأم الأولي ليس جيداً. وبعد ذلك قامت فتحية بالجمع بين الرضاعة الطبيعية والحليب الصناعي.

ولكن في اليمن، قد يؤدي سوء نوعية المياه ونقص النظافة إلى جعل الإرضاع بالحليب الصناعي ضاراً. وفي خلال الشهرين أو الثلاثة الأشهر الماضية، كان التوأمان يعانيان من نوبات من الإسهال. وتم تشخيص إصابتهما بسوء التغذية الحاد، المصاحب للالتهاب الرئوي الحاد.

وقد أنفقت فتحية وزوجها، وهو بائع متجول، 70000 ريال (330 دولاراً أمريكيا) في مستشفيات أخرى. وتقول: «لقد دمر ذلك اقتصاد أسرتنا تماماً».

وجوب ممارسة الرضاعة الطبيعية

وقصت أميرة وعزيز قصة مشابهة. وقالت أميرة: «أنا أرضعت رهف لأول شهرين، ثم توقفت». لأنها تعمل في الزراعة، كان عليها أن تستأنف العمل في الحقول بسرعة. وكان أفراد الأسرة الآخرون يرضعون رهف، البالغة الآن 4 أشهر من العمر، الحليب الصناعي، وبدأت حالتها الصحية تتدهور قبل شهر.

وفي العام الماضي، فقدت أميرة طفلاً آخر، وكان صبياً يبلغ من العمر 4 أشهر. وقالت أميرة: «لقد توفي من هذه الحالة نفسها... والآن أنا أعرف أنه يجب عليّ ممارسة الرضاعة الطبيعية. ولكنني لست متأكدة مما اذا كنت أستطيع أن أفعل ذلك. فلا بد لي من العمل».

وتدخلت صالحة، التي كانت ترضع طفلها في الخفاء في السرير المقابل في المستشفى، وقالت لأميرة «أنا مثلك، فأنا أعمل في الزراعة.» ثم نظرت إلى عزيز، وقالت: «لماذا لا تدع زوجتك تبقى في المنزل، لطهي الطعام وإرضاع الطفل؟»

وقد أنجبت صالحة سبعة أبناء، أربعة منهم لقوا حتفهم، وكلهم من جراء حالات مرتبطة بسوء التغذية.

فرصة للنجاة

وفي جناح الأطفال، حيث يتم علاج الأطفال الذين يعانون مع مضاعفات سوء التغذية، أوضحت غماشة أنها تزوجت في سن الحادية عشرة. واليوم، يبلغ عمرها 13 سنة. وكانت في المستشفى مع ابنها سيف البالغ من العمر 6 أشهر.

وقد قامت غماشة بإرضاع سيف لأول شهرين، ولكن بعد ذلك وصف لها الأطباء الحليب الصناعي، وقالوا إن الحليب لديها ليس كافياً. وقد عانى سيف من الإسهال خلال الأشهر الثلاثة الماضية.

وقالت غماشة: «لقد ذهبنا إلى العديد من المستشفيات. وقد وصفوا له كل هذا الدواء.» وسحبت حقيبة مليئة بالأدوية، حتى الممرضات أصبن بصدمة عند رؤيتها.

ولكن مع العلاج المناسب، سيف لديه أخيراً فرصة حقيقية للبقاء على قيد الحياة. ومع ممارسات التغذية المحسنة، سيتمكن من النماء، ومع الحظ، سيزدهر – إن شاء الله.

رسائل تربوية

كيف تساعد طفلك على القراءة؟

متي يبدأ الابن القراءة ؟ .. أنه سؤال يلح دائماً على الوالدين. يختلف كل طفل عن الآخر في القراءة ، فلا يوجد مقياس دقيق يوضح متي يكون الطفل قادراً عليها .

وإذا كنت من الأباء الحريصين على القراءة مع أبنائهم ستلاحظ تطور قدرة ابنك عليها .. أما إذا كنت من الذين لا يقرأون لأبنائهم فيلزمك بعض الجهد للتعرف على قدرته بشأنها .

واليك بعض الأسئلة التي تساعد في اكتشاف قدرة ابنك على القراءة :

1 - هل يحب النظر إلى الكتب ؟
2 - هل يمسك الكتب لينظر إليها أحياناً بمفرده ؟
3 - هل يتظاهر أحياناً إنه يقرأ ؟
4 - هل يظهر اهتماماً للجمل المكتوبة إذا ما أشير إليها ؟
5 - هل يحب اللعب بالكلمات ؟
6 - هل يسأل عن معاني الكلمات ؟
7 - هل يعيد بعض الجمل عندما تقرأ قصصاً يعرفها ؟
8 - هل يستطيع أن يعيد سرد القصة مرة أخرى بطريقة بسيطة؟

إذا كانت أغلب إجاباتك بنعم ، فابنك قادر الآن لتقوم معه بالمهارات الآتية :

أولاً : القراءة بصوت مرتفع

اقرأ أنت وابنك معاً وبصوت مسموع فهذا من شأنه أن يرفع من ثقته بنفسه ويمنحه الطلاقة في القراءة ويكون أكثر قدرة على فهم القصة وتسلسلها أيضاً ، والتركيز على إخراج الطفل الحروف بشكل صحيح يجعله أكثر سرعة في القراءة ، لتجعل أوقات القراءة لابنك من أمتع الأوقات لديه فإذا وجدها الطفل مسلية مفيدة ستشجعه على الاستمرار ولكي نجعلها أوقات متعة لا بد من :

1 - اختيار الكتب : يجب أن تحرص أن تكون الكتب في السنين الأولي عبارة عن قصص وصورها واضحة تماماً تعبر عن كلمات القصة ودائماً القصص الجديدة للطفل تجعله يسأل عن المعاني الجديدة التي يقرأها .

2 - الجلوس للقراءة : بعد اختيار الكتاب تأتي عملية الكتاب والتي يجب أن نراعي فيها :

- مرر إصبعك على السطر ككل عند القراءة ولا تقرأ الكلمات منفردة .
- اختر بعض الكلمات واسأله عن معانيها .
- اطلب من ابنك إعادة بعض الفقرات التي يتذكرها من القصة وعند إعادة القراءة مرة أخرى .
- وازن عند القراءة في السرعة المطلوبة لقراءة القصة حتى لا تفقد تسلسلها مع تفهم وإدراك مقدرة طفلك علي القراءة .
- أعط للطفل فرصة للنظر للصورة حتى يستطيع أن يحب الكلمات بالصورة .
- لا توقفه عن القراءة لتصويب الخطأ إلا في حالات اختلاف المعنى وليس ابدال المرادفات لأن إبدال المعاني يوضح قدرته على الفهم .
- اطلب من ابنك إذا نسي إحدى الكلمات أن يحاول تذكر الكلمة الناقصة وإن لم يستطع اقرأها أنت .

3 - لقراءة منفردة : حتى نبدأ في تأهيل الطفل للقراءة المنفردة علينا تتبع هذه الخطوات :

1 - اجعل صوت ابنك أعلى من صوتك عند القراءة وحاول أن تتوقف عن القراءة في بعض الفقرات ودعه يقرأ وحده .
-2 لا تدفعه دفعاً للقراءة إلا إذا كان لديه الاستعداد للقراءة .
3 - لا تمنعه إن يعيد ما حفظ من الكتب فليس هناك مانع من ذلك .
4 - لا تتوقف عن القراءة بصوت عال لابنك حتى وإن أحسست أنه قادر على القراءة ولكن تبادل الأدوار معه .
5 - لا تقم بأي عمل أثناء قراءة الابن لك فأعطه دائماً الاهتمام والانتباه .
6 - لا تعد للقصص الأقل مستوى مرة أخرى مع ابنك .

ثانياً : القراءة الإيقاعية

ونقصد بالإيقاع تلك الكلمة التي لديها النطق نفسه ، فلقد وجد أن الأطفال غير القادرين على تمييز الكلمات المتشابهة في النطق يجدون صعوبة في القراءة مستقبلاً وهذا ما يجعل من الضرورة التركيز على الأناشيد والقصائد البسيطة في مرحلة ما قبل القراءة وللأطفال غير القادرين على تذكر الكلمات وبعد حفظ الطفل النشيد عليك أن تريه الكلمات المكتوبة الخاصة بها وهذا ما يعطيه الفرصة لرؤية الكلمة وسماعها .

اتفاقية حقوق الطفل

unicef

المادة (22):

لدعم تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان الذي تغطيه الاتفاقية:

تضمن الدول التي تقر أو تجيز نظام التبني إيلاء مصالح الطفل الفضلى الاعتبار الأول والقيام بما يلي:

1 - تتخذ الدول الأطراف في هذه الاتفاقية التدابير الملائمة لتكفل للطفل الذي يسعى للحصول على مركز لاجئ، أو الذي يعتبر لاجئاً وفقاً للقوانين والإجراءات الدولية أو المحلية المعمول بها، سواء صحبه أو لم يصحبه والده أو أي شخص آخر، تلقي الحماية والمساعدة الإنسانية المناسبتين في التمتع بالحقوق المنطبقة الموضحة في هذه الاتفاقية وفي غيرها من الصكوك الدولية الإنسانية أو المتعلقة بحقوق الإنسان التي تكون الدولة المذكورة طرفاً فيها.

هل تعلم أن الأفعى تسمع الأصوات عن طريق التقاط ذبذبات موجات الصوت بلسانها؟!