

# أعراض مرحلة التسنين وكيف تخفيفها على طفلك



الأربعاء 9 مارس 2022 10:47 م

تختلف أعراض مرحلة التسنين من طفل إلى آخر، ما بين الأعراض الطفيفة مثل البكاء المستمر للرضيع والألم، وصولاً إلى الأعراض الشديدة مثل الإسهال والقيء، والتسنين من أصعب المراحل التي تمر على الطفل والأم، ولكن هناك مجموعة من الطرق التي تساعد على التخفيف عن الطفل

متى يبدأ التسنين المبكر  
لا يوجد عمر واحد للتسنين لكل الأطفال، حيث يمكن أن يبدأ التسنين لدى الطفل بعد الشهر الخامس، ويبدأ لدى طفل آخر بعد الشهر السابع، ويكتمل ظهور جميع الأسنان اللبنية لدى الطفل خلال أول 3 سنوات من عمره، ولكن أيضاً هناك عدد من الأطفال الذين يتأخر لديهم التسنين ولا يكون مبكر، ويكون ذلك لأسباب وراثية، أو وجود مشاكل عضوية في لثة الطفل، وغيرها من أسباب

أعراض مرحلة التسنين  
التسنين هو المرحلة التي تبدأ فيها الأسنان بالظهور لدى الطفل، ويمكن أن تمر مرحلة التسنين بسلام لدى بعض الأطفال، ولكنها تكون مرحلة صعبة لدى البعض الآخر، ويصبح الطفل أكثر عصبية، ومن أهم أعراض هذه المرحلة ما يلي:

زيادة عصبية الطفل  
وضع كل شيء في فمه مع العض عليه  
فقد الطفل الشهية  
زيادة إفراز اللعاب  
وجود طفح أو احمرار في الخدين على المنطقة المجاورة إلى اللثة

شد الأذنين من علامات مرحلة التسنين، وفي حالات أخرى يكون من علامات التهابات الأذن لدى الطفل

أما في حالة مرافقة أعراض مرحلة التسنين ظهور الحمى، أو الإسهال، أو القيء، يجب أن يتم استشارة الطبيب المختص

هل القيء من أعراض التسنين

هناك عدد كبير من الأطفال الذين تمر عليهم مرحلة التسنين بسلام، ولا تظهر لديهم سوى عدد من الأعراض الطفيفة فقط، وهناك عدد آخر من الأطفال تكون الأعراض لديهم أكثر حدة، ويصابون بالقيء والإسهال، ولكنهم في هذه الحالة يحتاجون إلى تلقي الأدوية المناسبة، بعد استشارة الطبيب المختص

كيفية تخفيف مرحلة التسنين على الطفل

فيما يلي عدد من أنواع العلاجات المنزلية، التي يمكن للأُم من خلالها أن تخفف على الطفل من أعراض التسنين، وتتمثل هذه العلاجات في التالي:

تدليك اللثة: يمكن أن تقوم الأم بتدليك لثة الطفل من خلال إصبعها بعد تنظيفه، أو تدليك اللثة من خلال استخدام قطعة من القماش النظيفة الباردة

ألعاب العض: يمكن وضع هذه الألعاب في الثلاجة لكي تكون باردة، ثم يتم تقديمها إلى الطفل

تقديم طعام بارد للطفل: حيث إذا كان الطفل وصل إلى العمر الذي يمكنه تناول الطعام الصلب به، يمكن تقطيع الخيار أو التفاح أصابع، ثم وضع هذا الطعام في الثلاجة، وتقديمه إلى الطفل وهو بارد

مسكنات الألم الآمنة: هناك عدد من المسكنات الآمنة التي يمكن منحها إلى الطفل، ولكن الأفضل أن يتم استشارة الطبيب في البداية، ومنها الباراسيتامول، الأسيتامينوفين

جدول التسنين عند الرضع

تختلف أعراض مرحلة التسنين من طفل إلى آخر، ويتمثل ترتيب ظهور الأسنان لدى الطفل في التالي:

القواطع الوسطى السفلية: تظهر لدى الطفل في الفترة التي تتراوح من الشهر السادس إلى الشهر العاشر

القواطع الوسطى العلوية: تظهر لدى الطفل في الفترة التي تتراوح من الشهر الثامن إلى الشهر 12.

أما القواطع الجانبية العلوية: تظهر لدى الطفل في الفترة من الشهر التاسع، إلى الشهر الثالث عشر

القواطع الجانبية السفلية: تظهر لدى الطفل في الفترة التي تتراوح من الشهر العاشر، إلى الشهر السادس عشر

الضرسان الأماميان العلويان: يظهران خلال الفترة من الشهر 13 إلى الشهر 19.

الضرسان الأماميان السفليان: يظهران خلال الفترة من الشهر 14 إلى الشهر 18.

النابان العلويان: يبدأ ظهورهما خلال الفترة من الشهر 16 إلى الشهر 22.

النابان السفليان: يظهران خلال الفترة من الشهر 17 إلى الشهر 23.

الضرسان الخلفيان السفليان: يظهران خلال الفترة من الشهر 23 إلى الشهر 31.

الضرسان الخلفيان العلويان: يظهران خلال الفترة التي تتراوح من الشهر 25 إلى الشهر 33.

الحالات التي يتم فيها اللجوء إلى الطبيب على الرغم من أن التسنين هو أحد المراحل الطبيعية التي يمر بها الطفل، ولكن هناك عدد من الأعراض التي تستدعي اللجوء إلى الطبيب، وتتمثل هذه الأعراض في التالي:

ارتفاع درجة الحرارة لدى الطفل، مع وصولها إلى 38.8 درجة مئوية

في حالة استمرار ارتفاع درجة حرارة الطفل أكثر من 24 ساعة

عند ظهور علامات أخرى مع ارتفاع درجة الحرارة مثل الإسهال، أو الطفح الجلدي

إحساس الطفل بالنعاس الشديد

فقد الطفل الشهية أكثر من أسبوعين

كيفية الاعتناء بأسنان الطفل الجديدة

بعد معرفة أعراض مرحلة التسنين لابد من معرفة أن يتم تنظيف الأسنان واللثة الخاصة بالطفل، قبل وخلال مرحلة التسنين وبعدها أيضًا، لتجنب حدوث أي مشاكل بالأسنان أو اللثة، مثل حدوث التسوس الذي ينتج عنه سقوط الأسنان اللبنية قبل موعدها، وقبل الموعد المحدد لظهور الأسنان الدائمة، ومن أهم النصائح التي يمكن اتباعها للاعتناء بأسنان الطفل ما يلي:

يجب أن يتم تعقيم اللثة الخاصة بالطفل، باستخدام الغسول المناسب له

يمكن أن يتم استشارة الطبيب حول منح الطفل مكملات الفلورايد، حيث يحتاج إليها بعض الأطفال، ولا يحتاج إليها البعض الآخر

تجنب منح الطفل الكثير من الأطعمة الغنية بالسكريات لأنها تساهم في تسوس أسنان الطفل

زيارة طبيب الأسنان، عندما يكون عمر الطفل عام، ثم متابعة الطبيب بصورة مستمرة للاطمئنان على صحة ونمو أسنان الطفل

نصائح لمساعدة الطفل على النوم خلال مرحلة التسنين

أعراض مرحلة التسنين تحتاج عناية من الأم، وتعتبر اضطرابات النوم للطفل من الأعراض الشائعة خلال هذه الفترة، ويمكن أن تساعد الأم طفلها على النوم من خلال النصائح التالية:

منح الطفل شيء بارد يعضه: عندما يقوم الطفل بعض شيء بارد فإن البرودة تساعد على تسكين ألم التسنين، وبالتالي يمكن تبريد ألعاب العنق الخاصة به في الثلاجة، ثم منحها إلى الطفل، حتى يمكنه أن يهدأ وينام.

شاي البابونج: إذا كان الطفل عمره 6 شهور أو أكبر، يمكن منحه شاي البابونج لأنه يقوم تهدئته، ويساعده على الاسترخاء والنوم العميق، كما يمكن أن يتم غمس قطعة من القماش النظيف في شاي البابونج، ونجعل الطفل يعض هذا القماش.

منحه طعام بارد قبل النوم: يساعد الطعام البارد على تهدئة اللثة، وكذلك امتلاء معدة الطفل، وبالتالي يساعده على النوم، فإذا كان عمر الطفل يسمح بتناول الطعام، يتم منحه الخضروات أو الفواكه الباردة، أو يتم منحه اللبن البارد.

روتين النوم: لابد أن يتم وضع روتين لنوم الطفل، لأن الأم عندما تبدأ في تنفيذ روتين النوم يوميًا، يبدأ الطفل لاشعوريًا في الدخول في مرحلة النوم، ويشعر أن وقت النوم حان، حيث يمكن على سبيل المثال منح الطفل حمام دافئ، ثم تغيير ملابسه، وتحكي له الأم قصة قصيرة بصوت خافت مع الإضاءة القليلة حتى ينام.

الرضاعة الطبيعية: هناك الكثير من فوائد الرضاعة الطبيعية ومنها تهدئة الطفل، ومساعدته على النوم، والتخلص من آلام التسنين.

استخدام المسكنات: في حالة عدم النجاح في تهدئة الطفل يكون الحل هو المسكنات، ولكن لا يتم منحها إلى الطفل إلا بعد استشارة الطبيب.