

# الحساسيات في مرحلة الطفولة المبكرة

## الحساسية الحادة:



في بعض الأحيان يصاب الأطفال بحساسيات حادة قد تعرضهم لخطر الموت عندما يتناولون طعاماً خاصاً لأول مرة، تظهر البقع الحمراء الموجبة للحك في كل أنحاء الجسم ويتورم الفم والحنجرة واللسان ، وتحدث صعوبات في التنفس

يعتقد أن هذه الحساسية ناجمة عن طعام بات الطفل حساساً له منذ كان في رحم أمه أو أثناء الرضاعة من ثدي أمه



## ١-حساسية الأطفال للحليب:

إن كان الطفل حساساً لحليب البقر ولا يرضع الرضاعة الطبيعية عليك ربما استعمال الحليب المجفف المرتكز على الصويا يمكن استخدام الحليب المرتكز على الصويا أيضاً للأطفال الذين يرضعون من الزجاجاة ولا يتحملون هضم اللاكتوز .

# ➤ أعراض الحساسية الناتجة عن الطعام على أجهزة الجسم المختلفة:

## البولي والتناسلي

- نزيف مع التبول

## الدوري

- هبوط في الدورة الدموية

## العصبي

- صداع ، أرق ، نعاس

## الهضمي

- قيء - اسهال
- فقدان شهية
- إمساك - غثيان
- تضخم في الطحال والكبد
- سوء امتصاص
- التهاب الشفاه
- سوء هضم
- التهاب الفم
- آلام في البطن
- نزيف بالقناة الهضمية

## الجلدي

- أكزيما
- بقع والتهابات الجلد

## التنفسي

- التهابات الشعب الهوائية (الربو)
- التهاب الأذن
- سعال مزمن
- التهاب الأنف
- عطاس
- صعوبة في التنفس.



## ➤ معالجة الحساسية:



- إذا كان العامل المسبب لظهور هذه الأعراض هو تناول نوع معين من الطعام أو مجموعة من الأطعمة ، فإن السبيل لعلاج هذه الحالة هو التوقف عن تناول هذه الأنواع من الأطعمة. إذا كانت العائلة تزخر بسجل من الحساسية يجب قبل كل شيء التخفيف من نطاق الأطعمة التي يتناولها الطفل
  - استشارة أخصائي التغذية
  - عدم فرض أي نوع من الحمية الغذائية للطفل قبل استشارة الطبيب المختص
  - أثناء الإرضاع تكون الأم حذرة بشأن تناول الأطعمة التي قد تثير الحساسية كي لاتصل إلى الطفل عبر حليب الثدي
  - تعريف الطفل على المأكولات الجامدة رويداً رويداً وترك عدة أيام فاصلة بين كل نوع جديد آخر لمعرفة النوع المذنب في حال حدوث حساسية

## ➤ ٢- حساسية القمح:



- يعد هذا المرض من الأمراض الموجودة لدى شريحة من الناس، وهو ليس مرضاً جديداً بل من مئات السنين، قد تحدث الإصابة بهذا المرض في أية مرحلة عمرية من الطفولة وحتى الشيخوخة المتأخرة، وبعض الحالات المرضية مثل (متلازمة داون- السكري المعتمد على الانسولين- ومتلازمة تيرنر )
- أما في المملكة العربية السعودية فتشير الدراسات الحديثة التي تمت عن طريق فحص عينات الدم لأشخاص طبيعيين إلى وجود مضادات السياليك عند ٢ % من الأشخاص وهي نسبة عالية مقارنة لمعدل الإصابة في الدول الأخرى



## ➤ السيلياك:

مرض يصيب الأمعاء الدقيقة، بسبب مادة الجلوتين وهو البروتين الموجودة في القمح، والشعير والشوفان وينتج عنه ضمور شديد في خلايا امتصاص الأغذية الموجودة في الأمعاء مما يسبب سوء تغذية شديد، عادة يصيب أكثر من فرد في العائلة لذا يجب فحص أفراد الأسرة.  
لا يعد مرض السيلياك وراثياً ولكن نسبة حدوث المرض أعلى عند الأقارب من الدرجة الأولى

**الحبوب:** القمح، الشعير ومنتجاتها مثل المخبوزات الكيك المكرونة والبيتزا  
**الجلوتين الخفي:** وهو الموجود في غير مكان وجوده الطبيعي والذي يصل للغذاء من خلال المواد المضافة للأغذية المصنعة مثل: المستحلبات والنكهات ومحسنات القوام وغيرها التي تضاف إلى العديد من الأغذية المصنعة مثل: النقانق، الشوربة الجاهزة، الصلصات والأطعمة المعلبة أو تلوث بعض المنتجات من الآلات المشتركة في المصانع

الجلوتين



## الأطفال/

- الاضطرابات والتوتر
- مشاكل في النمو
- انتفاخات في البطن
- القي

## بشكل عام في الكبار/

- آلام وانتفاخات وغازات في البطن، وشحوب في الوجه
- إسهال مزمن مع وجود مادة دهنية في البراز ورائحة كريهة
- نقص في الوزن

أعراض حساسية  
القمح:

مضاعفات  
حساسية القمح:

أورام في  
الجهاز  
الهضمي

تأخر  
الدورة  
الشهرية

نقص في  
الوزن  
والعضلات

هشاشة  
العظام

فقر الدم

## ٣- حساسية البيض

المرجع: مايو كلينك

- يعد البيض أحد أكثر الأطعمة المسببة للحساسية شيوعًا لدى الأطفال.
- وعادة يتراوح وقت حدوث أعراض حساسية البيض بين بضع دقائق إلى بضع ساعات بعد أكل البيض أو أكلة تحتوي على البيض.
- تتراوح الأعراض من خفيفة إلى حادة ويمكن أن تشمل الطفح الجلدي والارتكازيا واحتقان الأنف والقيء أو مشاكل هضمية أخرى.
- نادرًا ما تسبب حساسية البيض حساسية مفرطة — وهي رد فعل يهدد الحياة.
- يمكن أن تحدث حساسية البيض في وقت مبكر من الطفولة. يتغلب معظم الأطفال، ولكن ليس جميعهم، على حساسية البيض قبل المراهقة.



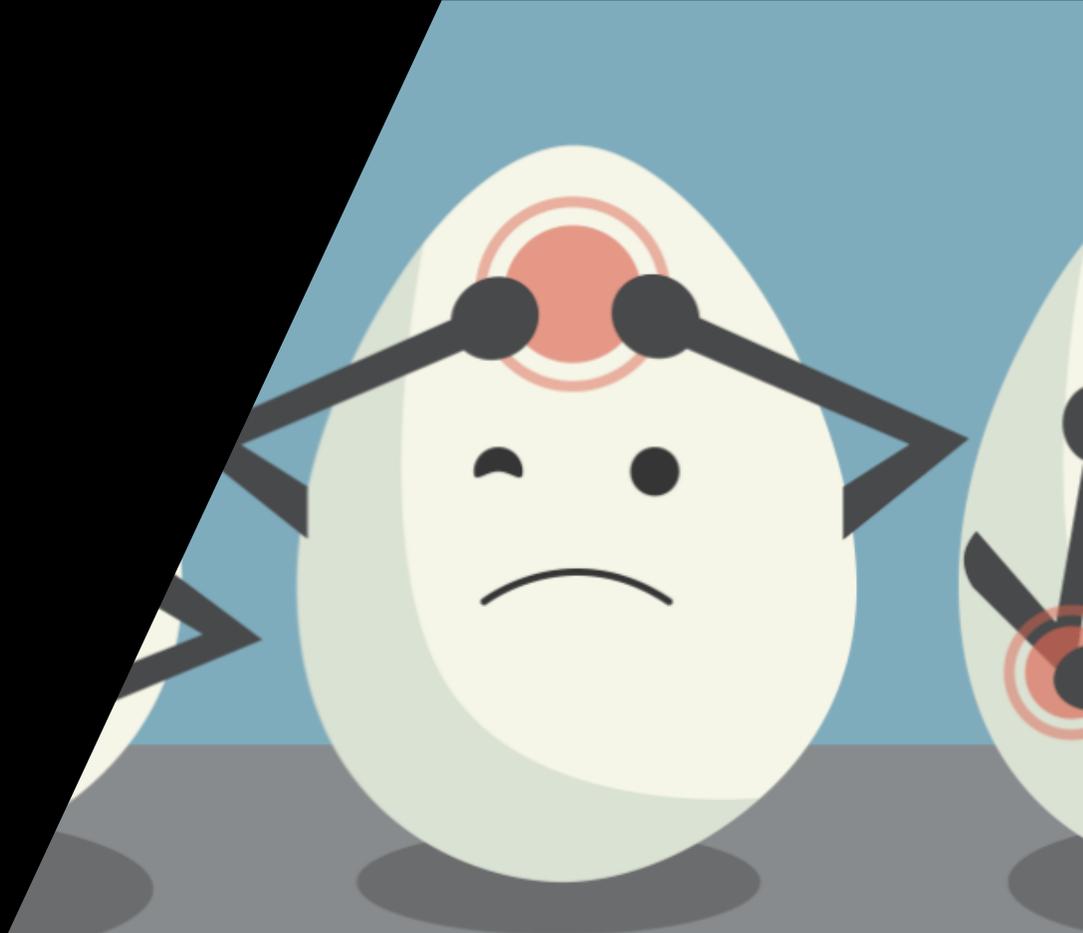
# الأسباب :

- ترجع حساسيات الطعام إلى رد فعل مفرط من الجهاز المناعي. وفيما يتعلق بحساسية البيض؛ يتعرف الجهاز المناعي على أحد بروتينات البيض عن طريق الخطأ على أنه بروتين ضار. عندما تتناول أنت أو طفلك بروتينات البيض، تتعرف عليها خلايا الجهاز المناعي (الأجسام المضادة) وترسل إشارة للجهاز المناعي لإطلاق الهستامين وغيره من المواد الكيماوية التي تسبب علامات الحساسية وأعراضها.
- يحتوي صفار البيض وبياضه كلاهما على بروتيناتٍ يمكن أن تسبب الحساسية، على أن الحساسية من بياض البيض هي الأكثر شيوعًا. ومن الممكن أن يصاب الرضع الذين يتغذون على رضاعة طبيعية بردة فعل تحسسية تجاه البيض من خلال لبن الأم إذا كانت تتناول البيض .



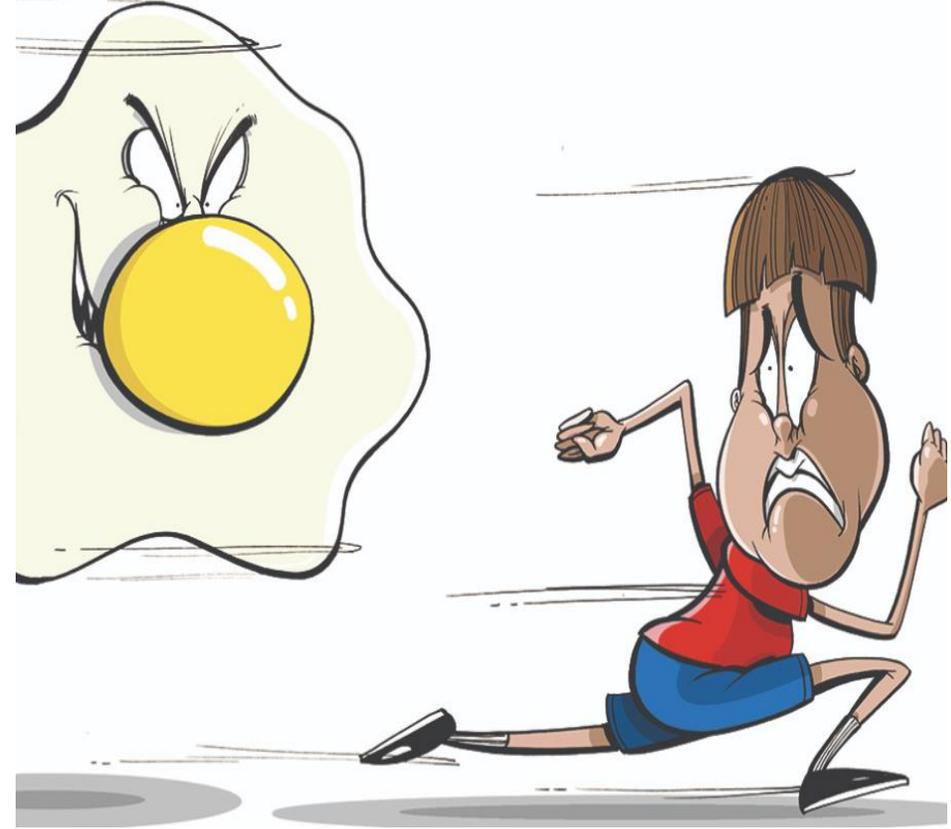
# الأعراض :

- تختلف تفاعلات الحساسية تجاه البيض من شخص إلى آخر وعادةً تحدث بعد التعرض للبيض بوقت قريب. يمكن أن تتضمن الحساسية تجاه البيض ما يلي:
- التهاب الجلد، وهذا أكثر تفاعل تحسسي تجاه البيض انتشارًا.
- احتقان الأنف، ورشح الأنف والعطاس (التهاب الجيوب الأنفية التحسسي)
- الأعراض التي تصيب الجهاز الهضمي، مثل التشنجات والغثيان والقيء
- علامات وأعراض الربو مثل السعال أو الأزيز أو ضيق الصدر أو ضيق التنفس .



## عوامل الخطر :

- قد تزيد بعض العوامل من خطر الإصابة بحساسية البيض:
- التهاب الجلد التأتبي. يُعد الأطفال الذين يعانون هذا النوع من التفاعلات الجلدية أكثر عرضة للإصابة بحساسية الطعام أكثر من الأطفال الذين لا يعانون مشكلات جلدية.
- التاريخ العائلي. يزيد خطر إصابتك بحساسية الطعام إذا كان أحد والديك أو كلاهما يعاني الربو أو حساسية الطعام أو نوعًا آخر من الحساسية — مثل حمى القش أو الشرى أو الإكزيما.
- العمر. تعتبر حساسية البيض أكثر شيوعًا عند الأطفال. مع التقدم في العمر، ينضج الجهاز الهضمي ويقل حدوث تفاعلات الحساسية المرتبطة بالطعام.



# المضاعفات :



- إن من أهم مضاعفات حساسية البيض الإصابة بتفاعل حساسية شديد وهو ما يتطلب حقن الأدرينالين والمعالجة الطارئة.

- إن استجابة الجهاز المناعي ذاتها والتي تتسبب في حساسية البيض قد تتسبب أيضًا في أمراض أخرى. إذا كنت تعاني أنت أو طفلك حساسية البيض، فقد تكون أنت أو طفلك في خطر متزايد للإصابة بـ:

- حالات الحساسية من الأطعمة الأخرى، مثل الحليب أو فول الصويا أو الفول السوداني

- حالات الحساسية من وبر الحيوانات أو عث الغبار أو حبوب اللقاح

- تفاعلات حساسية الجلد مثل التهابات الجلد

- الربو، وهو ما يزيد بدوره من خطر الإصابة بتفاعل حساسية شديد للبيض أو الأطعمة الأخرى

# الوقاية :



- فيما يلي بعض الأمور التي يمكن القيام بها لتجنب تفاعل الحساسية ومنع تفاقم الحالة في حالة حدوث أحد التفاعلات.
- اقرأ ملصقات الطعام بعناية. يتعرض بعض الأفراد لحساسية من الأطعمة التي تحتوي على مقدار من البيض ولو كان صغيرًا جدًا.
- كن حذرًا عند تناول الطعام في الخارج. فقد يكون الخادم أو الطاهي غير متأكد تمامًا بشأن ما إذا كانت الأطعمة تحتوي على بروتينات البيض.
- ارتد سوارًا أو قلادة للحساسية. فقد يكون هذا الأمر مهمًا للغاية إذا كنت تعاني أنت أو طفلك تفاعلًا حادًا ولا يمكنك إخبار مقدمي الرعاية أو الآخرين بما يحدث.
- أخبر مقدمي الرعاية لطفلك بشأن معاناته حساسية البيض. تحدث إلى جليسات الطفل أو معلميه أو أقاربه أو مقدمي الرعاية الآخرين بشأن حساسية الطفل حتى لا يقدموا لطفلك عن طريق الخطأ منتجات تحتوي على البيض. تأكد من تفهمهم لما ينبغي فعله في حالة الطوارئ.
- تجنبي تناول البيض، إذا كنتِ ترضعين طفلك رضاعة طبيعية. إذا كان طفلك يعاني حساسية البيض، فقد يتحسس الطفل تجاه البروتينات الموجودة في حليب الرضاعة.

# اختبارات الحساسية مايو كلينك

## • نظرة عامة

- في أثناء اختبارات حساسية الجلد، يتم تعريض جلدك لمواد يشتبه في تسببها بالحساسية (مسببات الحساسية) ثم تتم متابعته لاكتشاف علامات رد الفعل التحسسي.
- بجانب التاريخ الطبي، ربما تتمكن اختبارات الحساسية من تأكيد ما إذا كانت هناك مادة معينة تقوم بلمسها، أو استنشاقها أو تناولها تتسبب في ظهور الأعراض.



## لماذا يتم إجراء ذلك

- قد تساعد المعلومات التي تم الحصول عليها من اختبارات الحساسية الطبيب في تطوير خطة علاج للحساسية تتضمن تجنب مثيرات الحساسية أو الأدوية أو حقن الحساسية (العلاج المناعي).
- تُستخدم اختبارات حساسية الجلد على نطاق واسع للمساعدة على تشخيص حالات الحساسية، بما في ذلك:
  - حمى القش
  - الربو التحسسي
  - التهاب الجلد التأتبي (إكزيما)
  - حساسيات الطعام
  - حساسية من البنسلين
  - الحساسية من سم النحل
  - الحساسية تجاه اللاتكس

## المخاطر

- يعد الأثر الجانبي الأكثر شيوعًا لاختبار الجلد هو وجود بثور متورمة قليلاً بلون أحمر تثير الحكة. قد يتم ملاحظتها بدرجة أكبر في أثناء الاختبار. وعلى الرغم من ذلك، قد ينشأ تورم واحمرار وحكة في منطقة من الجلد بعد الاختبار بعدة ساعات، ويستمر لبضعة أيام.
- في أحيان نادرة، يمكن أن ينتج عن اختبارات حساسية الجلد رد فعل تحسسي فوري شديد؛ لذا فمن المهم أن تجري اختبارات الجلد في عيادة تتوفر فيها الأدوية والأجهزة المناسبة لحالات الطوارئ.

## اختبار وخزة الجلد :

- يتحقق اختبار وخزة الجلد، ويسمى أيضاً اختبار التمزق أو الخدش، من ردود الفعل التحسسية الفورية تجاه ٤٠ مادة مختلفة في وقت واحد. عادةً ما يتم إجراء هذا الاختبار لتحديد الحساسية تجاه حبوب اللقاح، والعفن، ووبر الحيوانات الأليفة، وسوس الغبار والأطعمة. عادةً ما يتم إجراء الاختبار للبالغين في الساعد. يمكن إجراء الاختبار للأطفال أعلى الظهر.



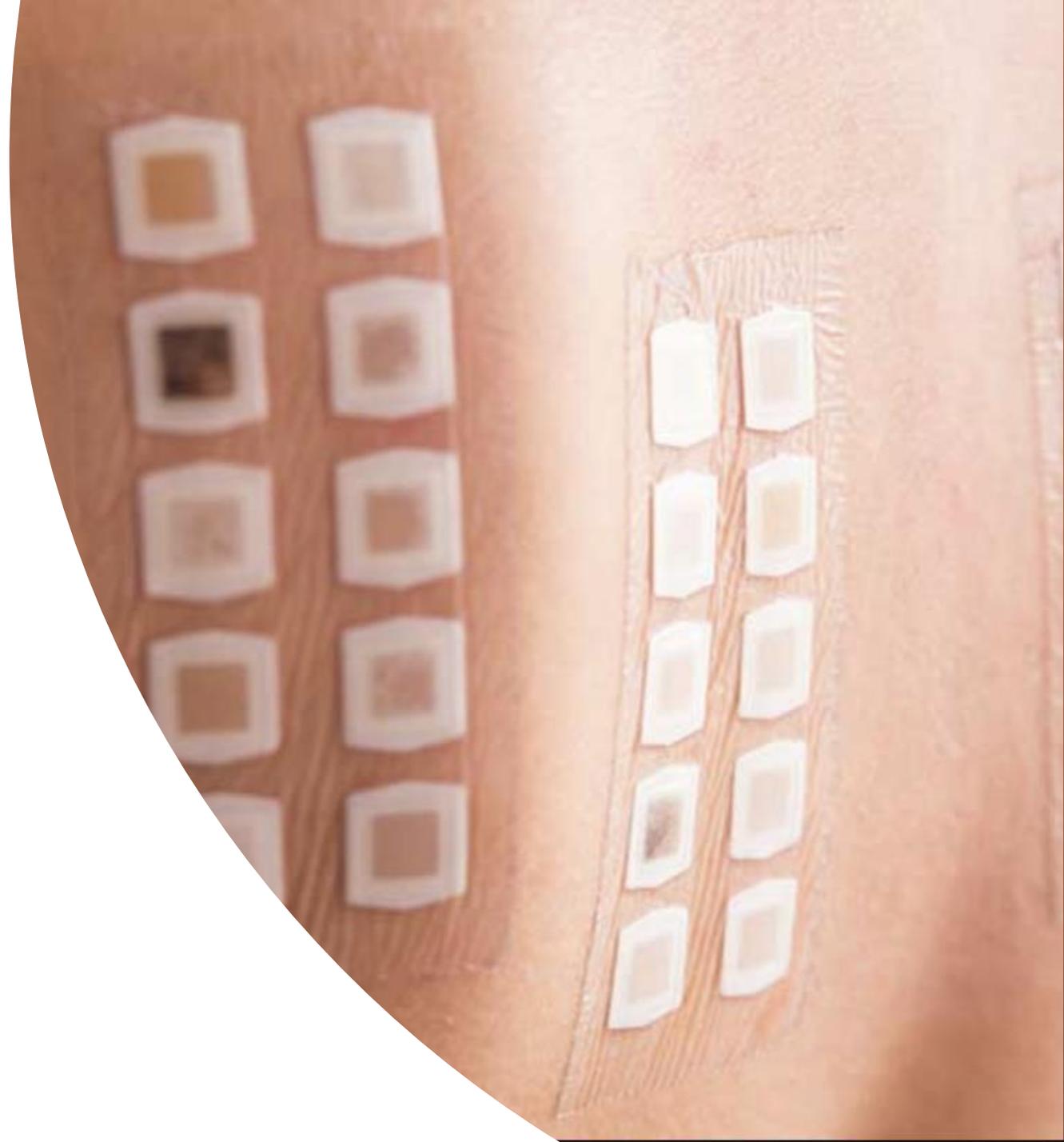
## اختبار حقن الجلد :

- من الممكن إجراء اختبار يستخدم إبرة لحقن كمية صغيرة من مستخرج مسبب الحساسية في الجلد على الذراع (اختبار داخل الجلد). يتم فحص مكان الحقن بعد مرور ١٥ دقيقة تقريباً للبحث عن علامات عن رد الفعل التحسسي. قد يوصي الطبيب بإجراء هذا الاختبار للتحقق من وجود حساسية تجاه سم الحشرة أو البنسيلين.



## اختبار اللاصق :

- يتم إجراء اختبار اللاصق بشكل عام لمعرفة ما إذا كانت هناك مادة معينة تسبب تهيج الجلد التحسسي (التهاب الجلد التماسي). يمكن أن يكشف اختبار اللاصق عن ردود فعل تحسسية متأخرة، والتي يمكن أن تستغرق عدة أيام للظهور.



# النتائج

- قبل مغادرة عيادة الطبيب، سوف تظهر نتائج إجراء اختبار وخزة الجلد. قد يستغرق اختبار رقعة الجلد عدة أيام أو أكثر لتقديم النتائج.
- يعني اختبار الجلد الإيجابي وجود حساسية من مادة معينة. تشير العلامات الأكبر حجمًا إلى درجة أكبر من الحساسية. يعني اختبار الجلد السلبي أنك على الأرجح لا يوجد حساسية لمادة معينة.
- ضع في الاعتبار أن اختبارات الجلد غير دقيقة دائمًا. يشير بعضهم في بعض الأحيان إلى وجود حساسية عندما لا يوجد (إيجابي خطأ)، أو قد لا يحفز اختبار الجلد حدوث رد فعل عندما تتعرض إلى مادة تعاني حساسية منها (سلبي خطأ). قد تتفاعل بطريقة مختلفة مع نفس الاختبار عند إجرائه في مناسبات مختلفة. أو قد تتفاعل إلى مادة إيجابيًا في أثناء إجراء اختبار ولكن لا تتفاعل معها في الحياة اليومية.

الأدوية واستخداماتها  
وتخزينها





## المهتويات

---

الأدوية

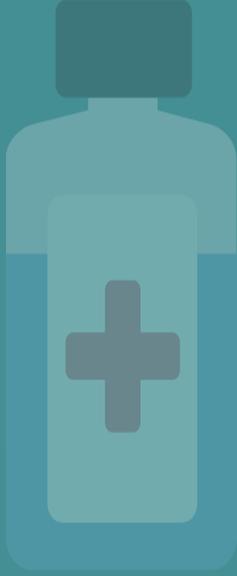
طرق تخزين الدواء

تحذيرات فيما يخص الدواء

نصائح كيف تعطين الدواء لطفلك

الدواء البديل وطفلك

## ماهي الأدوية؟



الأدوية عبارة عن أدوات يمكنها تصحيح مشكلة طبية أو علاجها، أو الوقاية من حدوثها. كما يمكن استخدامها ليزيد شعور طفلك بالراحة عن طريق تخفيف الأعراض.

لكن مثل جميع الأدوات ، يجب استخدام الأدوية بالطريقة الصحيحة لتعمل بشكل صحيح.



وفي هذا الفصل سنساعدك على فهم طريقة عمل الأدوية وطريقة اختيار الدواء المناسب لطفلك وطريقة إعطائه الدواء

بالإضافة إلى ذلك سوف نناقش مايجب تعرفه عن البدائل والرعاية الصحية المتكاملة قبل اختيارها لطفلك كما سنوضح الطريقة الصحيحة والآمنة لتخزين الأدوية.



## في بعض الأحيان يكون أفضل علاج هو عدم تناول أي أدوية على الإطلاق

ففي حالة العديد من الأمراض الشائعة مثل **نزلات البرد** لا يحتاج الأطفال لأي دواء، ولا توجد أي وصفات أو أدوية سوف تسرع من دورة نزلة البرد لدى الطفل، وقد تطفئ الآثار الجانبية للعقار على أي احتمال لتسكين الأعراض التي يشعر بها الطفل. في حالة نزلات البرد وغيرها من الأمراض الفيروسية الشائعة ينصحك الطبيب بتجربة **بعض أنواع العلاج غير الطبية** لتساعد طفلك على الشعور بالتحسن



قطرات المياه المالحة في الأنف



المزيد من السوائل



الراحة



مرذاذ المياه الباردة

وتعد هذه الطريقة أفضل من الوصول التلقائي لزجاجة الدواء .

## لماذا؟

لأنه قد يزيد من إعطاء الدواء كاستجابة لا إرادية لكل زكام أو وجع أو ألم بسيط - من سوء الحالة  
لأنه واقعا لكل دواء آثاره الجانبية. ووضع هذا المثال يرسخ لدى  
الطفل فكرة لاحقة في الحياة  
". وهي: "تشعر بسوء؟.. تناول دواء



بعد تجربة بعض أنواع العلاج غير الطبية يمكنك تقدير اجتناب طفلك إلى نوع من العقاقير  
لكن أين ومن أي العقاقير؟

يمكن تقسيم الأدوية العديدة المتاحة للأطفال إلى فئتين رئيسيتين



أدوية تصرف من دون وصفات طبية

والتي يمكن شراؤها من  
دون وصفة طبية من الطبيب.



أدوية الوصفات الطبية

والتي يجب أن يكتبها طبيب الطفل أو  
غيره من المرخص لهم بكتابة الوصفات  
الطبية

وأيا كان اختيارك يجب عليك سؤال الطبيب أو الصيدلي، عن الجرعة المناسبة، ومدة استمرار الطفل في أخذ الدواء، ولا تفترض أنه لاستخدامك جرعة معينة من عدة أشهر فإنها ستظل الجرعة المناسبة لطفلك في الوقت الحالي؛ فالأطفال يكبرون سريعاً، وزيادة الوزن قليلاً تعني أن الطفل بحاجة الآن لزيادة جرعة الدواء.

## تحذير!!

يجب ألا تعطي الطفل الذي لم يبلغ عامين من العمر أي دواء من دون استشارة طبيب الطفل أو الصيدلي. فإذا نصحك الطبيب بمنتج يصرف من دون وصفة طبية لإعطائه للطفل فاطلبي من الصيدلي مساعدتك في اختيار المنتج المناسب لطفلك. يستطيع الصيدلي أن ينصحك بالمنتج المناسب، كما أنه يستطيع مساعدتك في التأكد من إعطائك لطفلك أدوية أكثر من اللازم، باختيار المنتج الذي يحتوي على أكثر مما تستدعي حاجتك إليه.

يجب عليك التأكد من أن الطبيب والصيدلي على علم بحساسية طفلك لأي من العقاقير، أو أي ردود أفعال للأدوية التي أخذها الطفل سابقاً أو بأي أدوية أخرى (بوصفة طبية أو من دون وصفة طبية) قد وصفها أحد مقدمي الرعاية الصحية ويأخذها طفلك.

## ⚠️ تحذير آخر !! ⚠️

لا تعطي الأسبرين للطفل من دون موافقة الطبيب؛ حيث يرتبط الأسبرين **بمتلازمة راي (وهي خلل خطير ومميت)** بخاصة عند إعطائه للأطفال المصابين بنزلات الإنفلونزا أو مرض الجدري، كما أنه قد يتداخل الأسبرين مع طريقة معالجة جسم طفلك للأدوية الأخرى. يجب عليك تعرف أن الأسبرين يستتر داخل العديد من الأدوية مثل بيبتو بيسمول وإكسدرين وألكا - سيلترز وغيرها من الأدوية لذا ينبغي أن تقرئي النشرة الطبية الموجودة مع أي دواء تخططين لإعطاءه لطفلك



## ما فائدة الاسم؟

ما الذي يجب عليك شراؤه، اسم العلامة التجارية باهظة الثمن أم العلامة التجارية الأرخص؟؟

عندما يتعلق الموضوع بالأدوية التي تصرف من دون الوصفات الطبية والفيتامينات فيمكن أن يكون السعر وجه الاختلاف الوحيد. وقد تنتج نفس الشركات العلامات التجارية المحلي والعلامات التجارية الرخيصة، والمستهلكون الذين يشترون الصيغ عالية الثمن يدفعون المزيد للتغليف والإعلان. قارني مسميات العديد من العلامات التجارية واطلبي النصيحة من الصيدلي



## كيف تعطين الدواء لطفلك ؟

توجد بعض نصائح الأمان التي يجب عليك اتباعها قبل وضع ملعقة الدواء في فم طفلك

تذكري دائماً:

2

اقرئي التعليمات بعناية  
لتعرفي إذا كان يجب أخذ الدواء  
مع الطعام أم من دون طعام  
وعدد مرات أخذ الدواء  
في اليوم، وإذا كان الدواء  
بحاجة للتبريد أو الرج  
اقرئي النشرة الطبية  
كاملة في كل مرة تعطين فيها  
الجرعة لطفلك

1

قبل مغادرة الصيدلية  
تأكدي من حصولك على الدواء  
الصحيح المكتوب بالوصفة  
الطبية، وذلك عن طريق  
التأكد من الاسم والجرعة  
المدونة بجانب تعليمات طبيب  
الطفل، فإذا كانت هناك  
أي اختلافات فاطلبي التفسير من  
الصيدلي.

5

تأكدى من تاريخ انتهاء الصلاحية لكل الأدوية قبل شرائها وقبل إعطائها لطفلك وتخلصى من كل الأدوية التي من دون وصفات طبية، والتي انتهى تاريخ صلاحيتها، أو أدوية الوصفات الطبية التي مر عام على تاريخ إنتاجها (تخلصى من جميع الأدوية القديمة بعيدا حتى لا يستطيع طفلك الوصول إليها في سلة المهملات).

4

إذا كان دواء الشرب للطفل مرفقا معه قطارة فاغسلها بالماء الساخن والصابون بعد استخدامها وقبل وضعها مرة أخرى في زجاجة الدواء، وإذا كان لديك أكثر من طفل فيمكنك أن تحتفظي لكل واحد منهم بدواء مستقل من أدوية الشرب التي تصرف من دون وصفات طبية.

3

اسألي عن أي آثار جانبية معروفة يمكن أن تظهر على طفلك إذا كان لديك أي تساؤلات فاسألي الصيدلي قبل مغادرة الصيدلية، أو اتصلي بطبيب الطفل أو الصيدلي بعد العودة إلى المنزل

8

عند قياس الدواء السائل استخدم  
ملعقة  
الجرعة المناسبة أو حقنة الأدوية  
الفموية  
يمكن شراؤها من معظم الصيدليات،  
وإذا كان يجب عليك استخدام  
ملعقة من المنزل فاستخدم ملاعق  
الطهي المعيارية

6

إذا كنت تواجهين صعوبة في  
إعطاء  
الدواء لطفلك فاسأل الصيدلي  
عن الاقتراحات، وعلى الرغم  
من أن أغلب  
أدوية الشرب أصبحت حالياً  
بنكهات فإنه يمكن  
أحياناً خلط الدواء مع  
شراب الشوكولا

7

لا تضعي دواء الشرب أو تكسري  
الحبوب في زجاجة رضاعة الطفل  
فإنه إذا لم يستطع إنهاء زجاجة  
الرضاعة فإنه لن  
يحصل على الجرعة الكاملة من  
الدواء.

11

وإذا كان لديك استفسارات حول  
مدة إعطاء الدواء للطفل فاستشيري  
الصيدلي أو  
طبيب الطفل.

9

عند إعطائك عرضاً لطفلك كمية  
من الدواء  
أكثر من اللازم فاتصلي فوراً  
بـطبيب الطفل أو بالصيدلي  
واتبعي التعليمات التي سيمليها  
عليك

10

أغلب الأدوية التي تصرف من دون  
وصفات  
طبية تستخدم وفق قاعدة عند  
الحاجة، ولكن أغلب أدوية الوصفات  
الطبية بخاصة المضادات الحيوية  
يجب أخذها حتى  
انتهاء الجرعة بالكامل؛ لذا لا توقفي  
الدواء مبكراً حتى لو بدا على طفلك  
التحسن.

14

لا تحاولي تشخيص المشكلة  
التي يعاني منها طفلك بنفسك، ولا  
تستخدمي بقايا  
أدوية الوصفات الطبية من مرض  
سابق، أو الأدوية التي وصفت  
لشخص آخر

12

وإذا كان لديك استفسارات حول  
مدة إعطاء الدواء للطفل  
فاستشيرى الصيدلي أو  
طبيب الطفل.

13

جميع الأدوية تقريبا لها  
آثار جانبية؛ لذا يجب عليك ملاحظة  
ردود الفعل السلبية  
وإبلاغ طبيب الطفل بها على الفور،  
وأخبري الطبيب إذا كان طفلك يأخذ  
أكثر من دواء معاً، لأن بعض الأدوية  
تتفاعل مع بعضها مما يؤدي إلى  
احتمال حدوث حالات  
خطيرة

17

اتصلي بطبيب الطفل إذا  
استمرت أي مشكلة، أو إذا كان طفلك  
لا يتحسن بعد أخذ  
الدواء  
للوقت المحدد، فربما يحتاج إلى  
إعادة فحص، وربما يصف له الطبيب  
دواء آخر أو علاجاً آخر

15

احتفظي بالدواء في مكان بارد  
وجاف؛ فمستوى الرطوبة العالي في  
الحمام يجعل من  
خزانة الأدوية اختياراً غير مناسب؛  
لأن الرطوبة يمكن أن تتسرب إلى  
العديد من الأدوية فتقل فاعليتها،  
ومن الأفضل الاحتفاظ بالأدوية في  
دولاب بالصالة أو على أحد أرفف  
المطبخ، إلا في حالة أنه يجب  
تبريدها

16

للحفاظ على سلامة طفلك  
احتفظي دائماً بالأدوية في عبوات لا  
يفتحها الأطفال،  
ولا يستطيع الأطفال الوصول لها أو  
رؤيتها

# 18

من المهم التحدث مع طبيب الطفل أو الصيدلي عند إعطاء طفلك الذي لم يبلغ من العمر عامين دواء يصرف من دون وصفة طبية؛ لأنه لا يوجد ما يوضح الجرعة التي ينصح بها في النشرات الخاصة بالأدوية التي تصرف من دون وصفات طبية للأطفال في هذه المرحلة العمرية. ولا يجب إعطاء الرضع والأطفال صغار السن نفس الجرعة التي تعطى للأطفال الأكبر سناً، ولا يجب أن يأخذ الأطفال الجرعة التي يأخذها البالغون، وتأكد من معرفتك - ومعرفه طبيب الطفل والصيدلي - الوزن الحالي للطفل.



## لا توجد حلوى في خزانة الدواء

لا تخبري طفلك أن أقراص  
الدواء قطع من الحلوى، أو أن طعمها يشبه طعم الحلوى؛  
فألوان

وأشكال أقراص الدواء تشبه غالبا شكل الحلوى، وقد يقرر طفلك مساعدة نفسه بنفسه؛  
فالتسمم

العرضي بسبب العقاقير الطبية قد يؤدي بالحياة؛ لذا تأكدي من أن طفلك يعلم أن  
أقراص الدواء حتى أقراص الفيتامين ليست للهو أو اللعب

## هل يمكن أن تساعد الرعاية البديلة طفلك

يلجأ العديد من الوالدين إلى كوب من شاي البابونج أو الزنجبيل كخطوة أولى لعلاج نزلات البرد أو الغثيان يمكن للأطفال المتوترين تعلّم الاسترخاء بمساعدة التأمل أو اليوجا، حيث تكمل مثل هذه الأنواع من العلاج البديل الرعاية التقليدية ويمكن لذلك مساعدة طفلك على الشعور بالتحسن.

## هل يمكن أن تساعد الرعاية البديلة طفلك

عند رغبتك في تجربة العلاج البديل لطفلك فيجب عليك أولاً مناقشة العلاج المقترح مع طبيب الطفل، أو تحدثي مع الصيدلي للتأكد من أنه آمن ولن يتعارض مع أي نوع من الرعاية التقليدية التي يتلقاها طفلك، كما يمكن أن يعطيك طبيب الطفل معلومات عن خيارات العلاج، ويمكن أن ينصحك بمتخصص ذو سمعة طيبة وبالتنسيق بين الرعاية البديلة والتقليدية فلن يكون عليك الاختيار بينهما، وبدلاً من ذلك يمكنك الحصول على الأفضل من كلٍ منهما.

نشكر لكم استماعكم

العريج: الدليل العملي لصحة الطفل

إعداد: د. الجوهرة بنت فهد بن خالد آل سعود

بتكليف من: مكتب التربية العربي لدول الخليج

