

9 عادات مضرّة عند رعاية الرضيع أو ملاعبته



الثلاثاء 5 سبتمبر 2017 07:09 م

وجود مولود في البيت للمرة الأولى دائماً ما يكون مربكاً ومحيراً خاصة إن لم يكن لدى الأبوين خبرة سابقة عن رعاية الرضع، ولحرصهما على توفير عوامل الراحة يحاولان تجربة العديد من الأفكار بعضها يصيب والآخر قد يضر نتيجة عادات متوارثة لم يتسنّ لهما التفكير والبحث عن مناسبتها للمولود وغالباً تكون التجربة الأولى للجمع بها أخطاء تدرك وقتها أو متأخراً

لذلك نقدم لك أكثر العادات الشائعة التي تضر بالرضع لمساعدة الأمهات على تفاديها وتقديم رعاية أفضل

لمولودها

عادات متعلقة بنوم الرضيع:

1- القيام بإرضاع الطفل من أجل النوم، يرسخ عادة الأكل من أجل النوم وتحقيق الراحة كلما كبر الطفل بجانب أنه مجهّد جداً للأم فكلما قلق الرضيع لا ينام إلا بالرضاعة

2- مشاركة طفلكما سرير النوم وهو رضيع غير آمن تماماً فلصغر حجمه بين العديد من الوسادات والبطانيات الكبيرة قد يصاب بالاختناق، كما أن النوم بين أبوين مرهقين قد يعرض الرضيع للمخاطر فلا يشعران به أثناء تقلبهما خلال النوم، فنوم الطفل في سريره الخاص في غرفتك هو الحل الأكثر أماناً خلال الأشهر الستة الأولى من حياته، كما أن هذا الروتين سيكون مزعجاً لنومك مستقبلاً، فستسمعين أي صوت أو حركة يصدرها صغيرك كما سيصعب فصله عنك كلما كبر، وتستهلكين وقتاً أكبر لاستقلاليتته في سريره الخاص أو النوم بغرفته

3- قد يتعرض طفلك لمتلازمة الموت المفاجئ "SIDS" نتيجة التدفئة الزائدة من اللبس وأغطية النوم، التعرض لجو حر شديد أو النوم على المعدة، لو استيقظت ووجدته نائماً على بطنه، غيّري وضعيته بلطف لينام على ظهره

عادات في التعامل مع الرضع:

4- استخدام اللهاية "السكاته": تنصح الأم المرضعة بالانتظار حتى يبلغ الطفل عمر الستة أسابيع قبل إعطائه اللهاية؛ حتى لا يرفض الرضيع ثدي الأم، بجانب أنها تسبب غازات للحديث الولادة بسبب دخول الهواء

واستخدامها طوال الوقت قد يسبب مشاكل بالأسنان، كما أنها تصبح عادة تحتاج وقتاً طويلاً من الأم لكسرها، فالأفضل تنظيم الوقت لاستخدامها

5- سرعة الاستجابة للطفل عند بكائه: يقلق الطفل كثيرًا أثناء نومه، وقد يكمل نومه بعدها فلا داعي للتسرع في الاستجابة وأعطي له الفرصة للتعامل مع مشاعره، فقد يعتاد بعد ذلك على سرعة الاستجابة، ويستخدم البكاء وسيلة للضغط عليك

6- إلقاء الطفل في الهواء كلعبة: بجانب خطورة عدم التقاط الطفل ووقوعه على الأرض مما قد يصيب رأسه أو رقبته، العديد من الأطفال لا يحبون هذه اللعبة مما يزيد من خوفهم من هذه الحركة كلما كبروا في السن

7- رفع الطفل من يديه: الرضع الصغار لم يحصلوا على عضلات رقبة قوية بعد، فهم يحتاجون منك أن ترفع رأسهم مع باقي جسدك والرفع من اليد قد يسبب آلاما بالرقبة

متلازمة هزّ الرضيع "ShakenBabySyndrome":

هز الطفل ، خبطه أو إلقائه في الهواء كلها مسببات لمتلازمة هز الرضيع، فهذه الأفعال قد تدمر خلايا المخ، فأحيانًا يقوم بعض الآباء بهز الطفل بقوة عندما يبكي كمحاولة لتهدئته، في نفس اللحظة التي يكون فيها الأم أو الأب مجهدين ويودان إيقاف البكاء، لكن هناك طرق أفضل للتخلص من التعب والضغط والتوتر إن لم تكن تعرفينها يفضل سؤال طبيبك من أجل رعاية أفضل لطفلك

ومن علامات الإصابة بمتلازمة هز الرضيع: مشاكل في السمع، نزيف، فقد الوعي، القيء، صعوبة في التنفس، الإحساس بالنعاس والكسل، تشنجات وفي مثل الشك بملاحظة بعض هذه الأعراض يرجى زيارة الطبيب بسرعة قبل حدوث مضاعفات قد تؤدي إلى تلف دائم في الدماغ، إصابة الشبكية والعمى، ضرر في الرقبة والعمود الفقري

8- استخدام البخور كعادة لحماية الرضيع من الحسد: قد تسبب هذه العادة مشاكل بالتنفس لدى الرضع، فالبخور يستهلك الكثير من الأكسجين اللازم لتنفس الرضيع، كما قد يسبب له سيلان أنف وسعالًا، إن كان ضروريا استخدامه ضعیه أمام باب الشقة في الخارج

9- تكميل عين الطفل المولود: أيضًا من العادات المنتشرة والتي قد تسبب مشاكل للرضيع نتيجة احتواء الكحل على نسب من الرصاص، مما قد يصيبه بتسمم الرصاص

مهم جدًا -عزيزتي الأم- أن تحاولي معرفة التفاصيل الصحية لكل ما يخص طفلك في كل مرحلة من حياته بقراءة الكتب المتخصصة أو مشاهدة البرامج الطبية الموجهة للأم، لتتجنبي الكثير من المشاكل التي قد تسبب أضرارًا لطفلك