

لماذا يجب على الأهل النوم قرب أطفالهم الرضع؟



السبت 29 أكتوبر 2016 09:10 م

نشرت الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال في بيان جديد نصائح بضرورة نوم الوالدين مع الأطفال حديثي الولادة في غرفة واحدة من أجل تدارك خطر موت الأطفال خلال نومهم □

وقدم فريق من الخبراء إرشادات بشأن تربية الأطفال، تتضمن مشاركة الأهلين أطفالهم الرضع غرفة النوم، ونوم هؤلاء على أسطح مستقلة وثابتة لمدة لا تقل عن 6 أشهر في المراحل الأولى من حياتهم □

فنوم الأطفال حديثي الولادة في نفس غرفة الآباء يقلل من مخاطر متلازمة موت الرضع المفاجئ أو SIDS بنسبة تصل إلى 50%، وفقا للأكاديمية □

ويشير البيان إلى ضرورة عدم وضع الآباء أطفالهم الرضع على أسطح ناعمة مثل الأريكة، بل وضعهم بدلا من ذلك على سطح لا تغطيه البطانيات أو الوسائد، مع ضرورة عدم وضع الألعاب اللينة في الجوار □

ولا ينبغي للأهل مشاركة أطفالهم الرضع السرير أو وضعهم على فراش لين مخصص للبالغين، فما يقرب من 3500 رضيع يموتون كل عام بسبب طرق النوم الخاطئة في الولايات المتحدة □

وتنصح المنظمات في بريطانيا وأستراليا الآباء بمشاركة أطفالهم حديثي الولادة غرفة النوم لمدة تصل من 6 إلى 12 شهرا، وقالت أليس كالاهان التي درست علم وظائف الأعضاء وتحمل شهادة دكتوراه في التغذية: "يعتقد الكثير من الأشخاص أن نوم الأطفال حديثي الولادة في غرفة منفصلة أفضل من النوم معهم في نفس الغرفة، وهذا الأمر خاطئ".

ويبقى الرضع معرضين لخطر الإصابة بمتلازمة الموت المفاجئ خلال الأشهر الأربعة الأولى من حياتهم □ وأشارت الأكاديمية إلى أن الفراش اللين يمكن أن يؤدي إلى خنق عرضي للرضيع □

نُشر التقرير إياه بعنوان "SIDS وطرق وفاة الرضع المرتبطة بالنوم"، وتتضمن التوصيات المحدثة لعام 2016 ضرورة توفير بيئة آمنة للرضع □ وقالت راشيل مون، أستاذة طب الأطفال في جامعة فيرجينيا والمؤلفة الرئيسة للتقرير، إن هذه التوصيات تهدف إلى توعية الآباء والأمهات وتقديم توجيهات واضحة وبسيطة حول الطرق الأفضل لنوم الرضع □