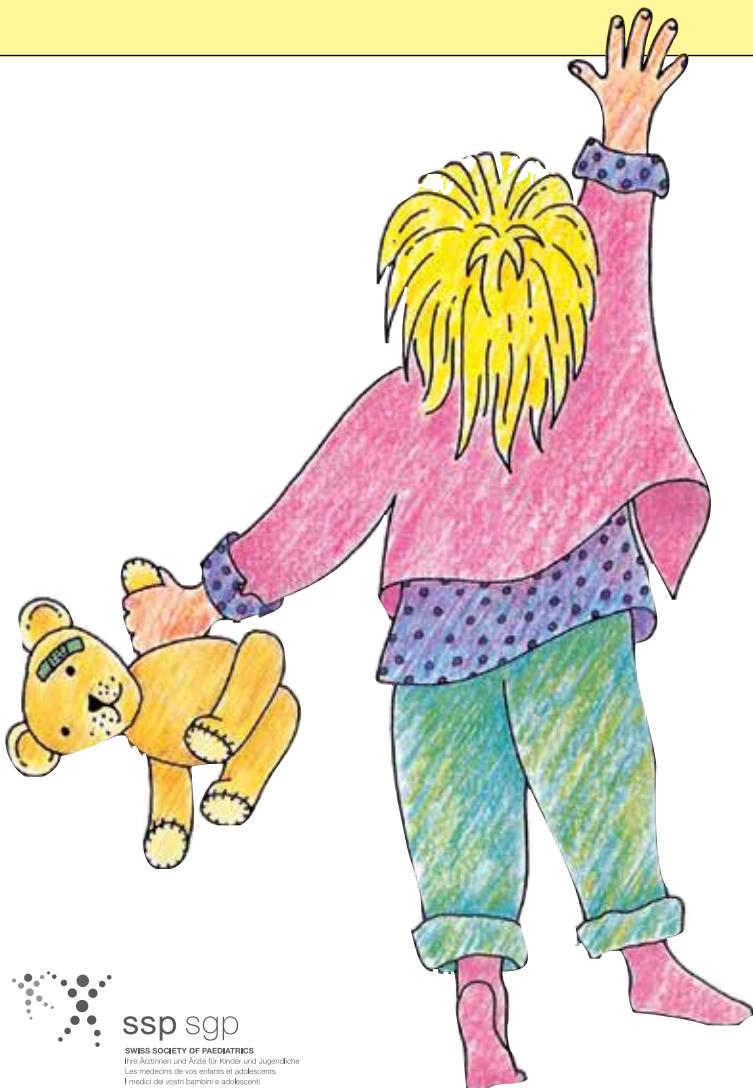


مريم، أحمد و ...

عندما يكون الأطفال مرضى: نصائح للوالدين

د. إيزابيل جيرمان - نيكود

د. جوزيان راشين شتام



ssp sgp

SWISS SOCIETY OF PEDIATRICS
Das Ärzteverband für Kinder und Jugendärzte
Les médecins de vos enfants et adolescents
I medici dei vostri bambini e adolescenti

الجمعية السويسرية لطب الأطفال: www.swiss-paediatrics.org
لطلب الكتبيات:
مؤسسة التدريب والإسكان

Rossfeld Reichenbachstrasse 122, Postfach 699, 3004 Bern 4
buerozentrum@rossfeld.ch, Fax 031 300 02 99

فهرس المحتويات

صفحة ٤

المقدمة

صفحة ٥

الصيدلية المنزلية للأطفال

صفحة ٦

ما يحدث مراراً وتكراراً

صفحة ٨

• الحمى

صفحة ٩

• تشنجات الحمى

صفحة ١٢

• السعال

صفحة ١٤

• ألم الحلق

صفحة ١٦

• ألم الأذن

صفحة ١٧

• ابتلاع الأشياء (الأجسام)

صفحة ١٨

• عضات الحيوانات

صفحة ١٩

• لدغات الحشرات

صفحة ٢٠

• السقوط على الرأس

صفحة ٢١

• الاستفراغ

صفحة ٢٣

• الإسهال

صفحة ٢٥

• ألم البطن

صفحة ٢٦

• الفتق

صفحة ٢٧

• الإمساك

صفحة ٢٨

الطوارئ

• ضيق التنفس

صفحة ٣٠

• التشنجات

صفحة ٣١

• فقدان الوعي

صفحة ٣٢

• التسمم

صفحة ٣٤

• الحوادث

صفحة ٣٥

• - المروق

صفحة ٣٦

- حوادث الكهرباء

صفحة ٣٧

- الغرق

صفحة ٣٨

الرضيع منذ الولادة وحتى الشهر الثالث

هل تبدو مريم مريضة؟ هل أحمد ليس على ما يرام؟ قبل رفع سماعة الهاتف فورا لاستشارة طبيب الأطفال، اقرؤوا هذه النشرة. ستجدون فيها نصائح عملية ومعلومات عما يمكنكم القيام به بأنفسكم أولا.

نصيحة: حتى يمكنكم الإهتمام بسرعة عند اللحظات الحرجية، فإنكم يجب أن تقرؤوا الكتيب قبل أن تحتاجوه.

إن فصل «ما يحدث مرارا وتكرارا» يعالج المشاكل الأكثر شيوعا وغير المؤذية غالبا، في حين أن فصل «الحوادث» - والتي لحسن الحظ نادرة - سيتم فيه وصف المواقف التي تهدد الحياة، والتي عندها يجب تدخل طبيب الأطفال سريعا.

إن باب التدابير الأولية يعلمكم ما يجب عليكم فعله أولا، بعض النظر، إذا ما كنتم بعدها ستنشرون طبيب الأطفال أم لا. يمكنكم أن تستخلصوا من النص داخل الخانة ماهي القرارات الممكن إتخاذها حسب سبب المشكلة وحالة الطفل.

هذه العلامة تعني أنه ينبغي عليكم إبلاغ الطبيب للحصول على معلومات إضافية أو أن تتفقوا على موعد غير عاجل.



هذه العلامة تعني أنه يجب أن تستشروا الطبيب دون تأخير أو أنكم يجب أن تحضروا الطفل مباشرة إلى المستشفى؛ من أجل ذلك يفضل أن تتصلوا بالإسعاف. إذا كنتم ستقودون سيارتكم الخاصة، فإنه يجب على شخص إضافي مرفقكم وطفلكم.



الصيدلية المنزلية للأطفال

هل لديكم كل شيء تحتاجونه لرعاية طفلكم المريض؟ في القائمة التالية ستجدون ما يجب بل لا بد أن تحتويه صيدلية منزلكم أو صيدليتكم المتنقلة. قوموا أيضاً بإبلاغ الأشخاص الذين يقومون برعاية أطفالكم على هذه الصيدلية.

- سائل تعقيم للجروح

- شريط لاصق

- ضمادة مرنّة وضمادة شاش

- دواء خافض للحرارة؛

معظم هذه الأدوية يعمل

أيضاً على تسكين الألم

(أفضل هذه الأدوية

نائيرا هو الباراسيتامول)

- ميزان حرارة الكتروني

أو كحولي (ميزان الحرارة

عن طريق الأنف يمكن

استخدامه ابتداء من

عمر السنين)

- محلول شرب سائل لاستخدامه

في حالات الإسهال والاستفراغ

(محلول تروية)، على سبيل المثال

نورموليتورال أو أورالبيتون

- محلول ملح فسيولوجي أو أورالبيدون

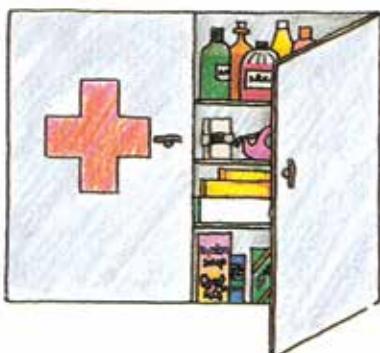
- قطرات لاحتقان الأنف

تنبيه: الصيدلية المنزلية يجب أن تكون

مغلقة وبعيدة عن متناول الأطفال!

قوموا من وقت لآخر بمراجعة

تاريخ صلاحية الأدوية.



ما يحدث مراراً وتكراراً

الحمى (هذا الفصل لا ينطبق على الرضع دون عمر الثلاثة أشهر، انظروا للصفحة ٣٨)

الحمى لا تعني بشكل تلقائي أن هناك خللاً ما حتى وإن كانت مرتفعة. على وجه الحصوص يجب عدم الخشية من حصول ضرر للدماغ. في أغلب الأحيان فإن الحمى مفرونة بالإصابة بعذوى فيروسية («الإنفلونزا»)، ويمكن أن تستمر في هذه الحالة لغاية ٢٢ ساعة. طفاكم لديه حمى: من المهم معرفة كم هي مرتفعة! قوموا بقياس درجة حرارة جسمه في فتحة الشرج (أو تحت الإبط إذا كان ذلك غير ممكن).

التدابير الأولية

١. أقل من ٣٨ درجة (مقاسة في فتحة الشرج): إن ذلك ليس سيئاً؛ قيسوا درجة الحرارة لاحقاً مرة أخرى.

ما بين ٣٨ و ٣٨,٥ درجة: انزعوا ملابس الطفل وأبقوه في ملابسه الداخلية (إذا قبل ذلك وانتبهوا لأن تكون درجة حرارة البيت جد مرتفعة). الملابس الدافئة أو بطانية ترفع درجة حرارة الجسم!

فوق ٣٨,٥ درجة: حتى يشعر الطفل بالراحة، يمكنكم محاولة خفض الحمى. أعطوا الطفل الباراسيتامول (دواء خافض للحرارة)، والذي يتواافق بعدة أشكال دوائية وتحت أسماء متعددة (بيبورون ®، دافالجان ®، تيلينول ®، إلخ). إن الجرعة المحددة هي ١٠ ميلigram تقريباً لكل كيلوجرام من وزن جسم الطفل (مثلاً: ٨٠ ميلigram لطفل يزن ٨ كيلوجرامات). إذا لم تنخفض الحمى، يمكن تكرار إعطاء نفس الجرعة كل ٦ ساعات. إذا بقيت الحمى مرتفعة رغم ذلك أو ارتفعت بسرعة مرة أخرى ولم ترغوا بالانتظار ٦ ساعات، يمكنكم وضع كمادات باردة على سمانة الساقين والساقين، إذا كان الطفل مرتاحاً لذلك. قبل إعطاء أدوية أخرى خاضعة للحرارة (على سبيل المثال الفولنتارين ®، البروفين ®، إلخ) يجب أن تستشروا الطبيب.

من المهم معرفة أن:

- الباراسيتامول وأدوية خفض الحرارة الأخرى تعمل كمسكنتات للألم كذلك!
- حمض الأستيل ساليسيليك (على سبيل المثال أسيبيجيك ®، أسيبرين ®، إلخ) لا يسمح بإعطائهما للأطفال تحت عمر ١٢ سنة وكذلك المصابين بجدري الماء.

ما يحدث مراراً وتكراراً

٢. الأهم هو أن تعطوا طفلكم كمية كافية من السوائل للشرب. عند الأطفال الرضع على شكل حليب الأم. وإنما في الماء، محليل الشرب، شاي الأعشاب أو شاي الأطفال تكون أكثر ملاءمة من الحليب أو عصير الفواكه (التي يمكن أن تؤدي إلى الاستفراغ).
٣. انتبهوا إلى حالة الطفل العامة: إذا كان يتحرك في كل مكان، يلعب، خدوده محمرة ويعاني من بعض الزكام أو يسعى، عدا ذلك لا تظهر عليه أعراض أخرى، فإن أي مرض جدي بعيد الإحتمال.



إذا كان الطفل شاحباً وحاملاً،
لديه بقع جلدية سريعة الإنتشار،
يشتكى من ألم شديد في الحلق، يسيل لعابه من الفم ويلهث عند التنفس،
يسعل بشدة وينفس بسرعة،
يعاني من الصداع ولا يستطيع إمامته رأسه نحو الأمام أو يستقرع،
أبلغوا طبيب الأطفال دون تأخير أو قوموا بنقل الطفل بواسطة الإسعاف مباشرة
(هاتف ١٤٤) إلى المستشفى.



في حال دامت الحمى أكثر من ٣ أيام،
عدة أيام بعد الإصابة بنزلة البرد أو بداية السعال، أو رافقها
ألم في الحلق، ألم في الأنفين، ألم في البطن أو أعراض في المسالك البولية،
استشروا طبيب الأطفال خلال ساعات معدودة.

لللحظة: من غير الخطير الذهاب خارجاً، مع طفل يعاني من الحمى، لزيارة الطبيب. على العكس
فإن ذلك يمكن أن يؤدي إلى خفض الحمى.

ما يحدث مراراً وتكراراً

تشنجات الحمى

يمكن لتشنجات الحمى أن تحصل مع الأطفال ما بين عمر ٦ أشهر و حتى ٦ سنوات، إذا كانت لديهم حمى (على سبيل المثال خلال إصاياتهم بعدي فيروسية). على الرغم من أن هذه التشنجات تبدو مخيفة، إلا أنها لا تسبب ضرراً للدماغ. في أغلب الأحيان تتوقف النوبات وحدها بعد بعض دقائق.

الطفل يقلب عينيه ويصبح فاقداً للوعي؛ الجسد يسترخي أو يتصلب، الذراعان والساقيان ينقبضان بشكل متواتر.

التدابير الأولية

١. ابقوا هادئين.
٢. احرصوا على ألا يؤذى الطفل نفسه.
٣. ضعوا الطفل بوضع الإفقة الجانبية وقوموا بخلع ملابسه.
٤. قوموا بقياس درجة الحرارة وحاولوا خفضها؛ لكن لا تعطوا الطفل أي شيء عن طريق الفم طالما هو فاقد للوعي.

إذا كانت هذه المرة الأولى التي يعاني فيها طفلكم من تشنجات الحمى. اطلبوا دون تأخير طبيب الأطفال.



إذا استمرت النوبة (التشنجات) أكثر من ٥ دقائق، اتصلوا على الرقم ١٤٤. لا تتركوا طفلكم في مكان مرتفع، على سبيل المثال ملقى على سريركم، أثناء اسراعكم نحو الهاتف.

إذا عانى طفلكم قبل ذلك من تشنجات الحمى وكان وضعه العام جيداً، يجب عليكم طلب مشورة طبيب الأطفال خلال بضع ساعات.



السعال

السعال هو رد فعل وقائي مساعد، يعمل على فتح مجراى التنفس وتحريره من أي إعاقة أو مهيج. للسعال أسباب عديدة؛ في معظم الحالات فإنه ناجم عن عدوى فيروسية، والتي تهيج الحلق وتتنفس المخاط في الأنف. الطفل يسعل غالباً أثناء الاستلقاء، لكنه يتنفس بشكل طبيعي ما بين النوبات. في بعض الأحيان يحدث السعال نتيجة التهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد، وهو التهاب ناتج عن الإصابة بعديوى فيروسية في الحنجرة. يحدث هذا المرض غالباً عند الأطفال تحت عمر 5 سنوات. يعني الطفل تحت وطأته من نوبة سعال يشبه النباح، تقطع النوم أثناء الليل ويكون الطفل مبحواه؛ يجد الطفل صعوبة في التنفس ويلهث.

السعال هو أحد أعراض الربو، وهو التهاب في القصبات الهوائية، وكذلك أحد أعراض التهاب القصبيات الهوائية، وهو التهاب ناتج عن عدوى فيروسية تصيب القصبيات الصغيرة والذي بدوره غالباً ما يصيب الأطفال تحت عمر السنين وهو أكثر ندرة من التهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد والربو. يرافق هذا الالتهاب مشاكل تنفس قوية، الرزفير يكون صعباً وغالباً يرافقه صفير مسموع.

الأسباب الأخرى للسعال هي التهاب الشعب الهوائية أو الالتهاب الرئوي (التهاب الشعب الهوائية أو التهاب الرئتين)؛ يرافقها تسارع في وتبورة التنفس والطفل مصاب بالحمى.

التدابير الأولية

١. الأطفال الصغار المصابون بنزلات البرد، يتفسون بحرية عندما يستلقون على بطونهم لا ينطبق هذا على الأطفال تحت عمر السنة؛ من أجل ذلك، يسهل رفع السرير من جهة الرأس عملية التنفس. احرصوا على توافر رطوبة جيدة في الهواء واضمنوا من خلال استخدام قطرات الأنفجرى أنف مفتوح.

٢. عندما يصاب الطفل بنوبة من التهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد (سعال يشبه النباح يرافقه صوت أحش)، خذوا طفلك إلى غرفة الاستحمام جالساً على ذراعكم وقوموا بإنتاج البخار من خلال جريان الماء الساخن عن طريق فتح صنابير المياه (الحنفيات) على مصراعيها أو رشاش الماء. ركبوا في غرفته مرطب هواء (جهاز تبخير) فعال (يفضل أن يكون منتجاً للغمام أو البخار البارد).

ما يحدث مراراً وتكراراً

٣. عندما يعاني طفلكم من الربو، فإنه يتوجب عليكم قبل كل شيء أن تعطوه الأدوية الموصوفة من قبل الطبيب. إن الهواء ذا الرطوبة الجيدة يساعد كما هو الحال عند التهاب القصبات الهوائية أيضاً.

٤. من المهم جداً في جميع حالات السعال، أن يحصل الطفل على الكثير ليشربه: قدموا له أقساطاً صغيرة من الماء بشكل متكرر، شاي أسود مخفف أو شاي الأعشاب.

إذا كان الطفل ينام بشكل سيء،

عندما يستمر السعال أكثر من ١٠ أيام،

عندما يستمر السعال لمدة أكثر من ٣ أيام مصحوباً بحمى، تسارع بالتنفس أو ألم عند التنفس،

أبلغوا طبيب الأطفال.



ما يحدث مراراً وتكراراً



إذا كان طفلكم يتتنفس بصعوبة،

إذا كان طفلكم مصاباً بالتهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد ولم يتحسن تنفسه بعد ١٥ دقيقة من المعالجة المركزية بالبخار،

إذا كان الطفل يعاني للمرة الأولى من نوبة ربو أو كانت الأدوية الموصوفة له لا تنتفع،
إذا ابتلع الطفل جسمًا غريباً،

إذا كان الطفل يعاني من ألم شديد في الحلق وكان اللعب يسائل من فمه،
اتصلوا على ١٤٤.

(طالعوا أيضاً تحت صعوبات التنفس، صفحة ٢٨)

التدخين السلبي مضر دائمًا للأطفال، ليس فقط عندما يسعون أو يميلون إلى أمراض تضيق المجاري التنفسية!



احذروا الحرائق الناتجة عن مرطب الجو (جهاز التبخير)!

الم الحلق

طفلكم يشتكي ألمًا في الحلق وعنه حمى بدرجة حرارة ٤٣,٨ درجة: ماذا يعني ذلك؟ في ٨٠٪ من الحالات فإن ألم الحلق يعود إلى التهاب الخناق الفيروسي (التهاب حلق)، الطفل يعاني أيضاً من أعراض نزلة برد مرافق كالزكام، عيون محمرة وكذلك السعال.

ألم الحلق يمكن أن ينبع عن التهاب الخناق الناتج عن البكتيريا العقية، وهي عدو يُجب معالجتها بالمضادات الحيوية، لمنع أي مضاعفات جدية محتملة لاحقاً. الطفل المريض يعاني عادة من حمى مرتفعة، يستقرع عادة ويشتكى أحياناً من ألم في البطن. إذا رافق هذه الأعراض طفح جلدي أحمر شاحب، فإننا نتحدث عن الحمى القرمزية. في حالات نادرة يمكن لأن ألم الحلق أن يكون أحد أعراض التهاب اللهاة (التهاب لسان المزمار) (طالعوا الصفحة ٢٨).



ما يحدث مرارا وتكرارا

التدابير الأولية

١. إذا كان عمر الطفل أكبر من ٤ أعوام، فبإمكانكم السماح له بمضي الحبوب المسكنة للألم. الصيدلاني يمكن أن ينصحكم حول المنتجات المناسب استخدامها في عمره.
٢. قوموا بخفض الحرارة، إذا أمكن ذلك.
٣. أعطوا الطفل المشروبات المحللة والباردة، لا لعصائر الفواكه والليمون حيث أنها تحرق في الحلق، ولا للحليب حيث يمكن أن يؤدي للاستفراغ.
٤. راقبو تطورات الحالة المرضية.

إذا كان لدى الطفل حمى أو طفح، لكن عدا ذلك وضعه العام جيداً،



قوموا بإبلاغ طبيب الأطفال حتى يتمكن من توضيح الأمر إذا ما كانت العدوى ناتجة عن البكتيريا العقدية.

إذا كان الطفل لديه ألم شديد في الحلق، لا يمكنه البلع ويعاني صعوبة في التنفس كذلك
(اشتباه بالتهاب لسان المزمار، طالعوا الصفحة ٢٨)،



توجهوا دون تأخير للمستشفى (الطفل ينقل في سيارة الإسعاف جالسا، هاتف ١٤٤).

ما يحدث مراراً وتكراراً

الم الأذن

طفلكم لديه زكام عادي ولفتره طويه، يستيقظ ليلاً مع ألم شديد في الأذن لا يزول، ارتفعت الحمى التي كانت حتى الآن تحت ٣٨ درجة مئوية: هذه هي أعراض التهاب الأذن الوسطى الحاد.

التهابات الأذن الوسطى ناتج في معظم الأوقات عن عدوٍ بكتيريٍّ في الجوف الطبلي الواقع خلف طبلة الأذن، وتحصل غالباً للأطفال قبل عمر الدخول للمدرسة كأحد مضاعفات الزكام ونزلات البرد.

الأعراض الأكثر أهمية هي: الآلام (يمكن أن تكون غير موجودة أو غير ملاحظة عند الأطفال الصغار)، الحمى (يمكن أن تكون غير موجودة أيضاً)، الإسهال أو الاستفراغ (خصوصاً عند الأطفال الرضع). عندما يسيل من الأذن إفراز أبيض مصفر، فإن هذا يدل على أن طبلة الأذن تمزقت مزقاً صغيراً.

التدابير الأولية

١. قياس الحمى (درجة الحرارة).
٢. إعطاء الدواء المسكن للألم و / أو الخافض للحرارة.
٣. مراقبة إفرازات الأذن.
٤. دون إرشادات الطبيب يجب أن لا تضعوا شيئاً داخل الأذن (قطرات الأذن، قطن، إلخ).



إذا كان عمر الطفل أكثر من عامين وليس لديه حمى،

إذا كانت الآلام ليست قوية وموحدة بين الحين والآخر،

إذا لاحظتم سائلًا أبيضاً مصفرًا يسيل من الأذن،

إذا كان طفلكم (الصغير) ليس على ما يرام فعلاً، لكن ليس لديه حرارة ويعاني من الزكام منذ عدة أيام،

أبلغوا طبيب الأطفال.

ما يحدث مراراً وتكراراً



إذا كان عمر الطفل أقل من عامين، وضعه العام أقل من الطبيعي ويبدو شاحباً،
إذا كانت الآلام قوية وثابتة ولا تكافح بشكل فعال بالتدابير الأولية المذكورة،
إذا كانت المنطقة الواقعة خلف الأذن محمرة أو متورمة،
إذا ساءت حالة طفلكم بعد عدة أيام من بداية الزكام أو طرأت عليه الحمى،
أبلغوا طبيب الأطفال بسرعة.

يمكن تجنب التهابات الأذن الوسطى عند الأطفال الصغار جزئياً إذا انتبهتم وأعطيتم الطفل رضعته
بوضع الجلوس وليس الاستلقاء وعدم تعريضه لدخان السجائر بتاتاً.



ما يحدث مرارا وتكرارا

الطفح الجلدي

الطفح الجلدي – مع أو دون حمى – نحدث كثيرا للأطفال.
يمكن أن تكون الأسباب متعددة ومختلفة: على سبيل المثال الأمراض المعدية أو الحساسية.

التدابير الأولية

- قياس الحمى (درجة الحرارة).
- تأكدوا من أن وضع طفلكم العام لم يتغير بشكل أساسي.
- راقبوا الطفل بالنظر إلى ظهور أي أعراض أخرى.

إذا كان الطفل مصابا بطفح جلدي، لكن ليس لديه حمى ويشعر بالراحة،



إذا كان لدى الطفل طفح جلدي وحمى خفيفة إلا أنه يشعر بالراحة،

أبلغوا طبيب الأطفال.

إذا كان الطفل مصابا بطفح جلدي وحالته تتدحرج بسرعة (لا يهم إذا كان لديه حمى أم لا)،



أحضروا الطفل بسرعة إلى المستشفى أو اتصلوا على ١٤٤.

ابتلاع الأشياء (الأجسام)

أثناء اتصالكم بالهاتف، قام طفلكم بابتلاع دبوس أمان ... لا نزعوا! في معظم الحالات فإن الجسم (حتى لو كان مدبوباً أو حاداً) سيظهر ثانية على الطرف الآخر من القناة الهضمية!

التدابير الأولية

١. راقبوا حالة الطفل: هل يستقرغ؟ هل لديه ألم في البطن؟ هل التنفس طبيعي.
٢. انظروا إلى البراز بدقة: إذا تمكنتم من إيجاد الجسم المبلوع: فإن ذلك أفضل! انتبهوا أيضاً إذا أظهر البراز لوناً غير معتاد.



إذا ابتلع الطفل جسماً كبيراً،

إذا كان الأمر يتعلق بقرص بطارية أو جسم مغناطيسي،

إذا كان البراز ذات لوناً أسود،

إذا كان طفلكم لا يتنفس بشكل طبيعي،

أبلغوا طبيب الأطفال دون تأخير.



احذروا: الأطفال الصغار يميلون إلى إدخال كل ما يجدونه في الفم ولأن «يجربوا». لذلك لا تتركوا العملات المعدنية، أقراص البطاريات، الإبر وإبر الأمان أو الأجسام الأخرى الصغيرة ملقاء حولهم.

الجسم المبتلع يمكن أن يصل إلى مجرى التنفس أيضاً: هذا أقل أماناً (طالعوا الصفحة ٢٨).

عضات الحيوانات

كثيراً ما يحدث أن بعض الطفل من قبل الحيوانات المنزلية (الكلاب، فران الهايمسترن، إلخ) أو نادراً من الحيوانات البرية كذلك.

التدابير الأولية

١. التزموا الهدوء.
٢. قوموا بتنظيف الجروح خلال ١٥ دقيقة بواسطة ماء جار وقوموا بتعقيمها بواسطة مادة تعقيم.

لا بد أن تستوضحوا:

- في حال الحيوانات المنزلية: إذا كان الحيوان قد تم تطعيمه ضد داء الكلب.
- في حال الحيوانات البرية أو الضالة: ما نوع الحيوان.

في كل الأحوال أبلغوا طبيب الأطفال. فإنه سيقرر التدابير الواجبة (وبحسب الظروف، ربما إجراء مطعمون كزار معزز).



ما يحدث مراراً وتكراراً

لدغات الحشرات

بعد لدغة الحشرة يمكن أن يحدث ألم وردود فعل شديدة عند الأطفال.

التدابير الأولية

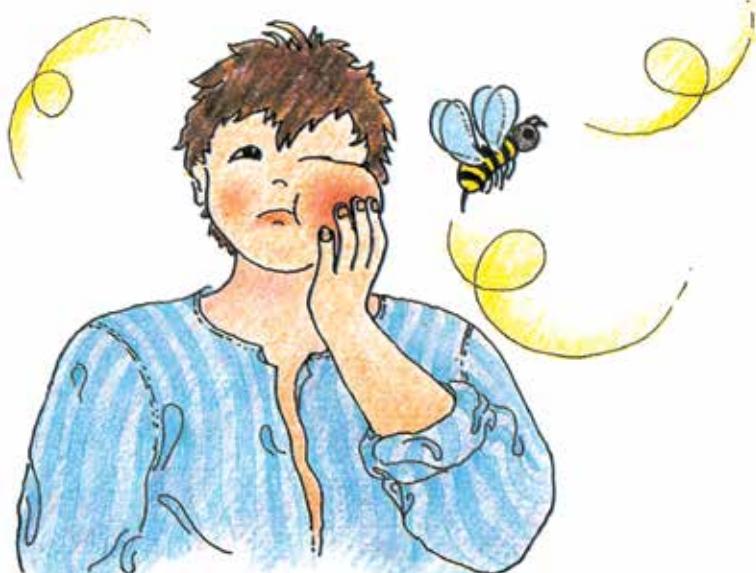
١. قوموا بتهيئة الطفل.
٢. انزعوا الإبرة (في حالات لسعات النحل).
٣. قوموا بتعقيم موقع اللدغة وضعوا عليها ضمادة باردة.
٤. أعطوا الطفل مسكنًا للألم إذا كان الألم شديداً.



إذا لدغ الطفل في منطقة الفم أو الحلق،

في حالة حدوث أعراض كصعوبة التنفس أو البلع، تورم الوجه والحلق، حدوث الغثيان أو فقدان الوعي،

احضروا الطفل إلى المستشفى بواسطة الإسعاف (هاتف ١٤٤).



السقوط على الرأس

غالباً ما يصطدم رأس الأطفال بالأشياء وذلك في معظم الأحيان ليس له عواقب وخيمة: كفاعة عامة سين تكون في مكان الإصابة نتوء يزول مع مرور الوقت.

التدابير الأولية

1. قوموا بتبريد النتوء بالماء البارد.
2. راقبوا الطفل بعناية وتأكدوا من أنه يتصرف بشكل طبيعي في الساعات والأيام التالية.

توجهوا مع الطفل بسرعة إلى المستشفى، ربما بسيارة الإسعاف (هاتف ١٤٤)!



إذا فقد الطفل وعيه في لحظة حدوث الضربة،

إذا نزف من الجروح أو الأنف، الأذنين أو الفم،

إذا تغيرت تصرفات الطفل،

إذا استقرغ الطفل أكثر من مرتين بعد الحادث،

إذا كان حجم حدقتي العينين (النقطة السوداء وسط العينين) مختلفاً،

إذا سقط الطفل عن ارتفاع أكثر من ٥ أمتار، أو ثلاثة أضعاف حجم جسده.

الاستفراغ

الاستفراغ هو الإخراج القوي للسوائل أو الغاء لخارج المعدة.

هذه الأعراض يمكن أن تنتج عن مشاكل متعددة، معظمها ذات طبيعة جيدة (الإنفلونزا، عسر الهضم، مرض السفر)، لكن في بعض الأحيان يمكن أن تكون ناتجة عن أسباب جسيمة (التهاب الزائدة الدودية، عدوى المسالك البولية وهكذا).

التدابير الأولية

١. لا تعطوا الطفل طعاماً صلباً بعد الأن.
٢. أعطوا الطفل شيئاً يشربه بشكل متكرر (الأطفال تحت سنتين: كل ١٥ دقيقة)، وذلك بكميات قليلة. من المناسب إعطاء محلول تروية؛ ذلك يجب ألا يستمر أكثر من ٢٤ ساعة. عدا ذلك لا حليب ولا عصائر فاكهة!
٣. افحصوا إذا كان لدى الطفل حمى؛ إذا كانت لديه، اتخذوا التدابير لخفض الحرارة.
٤. راقبوا أيّة أعراض أخرى: الإسهال، الصداع، ألام البطن، أو آلاماً عند التبول.



إذا كان الأمر يخص طفلاً رضيعاً أو طفلاً صغيراً تحت عمر سنتين إضافة إلى وجود إسهال سائل،

إذا كان الطفل ما زال يستفرغ بعد ٦ ساعات من العلاج المذكور أعلاه،

إذا اشتكى الطفل من آلام في البطن أو عند التبول،

قوموا باستشارة طبيب الأطفال.

ما يحدث مراراً وتكراراً



إذا كان الطفل لا يتجاوب،

إذا كان لدى الطفل حمى وصداعاً شديداً،

إذا كان الطفل يستقرغ دماً،

إذا كان الطفل يعاني آلاماً في البطن تزداد سوءاً (خاصة على الجهة اليمنى)،

إذا كان براز الطفل يحتوي دماً أو كان لونه أسوداً،

إذا كان الطفل عانى ضربة قوية على الرأس قبل ذلك،

قوموا بابلاغ طبيب الأطفال دون تأخير أو توجهوا إلى المستشفى مباشرةً.

إذا لم يتبول الطفل طوال ٨ ساعات وكان خاماً،

اتصلوا على الإسعاف (هاتف ١٤٤).

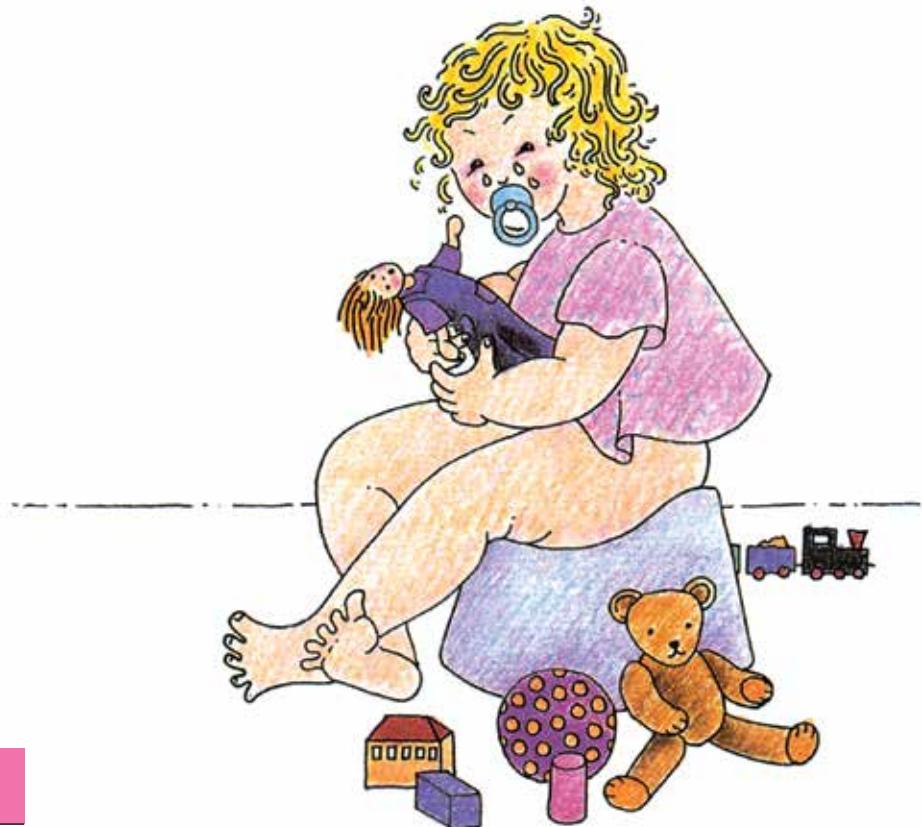
تنويه: - أعطوا الطفل أطعمة صلبة (قليل الدهون) مرة أخرى، عندما تكون حاله غير سيئة.

- لا نقلقو عندهما يثير السعال الاستقراغ عند الأطفال دون سن ٦ أشهر.

الإسهال

الإسهال هو براز سائل ومتكرر.

معظم حالات الإسهال تنتج عن الفيروسات؛ يقصد المرء في هذه الحالات «النزلة المعوية». تستمر هذه الحالة ٣-٥ أيام ويمكن أن ترافقها الحمى والاستفراغ. في هذه الحالات يمكن الخطر في حدوث **الجفاف** خصوصاً عند الأطفال دون عمر السنتين.



ما يحدث مرارا وتكرارا

التدابير الأولية

١. يجب أن يشرب الطفل كثيرا.

إذا كنت ترضعين الطفل: داومي على إرضاعه! أعطي الطفل محاليل تروية إضافية (وفق المخطط الموجود في الأسفل).

للتنفية عن طريق الزجاجة «الرضاعة» (حليب البويرة أو الحليب السائل): قوموا بأخذ استراحة ٦-٤ ساعات وقوموا بإعطائه خلالها محلول تروية (وفق المخطط الموجود في الأسفل).

٢. إذا كان الطفل يتناول الطعام الصلب ولا يستفرغ، تفضل الأغذية ذات المحتوى النشوي (البطاطا، الحبوب، الخبز، الأرز) كذلك اللحوم قليلة الدهن والفاكه (الموز، التفاح المبروش). إضافة لذلك، احرصوا على أن يشرب الطفل كثيرا.

مخطط - تعويض السوائل

- في الساعات الأربع الأولى: ٥٠ ملليلتر من محلول التروية لكل كيلوجرام من وزن الطفل (مثال: ٣٠٠ ملليلتر في الساعات الأربع الأولى، إذا كان وزن الطفل ٦ كيلوجرامات). من المهم إعطاء هذه السوائل بشكل متكرر وبكميات قليلة (بمقدار ملعقة القهوة) وليس برشقات كبيرة.

- بعد خمسة ساعات: كميات شرب طبيعية، إضافة إلى ١٠٠ ملليلتر من محلول التروية بعد كل إخراج للبراز.

إذا كان الإسهال متكررا بشكل كبير (أكثر من ٤-٥ مرات يوميا) والطفل مازال صغيرا (أقل من سنتين)،



إذا احتوى الإسهال على الدم،

إذا كان الطفل لا يرغب في الشرب أو يستفرغ كل ما يشربه،
قوموا بإبلاغ طبيب الأطفال.

إذا كان تبول الطفل قليلا (أقل من مرة واحدة خلال ٨ ساعات) وهادئ بشكل مريب،

إذا كانت حالة الطفل العامة سيئة أو يعني حمى مرتفعة، كذلك إذا كان الإسهال لا يتغير (لا يتحسن)،

اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤).

تقوية: - البراز السائل عند الأطفال الرضع الذي يتغذون على حليب الأم يعد طبيعيا.

- مخطط - تعويض السوائل يمكن تطبيقه أيضا في حالات الاستفراغ المتكررة غير المصحوبة بالإسهال.

ما يحدث مراراً وتكراراً

الم البطن

الم البطن يمكن أن تحدث عند الأطفال نتيجةً لأسباب متعددة: الزكام، الخناق، الإصابة بعديو المسالك البولية أو الأمعاء، الإمساك، التهاب الزائدة الدودية وهكذا؛ كما يمكن للضغوط النفسية أن تسبب آلام البطن.

التدابير الأولية

إذا كانت الآلام قوية:

١. اتركوا الطفل يستلقي في مكان هادئ.
٢. قوموا بقياس درجة الحرارة؛ إذا كانت مرتفعة اتخذوا التدابير الخاصة بخفض الحمى.
٣. أعطوا الطفل كميات صغيرة من المشروبات قليلة التحلية.
٤. لا تطعوا الطفل طعاماً صلباً لبعض ساعات.



إذا كان الطفل يعاني من الإسهال والحمى أو يستقرغ،

إذا كان الطفل يشعر بألم عند التبول،

إذا اكتشفتم في منطقة الفخذ انتفاخ كروي الشكل (الفتق، طالعوا الصفحة ٢٦)،

إذا كانت الخصيتين / كيس الصفن متورمتين،

إذا كان الألم شديداً، يبقى ثابتاً أو يؤثر على الجهة اليمنى من البطن،

إذا كان الطفل يلتوي بسبب الآلام،

قوموا بإبلاغ طبيب الأطفال دون تأخير.

إذا كان الطفل ضعيفاً جداً، وضعفه العام سيء أو لون جلدته شاحب جداً أو محمر بشدة،

اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤).

الفتق

عند تغيير حفاض طفلكم البالغ من العمر ثلاثة أشهر اكتشفترم في منطقة الفخذ (الأولاد: فوق مستوى الخصيتين؛ البنات: في الشرفين الكبيرين) هيكل كروي. في هذه الحالات يمكن أن يتعلّق الأمر على الأرجح بتفاق.

التدابير الأولية

١. حاولوا تهدئة الطفل إذا كان يبكي؛ غالباً يختفي الفتق عند استرخاء الطفل (على الأخض في مغطس الماء). في الواقع يمكن أن يظهر الشكل الكروي مرة أخرى لاحقاً، لكن في العادة لا يشكّل ظهور وانخفاء الفتق بشكل متناوب مشكلة ملحة.
٢. لا تحاولوا دفع الفتق نحو الداخل، إذا لم يكن عندكم الخبرة، ولا تقوموا بأي تجربة بالضمادات الضاغطة، حيث أنها يمكن أن تسبب ضرراً أكثر من نفعها.

إذا كانت هذه المرة الأولى التي تكتشفون فيها الفتق، قوموا بالاتصال بطبيب الأطفال، حتى يتمكن من تأكيد التشخيص.



إذا كان الفتق صلباً جداً وذًا لون قرمزي (فقق محصور)،
إذا كان الطفل يبكي لساعات والفتق مؤلم على ما يبدو،
إذا كان الطفل يستفرغ،
أبلغوا طبيب الأطفال دون تأخير.



تنويم: عند الأطفال الرضع غالباً ما يرى ذات الشكل الكروي في منطقة السرة. في هذه الحالات «الفتق السري» فإنه عملياً لا ينحصر الفتق أبداً. كما أن هذه الفتوى لا يجب معالجتها جراحياً مالم تصبح كبيرة جداً: الفتق السُّرية الصغيرة تخنقني مع التقدم في العمر.

ما يحدث مراراً وتكراراً

الإمساك

في حالة الإمساك فإن عملية الإخراج تكون نادرة والبراز صلباً. إنه من النادر أن يحدث الإمساك نتيجة المرض. في معظم الأحيان ينبع عن التغذية أو العوامل النفسية.

التدابير الأولية

١. استخدمو ملابس بسيطة: عصائر الفاكهة، أغذية متنوعة وغنية بالألياف.
٢. احرصوا على ذهاب الطفل للحمام بوتيرة منتظمة.
٣. لا تمنعوا الطفل من الذهاب للحمام عند شعوره بالحاجة لذلك.
٤. لا نقلعوا أي شيء عند فتحة الشرج دون أمر من الطبيب (على سبيل المثال تحاميل الجليسرين، الحقن الشرجية).

إذا لم تساعد هذه التدابير ،



إذا كان الطفل يستفرغ أو يعاني ألمًا مركزاً ،

قوموا بإبلاغ طبيب الأطفال.

صعوبة التنفس

التنفس صعب وترافقه أصوات. الطفل «يلهث من أجل أن يتنفس»؛ أحيانا تكون شفته ممزقة.

عند الأطفال الصغار يمكن أن تحدث هذه العوارض إذا تعرض الطفل للأشياء الصغيرة «في مجى الحلق الخاطئ» (يعني ذلك في مجرى التنفس = شفط جسم غريب). لذلك لا تتركوا أبدا الكرات الصغيرة، الأزرار، حبات الفول السوداني وهكذا، ملقاء حوله!



إذا كان لدى الطفل حمى، سيلان للألعاب من الفم ولا يستطيع البلع نتيجة ألم شديد في الحلق، فإن أغلب الظن أن الإصابة بـ **بعض التهاب اللهاة** هي السبب (التهاب لسان المزمار).

احذروا: هذه الحالة تهدد الحياة ويجب معالجتها فورا!

هل مقدمة حلق الطفل متورمة، إن الوضع على الأغلب ينطوي على رد فعل حساسية.

الأسباب الأخرى هي التهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد (مع سعال يشبه النباح، طالعوا الصفحة ٩)، الربو أو التهاب القصبات الهوائية (طالعوا الصفحة ٩).

التدابير الأولية

١. التزموا الهدوء. إذا تصرفتم دون وعي، فإن خوف الطفل وكذلك صعوبة التنفس تصبح أكبر.
٢. لا تحاولوا في أي حال من الأحوال البحث عن الشيء في فم طفلكم أو أن تدخلوا أي شيء في فمه، إذا ما واجهه صعوبة في التنفس.

إذا كان الطفل أصغر من سنتين، مدوه وبطنه نحو الأسفل على ركبتيكم وقوموا بصفعه عدة صفعات على ظهره. ثم قوموا بقلبه والضغط على عظمة الصدر خمس مرات.

في حالة الأطفال الأكبر سنا اجلسوا خلف الطفل، مدوا ذراعيك تحت ذراعيه وأحيطوا الطفل على مستوى الصدر. اجعلوا قبضة إحدى اليدين على المعدة والأخرى فوقها. اضغطوا لفترة قصيرة لكن بقوة، بحيث تسحبون القبضتين نحو الأعلى.

٣. إذا كنتم تعتقدون أن الطفل مصاب بالتهاب الحنجرة وتضيق الرغامي الحاد أو التهاب القصبات الهوائية، أبقوه في غرفة الاستحمام منحنيا على ذراعيه واجعلوا الماء الساخن يجري من رشاش الاستحمام أو صنابير الماء مفتوحة على مصراعيها لإنتاج الكثير من البخار.



إذا كان الطفل يجد صعوبة في التنفس رغم كل هذه التدابير،

إذا ابتلع شيئاً ولا يستطيع بقصه خارجاً،

إذا أصبح فاقداً للوعي،

اطلبوا الإسعاف (هاتف ١٤٤).

إذا كان الطفل لا يتنفس، ابدأوا بعملية الإنعاش، إذا كنتم قد تعلمنموها.

التشنجات

سقط طفلكم. توقف عن التفاعل إذا ما تحثتم معه وينفس بصوت عال؛ ربما يصدر عن اليدين والساقيين تشنجات متوازرة. هذه حالة تشنج يمكن أن تنتج عن الحمى (تشنجات الحمى طالعوا الصفحة ٨)، ارتجاج قوي للجمجمة (ارتجاج الدماغ) أو من نوبة صرع.

التدابير الأولية

١. أبقوا هادئين. التشنجات تتوقف وحدها بعد دقائق قليلة ولا تؤذى الدماغ.
٢. احرصوا على ألا يؤذى الطفل نفسه (من خلال ضرب شيء صلب).
٣. ضعوا الطفل ممدًا على جنبه أو على بطنه وانزعوا ملابسه.
٤. إذا كان لدى الطفل حمى، اتبعوا التدابير الخاصة بخفض الحرارة (حول الحمى، طالعوا الصفحة ٦)، لكن لا تعطوه أي شيء عبر الفم ما دام فقداً للوعي.

إذا كانت المرة الأولى التي يعاني فيها طفلكم من نوبة تشنج مع أو بدون حمى،

إذا سبق التشنج سقطة على الرأس،

إذا أصيب طفلكم سابقاً بتشنجات دون حمى ودامت النوبة الحالية أكثر من عشر دقائق،
اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤).

إذا كان طفلكم قد عانى من نوبات تشنج سابقاً ولا يفتقهم وضعه،

أبلغوا طبيب الأطفال خلال ساعات قليلة.

فقدان الوعي

في وقت معين، عادة ما يكون فيه طفلكم مستيقظاً، يبدو طفلكم كأنه غط في سبات عميق. إنه يتنفس بشكل غير منتظم أو بصوت عال مسموع.

التدابير الأولية

١. ابقوا هادئين. اجعلوا الطفل مستلقياً على جانبه.
٢. أمسكوا الطفل من كتفيه، هزوه بلطف واقرصوه في شحمة الأذن، كأنكم تحاولون إيقاظه.
٣. راقبوا تنفسه.



إذا لم يستعد الطفل وعيه،
اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤).

إذا استعاد الطفل وعيه،
قوموا بإبلاغ طبيب الأطفال دون تأخير.

التسمم

الوقاية خير من العلاج! احرصوا من أجل ذلك ألا يكون في متناول الأطفال دون عمر ٥ سنوات أي شيء سام! كونوا حذرين خارج شققكم (منزلكم) بشكل خاص!



ما يمكن للأطفال أن يجدوا فيه مواد سامة:

مواد إزالة التربسات الكلسية	المطبخ
منظف السيفون	
مسحوق غسيل الملابس	
مسحوق غسيل الصحنون	
أغساله الصحنون الأوتوماتيكية	
ماء الجافيل (مبlix الغسيل، الكلور المبlix)	
بودرة التنظيف	غرفة الاستحمام
الأدوية	
مواد التجميل	
مواد التعقيم	دوره المياه
مزيل العرق	
الأدوية	غرفة النوم
مواد التجميل	
المشروبات الكحولية	غرفة المعيشة
الوقود والزيت لمصابيح الزيت (الفوانيس)	
منتجات التبغ	
النباتات السامة	الشرفة / موقف السيارة
المواد المضادة للتجمد	
وقود السيارة (البنزين)	
مواد العناية بالسيارة	
الكيماويات الخاصة بتحميس الصور والأعمال الحرافية	غرفة الهوايات
كيماويات الحديقة	
النباتات السامة	

إذا تسبب الطفل بتسممه على الرغم من كل الحذر ...

التدابير الأولية

١. لا تحاولوا جعل طفلكم يستفرغ (إلا بأمر من الطبيب).
٢. حاولوا اكتشاف،
 - أي مادة سامة
 - الكمية
 - ومتى تم ابتلاعها.
٣. انتبهوا إذا ما كان طفلكم يظهر أعراضًا غير اعتيادية.
٤. كم هو وزن طفلكم؟

اتصلوا في كل الظروف دون تأخير بطبيب الأطفال أو مركز السموم في زيورخ (هاتف ٤٥١)؛ هم سيسألونكم عن المعلومات المذكورة سابقاً، وسينصحونكم بما عليكم فعله بعد ذلك.



لا تنسوا: إذا طلب منكم التوجّه إلى المستشفى، لا تقدروا وأنتم وحدكم مع الطفل. لا تنسوا أيضًا أن تأخذوا معكم المنتجات المتناولة (المبلوحة) مع مغلفاتها، المادة التي تم استقرارها وحوضاً.

اتصلوا على الإسعاف (هاتف ١٤٤)،
إذا فقد الطفل وعيه أو كان يتنفس بشكل غير منتظم.



الحوادث



كذلك في هذا المجال ينطبق القول: الوقاية خير من العلاج!

كونوا حذرين بشكل خاص مع مرطبات الهواء البخارية، مع المقالي وأباريق الشاي المملوئة بالماء الساخن، مأخذ الكهرباء، أحواض السباحة، الأحواض البيئية (أكحواض تربية السمك وهكذا) وغيرها الكثير!

طالعوا أيضاً توصيات المكتب الاستشاري للوقاية من الحوادث (bfu).



الحرائق

التدابير الأولية

١. قوموا بتبريد الجزء المحروق فقط وفوراً بماء جار ذو حرارة معتدلة (١٥ - ٢٠°C)، بعد أن تكونوا قد حررتم الجلد المصاب من الملابس إذا كان ضرورياً وممكناً. لا تقوموا بتنزيف الملابس الملتصقة بالجلد.

تحذير: الرضع، الأطفال الفاقدين للوعي أو الإصابات المتسبعة الرقيقة يجب عدم تبریدها.

٢. استعملوا الباراسيتامول كدواء مسكن للألم.

٣. إذا كانت ملابس الطفل مشتعلة، أطفئوا النار بواسطة الماء أو غطوا الطفل ببطانية مصنوعة من مواد غير صناعية.

حتى وإن بدت الحرائق سطحية أو كان السطح المحروق صغيراً،

أبلغوا طبيب الأطفال!



إذا بدت الحرائق عميقاً أو كانت متسبعة الرقيقة، أحضروا الطفل فوراً إلى المستشفى!



تحذير: - الحرائق في منطقة الوجه، اليدين أو القدمين أو الأعضاء التناسلية يجب فحصها من قبل الطبيب في كل الأحوال.

- لا تضعوا الدهن، القطن أو الضمادة أبداً على جروح الحرائق.

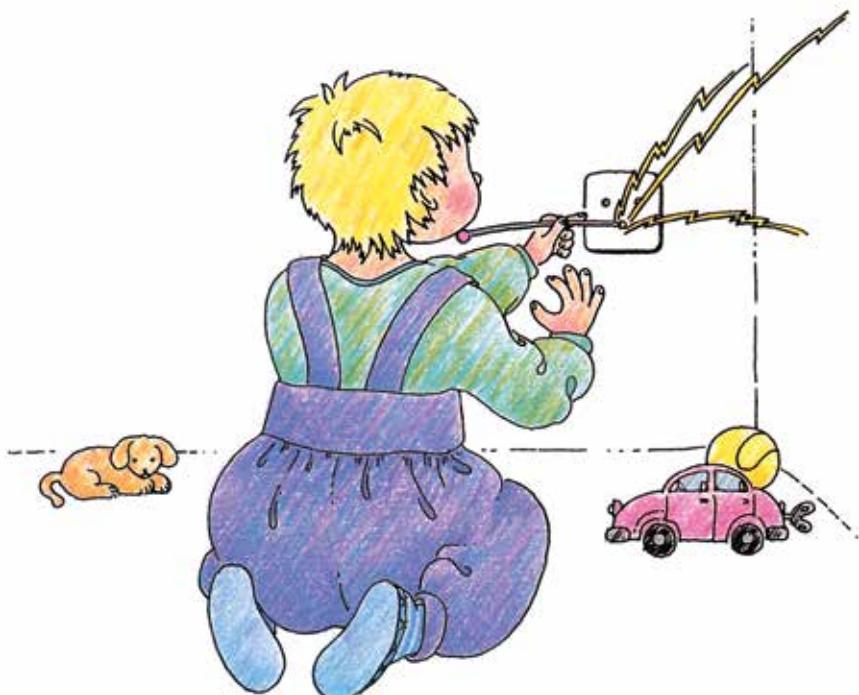
- لا تقوموا نهائياً بتنقب فقاعات الحرائق بأنفسكم.

حوادث الكهرباء

التدابير الأولية

١. أطفئوا (اقطعوا) مصدر الكهرباء، قبل أن تلمسوا الطفل. إذا كان ذلك غير ممكناً، افصلوا الطفل عن مصدر الكهرباء بواسطة شيء غير معدني. يجب أن تكون يديكم جافة حينها.
٢. تأكروا أن الطفل بوعيه. إذا كان الطفل فقداً للوعي وكنتم على علم بمتغيرات الإنعاش، قوموا بتطبيقها.
٣. افحصوا إذا ما كان الطفل يعاني من الحروق. إذا وجد ذلك، قوموا بتبريد الجلد المحروق بواسطة ماء دافئ (طالعوا الصفحة ٣٥).

اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤) واستمروا بتطبيق تدابير الإنعاش إذا كان الطفل ما يزال فقداً للوعي.



الغرق

التدابير الأولية

- إذا كان الطفل واعياً، دثروه ببطانية أو قطعة ملابس جافة، بعد أن تكونوا قد نزعتم ملابسه.

إذا كان الطفل فقداً للوعي، ابدأوا فوراً بتدابير الإنعاش، إذا كنتم في وضع يسمح بذلك.
اتصلوا بالإسعاف (هاتف ١٤٤).



تحذير: أحضروا الطفل إلى المستشفى في كل الأحوال حتى وإن كان واعياً. المضاعفات يمكن أن تحدث بعد عدة ساعات من الحادث.



الرضيع منذ الولادة وحتى الشهر الثالث

رضيعكم

- لديه شهية جيدة،
- يستقرغ قليلاً أو لا يستقرغ نهائياً،
- يخرج البراز مرة أو أكثر من مرة يومياً،
- ليس لديه حمى (أقل من ٣٨ درجة)،
- يصبح بفورة.

لا داعي للقلق، حتى وإن ...

- صاح ما بين الساعة ١٠-٧ مساء دون توقف (ذلك مزعج إلا أنه طبيعي)،
- بكى ورافق ذلك سحب ساقيه إليه بشكل متواتر؛ ذلك يدل على «المغص»؛ أسلوا طبيب أطفالكم للحصول على النصيحة،
- يتم إرضاعه ومنذ عدة أيام لا يخرج البراز؛ يمكن أن يحدث ذلك إذا كان يتناول حليب الأم على وجه الحصر؛ أسلوا طبيب الأطفال في حال كان الطفل لا يشعر بالارتياح.

لكن ...

- إذا كانت درجة حرارة جسم الطفل فوق ٣٨ درجة مئوية،
- إذا كان يتصرف بشكل غير اعتيادي (على وجه الخصوص أن يبكي بضعف)،
- إذا كان يستقرغ بشكل متكرر «مشكلاً قوساً مرتفعاً»،
- إذا كان برازه رخوا ومتكرراً (حتى وإن كان الطفل يتم إرضاعه)،
- إذا كانت سرتها محمرة أو قرمzieة ومتقيحة،

أبلغوا طبيب الأطفال بسرعة!



تم نشرها من قبل الجمعية السويسرية لطب الأطفال

المؤلفون:

د. إيزابيل جيرمان - نيکود

د. جوزيان راشين شنام

د. أنس الجدع

Vincent, Sophie et les autres...

د. إيزابيل جيرمان - نيکود، © ١٩٩٥

د. إيزابيل جيرمان - نيکود،

الطبعة الأولى ٢٠١٧

Werbeatelier HP. & E. Meier

s+z: gutzumdruck، بريج-جليس

نقاها للعربية:

عنوان الإصدار الأصلي باللغة الفرنسية:

© ١٩٩٥

الرسومات:

الجمل والطبااعة:

تم الإعداد بواسطة خبرات ودعم مادي من migesplus - معلومات حول الصحة بلغات متعددة
www.migesplus.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
migesplus.ch



ssp sgp

SWISS SOCIETY OF PAEDIATRICS

Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche
Les médecins de vos enfants et adolescents
I medici dei vostri bambini e adolescenti