

لماذا تضعف مناعة طفلي الرضيع في الجو الحار؟



الجمعة 25 أغسطس 2017 05:08 م

كثير من الأمهات يكرهن فصل الشتاء، لأنه مرتبط بتكرار نزلات البرد والتهابات الحلق عند الأطفال، ولكن كثير منهن يُفاجئن بأن انتهاء الشتاء وقدم الصيف لا يعني بالضرورة عدم إصابة الأطفال بمثل هذه الأدوار المرضية □

هل هذا طبيعي أم أن مناعة طفلي ضعيفة؟

مجرد إصابة الطفل بنزلة برد أو التهاب في الحلق في الصيف، ليس له أي علاقة بكفاءة مناعة الطفل إلا في حالات معينة، وهذه الحالات تشمل:

أسباب نزلة البرد عند الأطفال والرضع والوقاية منها

تكرار حدوث أدوار البرد والأنفلونزا بصورة ملحوظة □

تأخر التئام الجروح عند حدوثها □

عدم زيادة وزن الطفل بمعدل طبيعي، ويكون ذلك حسب تقدير الطبيب، وليس حسب رؤية الأم الشخصية □

جدول متوسط الوزن والطول في أول عام من عمر الصغار

وجود نقص في عناصر غذائية رئيسية عند الطفل، يعلن عن نفسه في صورة مشكلات في البشرة والشعر وتكسر الأظافر □

اجتماع المظاهر السابقة ينبئ فعلاً عن وجود خلل في القدرة المناعية لجسم الطفل، ويستلزم تشخيص ذلك القيام ببعض التحاليل حسب رؤية الطبيب □

أما إصابة الطفل بأدوار البرد صيفاً، فقد يؤثر على كفاءة جهاز الجسم المناعي في مكافحة العدوى والالتهابات الناتجة عنها، فعلى أرض الواقع غالباً ما يكون عدد كرات الدم البيضاء طبيعياً تماماً عند هؤلاء الأطفال، ما يدل على كفاءة الجهاز المناعي □

على عكس المعتقد السائد، فإن الحرارة العالية وشدة المرض، غالباً ما تحدث لفترات قصيرة، وهذا يدل أيضاً على كفاءة الجهاز المناعي للطفل في مكافحة المرض □ ولتجنب إصابة طفلك بنزلات البرد صيفاً، احرص على الآتي:

تجنب تعرض الطفل لدرجات حرارة متفاوتة خصوصاً في أثناء النوم، وذلك نتيجة لاستعمال المكيفات والمراوح □

تجنب تعرض الطفل للتكييف أو المروحة بعد الاستحمام مباشرة □

التغذية السليمة الصحية، واحتواء غذاء الطفل على الخضروات والفواكه الطازجة □

الحصول على قسط وافر من النوم للطفل □