

# أمراض الأطفال والوقاية منها

أ.د/ يوسف عبد الحلیم الطنباری

أستاذ طب الأطفال

كلية الطب - جامعة المنصورة

## أمراض الأطفال والوقاية منها

إن تقدم الشعوب والأمم يقوم على بناء الأجيال ، والطفل هو البنية الأساسية لكل جيل ، ومن هنا كان اهتمام الأمم الراقية بصحة الطفل والعمل على تنشأته النشأة السليمة صحيا ونفسيا واجتماعيا لتضمن استمرار مسيرة تقدمها ورفع شأنها.

ومن منطلق فهم مصر مبارك لهذه الحقائق وحرصها على مواكبة الأمم والشعوب المتقدمة ، فقد أثرت السيدة الأولى سوزان مبارك على أن تكون الراعي الأول للطفولة والأمومة في مصر من خلال تبنيتها لإنشاء المستشفيات ودور الرعاية الصحية للأطفال كمستشفى سرطان الأطفال وكذلك إنشاء المكتبات التي تعنى بثقافة الطفل من خلال مشروع القراءة للجميع وإدخال علوم الكمبيوتر للمدارس والجامعات والمكتبات بغرض بناء جيل قوى متحضر يساهم في مسيرة البناء والتقدم لمصرنا الغالية .

واسمحوا لي من خلال هذا المقال بأن ألقى بعض الضوء على أمراض الأطفال والوقاية منها مساهمة مني في تقديم التوعية الصحية اللازمة لرعاية فلذات أكبادنا

### أمراض الأطفال

تنقسم أمراض الأطفال إلى مجموعات مختلفة حسب أسبابها ونوعية ومدى تأثيرها على أعضاء الجسم وتشمل :

#### ١- الأمراض الوراثية Inherited disorders

تنتج هذه الأمراض من وجود صفات وراثية مرضية في الجينات أو الكرموسومات وتنتقل من جيل إلى آخر وتزداد في حالات زواج الأقارب الذي

يحملون هذه الصفات الوراثية المرضية كمثّل مرض الهيموفيليا ( سيولة الدم ) أو أنيميا البحر الأبيض المتوسط ( الثلاثيميا ) وأمراض عيوب التمثيل الغذائي .

بعض هذه الأمراض تظهر على الذكور فقط دون الإناث (الهيموفيليا ) وبعضها قد لا تظهر علاماته المرضية على الشخص الذي يحمل الصفات المرضية (مرض متحى ) ولكنها تظهر على أطفاله .

## ٢- العيوب الخلقية Congenital Abnormalities

قد تكون هذه العيوب الخلقية بسيطة كوجود إصبع زائد في الكف أو القدم أو كبيرة ومؤثرة كوجود ثقب في القلب أو نقص إحدى الكليتين أو مرض الشفة الأرنبية مما يستوجب التدخل الجراحي لعلاجها .

وتتعدد أسباب حدوث العيوب الخلقية في الطفل المولود ومنها :

أ. إصابة الأم بالأمراض الفيروسية أثناء الحمل والمثل الشهير لهذه النوعية من الأمراض هو مرض الحصبة الألمانية الذي قد يتسبب إصابة الأم به في الشهور الأولى من الحمل إلى حتمية إنهاء هذا الحمل لتجنب ولادة طفل معاق ومشود .

ب. إصابة الأم بالأمراض الطفيلية أثناء الحمل كنتيجة لبعض العادات الخاطئة كتربية القطط في المنازل وما يصاحبها من انتقال المرض من الأم الحامل لطفلها ( التكو بلازما ) .

ج. استعمال العقاقير والأدوية خلال فترة الحمل دون استشارة الطبيب .

د. أسباب مجهولة .

## ٣- الأمراض المعدية: Infectious Diseases

هي أكثر الأمراض انتشارا بين الأطفال بسبب ضعف مناعة الطفل بالإضافة إلى العادات السلوكية والصحية السيئة مثل تكديس الأطفال في الفصول الدراسية ووسائل المواصلات وعدم الاعتناء بالنظافة الشخصية للطفل.

وتنقسم الأمراض المعدية إلى ثلاثة أنواع :

- أ. العدوى البكتيرية : مثل العدوى بالميكروب السبحي الذي قد يسبب الحمى الروماتيزمية والعدوى بالتيفود والدرن.... الخ .
- ب. العدوى الفيروسية : مثل التهاب الكبد الوبائي والإيدز والحصبة والنكاف والجديري وغيرها .
- ج. العدوى الفطرية : مثل التهابات الجلد الفطرية .

وتنتقل هذه الأمراض عن طريق الرذاذ أو الفم ( المأكولات والمشروبات الملوثة ) أو الملامسة كما تختلف الأمراض المعدية حسب فصول السنة فمنها الأمراض التي تنتشر في فصل الشتاء كالأتفلونزا والنزلات الشعبية الصدرية أو فصل الربيع كالحصبة والجديري والنكاف أو فصل الصيف كالإسهال والتيفود والنزلات المعوية .

#### ٤ - أمراض سوء التغذية والنمو : Nutritional deficiencies

تنتشر هذه الأمراض في المجتمعات الفقيرة بسبب سوء الأحوال الاقتصادية ونقص الثقافة والتوعية الصحية للأمهات . ومن أمثلة هذه الأمراض مرض الهزال ولين العظام وأيميا نقص الحديد التي تعد أكثر أنواع الأيميا انتشارا بين طلاب المدارس .

#### ٥ - الأمراض الطفيلية : Parasitic

#### Infestations

كالبهارسيا و الاتكلستوما والإسكارس والدودة الشريطية والذبوسية وغيرها وقد انحسرت هذه الأمراض بشكل كبير في الآونة الأخيرة نتيجة لزيادة الثقافة والوعي الصحي للمواطنين وانتشار التعليم .

## ٦- أمراض الحساسية : Allergic Disorders

تشمل الحساسية الصدرية وحساسية الأنف والجلد وهذه النوعية من الأمراض تزداد هذه الأيام زيادة مطردة كنتيجة حتمية لتلوث البيئة من دخان المصانع وعوادم السيارات والتوسع في استعمال المبيدات الحشرية في مقاومة الآفات وتناول الأطعمة سريعة التجهيز والتي تحتوى على مواد حافظة وملونة .

## ٧- الأورام : Malignant Disorders

يمثل مرض السرطان والأورام كسرطان الدم وسرطان الغدد الليمفاوية تحديا حقيقيا لأطباء الأطفال نظرا للزيادة الملموسة في تشخيص هذه الأمراض بسبب :  
 أ. تقدم وسائل التشخيص والاكتشاف المبكر لهذه الأمراض بالأشعة والتحليل المعملية المختلفة.  
 ب. ارتفاع مستوى الثقافة الصحية لدى المواطنين وتحسن الخدمة الصحية بالقرى والمراكز .  
 ج. تلوث البيئة وهو أهم أسباب هذه الأمراض .

## ٨- أمراض المناعة والروماتيزم : Immunologic Disorders

مثل الحمى الروماتيزمية والروماتويد والذئبة الحمراء وقد كانت هذه الأمراض تمثل تحديا كبيرا للأطباء لصعوبة تشخيصها في الماضي ولكن أصبحت الآن سهلة التشخيص والعلاج نتيجة للتقدم العلمي الملحوظ في هذا الفرع من العلوم الطبية .

## ٩- أمراض الغدد الصماء : Endocrinal Diseases

مرض البول السكري ونقص إفراز هرمون النمو من الغدة النخامية ونقص إفراز هرمون الغدة الدرقية وغيرها . ويختلف مرض السكر في الأطفال عنه في الكبار حيث لا يستجيب إلا للعلاج بحقن الأنسولين فقط دون الأدوية الأخرى التي يمكن استعمالها للكبار .



## ١٠ - الأمراض النفسية : Psychologic Disorders

الاهتمام بالصحة النفسية للطفل لا تقل في أهميتها عن الصحة النفسية للكبار حيث أن الطفل يمكن أن يصاب بجميع الأمراض النفسية التي تصيب الكبار لكن علاجها قد يكون أكثر صعوبة وتعقيدا . وهناك بعض الاضطرابات النفسية التي تكثر في الأطفال مثل مرض الخجل والانطواء وكذلك مرض السلس البولي الذي يصيب نسبة كبيرة من الأطفال وحتى سن البلوغ والشباب .

## ١١ - أمراض أخرى : Other Disorders

تشمل أمراض الكلى والقلب والتسمم الغذائي بالإضافة إلى أمراض غير مصنفة ( مجهولة السبب ) .

## وسائل الوقاية

يمكن تلخيص وسائل الوقاية من الأمراض في أربعة عناصر :

- ١ - الرضاعة الطبيعية Breast Feeding
- ٢ - برامج الاختبارات الاستكشافية Screening tests programs
- ٣ - التطعيمات Vaccinations
- ٤ - العناية الشخصية للطفل Personal care

## ١ - الرضاعة الطبيعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"والوالدات يرضعن أولادهن حولهن كاملين لمن أراهن أن ينمرا الرضاعة"

صدق الله العظيم

لقد ثبت علمياً أن للرضاعة الطبيعية فوائد جمة ليس للطفل فقط وإنما للأم أيضاً .

فبالنسبة للطفل فقد أكدت الأبحاث العلمية أن لبن الأم هو بمثابة حصن لطفلها وذلك من خلال الحقائق العلمية التالية :

١ . لبن الأم معقم تمام وخال من البكتيريا والفيروسات كما انه يحتوى على نسبة عالية من الأجسام المضادة للميكروبات وبصفة خاصة في لبن السرسوب الذي يفرزه الثدي في الأيام الثلاثة الأولى بعد الولادة مما يزيد من مناعة الطفل ضد الإصابات الميكروبية والنزلات المعوية .

٢ . يحتوى لبن الأم على الكميات المثلى من البروتين والدهون والنشويات والفيتامينات والمعادن التي يحتاجها الطفل الرضيع مما يتيح النمو البدني والذهني والنفسي المثالي للطفل ويمنع إصابته بأمراض سوء التغذية والأمراض العصبية والنفسية . وقد تبين أن عملية الرضاعة وما يصاحبها من مداعبة للطفل وضمه لصدر الأم لها تأثير إيجابي غاية في الأهمية على سلوك الطفل النفسي مستقبلاً .

٣ . الرضاعة الطبيعية تقلل إلى حد كبير من فرص الإصابة بأمراض الحساسية والسكر وأمراض القلب والشرابين بالإضافة إلى مقاومة العدوى .

أما بالنسبة للأم فقد ثبتت علمياً أن للرضاعة الطبيعية فوائد جمة منها على سبيل المثال :

١. الراحة النفسية الجمة للأم من خلال الارتباط النفسي والعاطفي الوثيق بينها وبين الرضيع.
٢. عدم حدوث نزيف من الرحم بعد الولادة وعودته إلى الحجم الطبيعي كنتيجة لإفراز هرمون "الاوكسيتوسين" من الغدة النخامية .
٣. تقليل احتمالات الإصابة بسرطان الثدي الذي يعد أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين السيدات
٤. وسيلة طبيعية آمنة لتنظيم الحمل حيث أن الرضاعة من حلقة الثدي تسبب نقص في إفراز هرمونات المبايض مما يمنع التبويض والحمل أثناء فترات الرضاعة الطبيعية .

## ٢- برامج الاختبارات الاستكشافية

تهدف هذه الاختبارات إلى البحث والاكتشاف المبكر للأمراض غير الظاهرة أو المتوقع حدوثها مستقبلاً للطفل بغرض محاولة منع حدوثها أو علاجها في مراحلها الأولى للسيطرة عليها ومنع مضاعفاتها .

وهذه الاختبارات تتم من خلال برامج عمل مدروسة تطبق على نطاق واسع في المجتمع حيث يتم إجرائها لكل الأطفال حديثي الولادة للاكتشاف المبكر للأمراض التي تنتشر في هذا المجتمع .

ومن أمثلة هذه الأمراض :

- ١- أنيميا البحر الأبيض المتوسط ( السلاسيما ) : وهي نوع من الأنيميا الوراثية المزمّنة التي توجد بشكل كبير في مواطن دول حوض البحر الأبيض المتوسط .



وتهدف برامج مكافحة هذا المرض إلى الاكتشاف المبكر للأفراد الحاملين لجينات المرض ومنع تزواجهم من بعضهم البعض لتلافى إنجاب أطفال مصابين . وقد أدى تطبيق هذا البرنامج في دولة قبرص إلى تقليل عدد هؤلاء المرضى بشكل واضح جدا حيث كان هذا المرض موجود في حوالي ١٧% من السكان وكان يعتبر مشكلة قومية .

## ٢ - قصور الغدة الدرقية Hypothyroidism

يتم في الوقت الحالي تنفيذ برنامج قومي في جمهورية مصر العربية لاكتشاف هذه الحالات في الأطفال حديثي الولادة من خلال تحليل دم للطفل في اليوم الأول بعد الولادة للتشخيص والبدء الفوري في العلاج لمنع حدوث أعراض التخلف العقلي الذي يمثل أهم عرض من أعراض نقص هرمون الغدة الدرقية والذي لا يمكن معالجته إذا تأخر تشخيص المرض إلى الشهر السادس من العمر .

## ٣ - أمراض الخلل الوراثي في التمثيل الغذائي Inborn errors of metabolism

### ٤ - سرطان الغدة الجاركلوية في الأطفال حديثي الولادة

## Neuroblastoma

وهذا البرنامج ينفذ حاليا في الولايات المتحدة الأمريكية ويمكن من خلاله القضاء التام على هذا النوع الخطير من السرطان .

٥- بعض الأمراض المعدية الخطيرة مثل الإصابة بفيروس نقص المناعة المكتسبة ( الإيدز ) وذلك في المناطق التي تنتشر بها هذه الأمراض بصفة وبائية أو مكثفة .

كما يمكن أيضا من خلال هذه الاختبارات الكشف عن بعض المشاكل الأخلاقية التي تهدد المجتمع مثل تعاطي العقاقير المنبهة والمخدرات حتى يمكن القضاء عليها قبل أن تستفحل ويصعب علاجها .

## ٣- التطعيمات

تمثل التطعيمات ضد الأمراض المعدية خط دفاع حصين عن الطفل حيث استطاع العلم من خلال برامج التطعيم الناجحة القضاء الكامل على أمراض كانت تهدد حياة الطفل أو تسبب له الإعاقة مدى الحياة مثل مرض الجدري الذي انتهى من العالم بالفعل ومرض شلل الأطفال الذي أوشك على الاختفاء من العالم بعدما كان يمثل مشكلة صحية خطيرة تتسبب في إعاقة ملايين الأطفال سنويا على مستوى العالم كله . ويجب إعطاء الطفل برنامج كامل من التطعيم خلال السنوات الأولى من عمره وعادة ما يبدأ هذا البرنامج بتحصين الطفل في اليوم الأول من ولادته ضد ميكروب الدرن وفيروس الالتهاب الكبدي (ب) .

ويمكن تلخيص برنامج التطعيم للأطفال في الجدول التالي:

السن	نوع التطعيم	طريقة التطعيم
من الولادة - ٤٠ يوم	- الدرن - الالتهاب الكبدي (ب) جرعة أولى	الحقن في الجلد أعلى الكتف الأيسر الحقن في العضل بعمق
شهر	الالتهاب الكبدي (ب) جرعة ثانية	الحقن في العضل بعمق
شهران	- شلل الأطفال جرعة أولى - الثلاثي (دفتيريا - تيتانوس - سعال ديكى) جرعة أولى . - هيروفيليس أنفلونزا (ب) . جرعة أولى	- نقطتان عن طريق الفم - الحقن في العضل
أربعة اشهر	- شلل الأطفال جرعة ثانية - الثلاثي (دفتيريا- تيتانوس- سعال ديكى) جرعة ثانية - هيروفيليس أنفلونزا (ب) جرعة ثانية	-نقطتان عن طريق الفم -الحقن في العضل

طريقة التطعيم	نوع التطعيم	السن
- نقطتان عن طريق الفم - الحقن في العضل - الحقن في العضل بعمق	- شلل الأطفال جرعة ثالثة - الثلاثي (دفتيريا-تيتانوس-سعال ديكى) جرعة ثالثة . - التهاب كبدي (ب) . جرعة ثالثة - هيروفيليس أنفلونزا (ب) جرعة ثالثة	سنة شهور
الحقن تحت الجلد	الحصبة	٩ شهور - سنة
الحقن تحت الجلد	الثلاثي الفيروسي (الحصبة- الحصبة الألمانية-النكاف) MMR	١٥ شهر
- نقط عن طريق الفم - الحقن في العضل	جرعة منشطة ضد كل من : - شلل الأطفال - الثلاثي (دفتيريا-تيتانوس-سعال ديكى)	سنة ونصف

وتستكرر الجرعات المنشطة عند سن ثلاثة سنوات وستة سنوات ولكن باستخدام لقاح شلل الأطفال والثاني (دفتيريا-تيتانوس) دون السعال الديكى .

- وهناك بعض التطعيمات الأخرى الغير مدرجة ضمن التطعيمات الأساسية ولكنها أصبحت تستخدم حديثا مثل :

- ١- التهاب الكبدي أ بعد عمر سنة ويؤخذ في جرعتين عن طريق الحقن بالعضل
- ٢- فيروس الأنفلونزا يؤخذ سنويا بالحقن تحت الجلد .
- ٣- التهاب السحائي يؤخذ عند انتشار المرض أو السفر إلى المناطق الموبوءة بالحقن تحت الجلد ويعطى مناعة من ٢ - ٣ سنوات .

٤- الكوليرا  
يؤخذ عند انتشار المرض أو السفر إلى المناطق  
الموبوءة بالحقن تحت الجلد ويعطى مناعة من  
٢ - ٣ سنوات .

٥- التيفود  
يؤخذ عند انتشار المرض أو السفر إلى المناطق  
الموبوءة بالحقن تحت الجلد ويعطى مناعة من  
٢ - ٣ سنوات .

#### ٤- العناية الشخصية بالطفل

يجب على كل أم وأب اتباع إرشادات العناية الشخصية لضمان صحة طفلهم :

- ١- الفحص المبكر والدورى للطفل بواسطة أخصائى طب الأطفال لاكتشاف  
أي أمراض أو عيوب خلقية يمكن علاجها مبكرا .
- ٢- الاتصال بالطبيب أو زيارته عند ملاحظة أي تغيرات غير طبيعية على الطفل  
مثل :

أ - كثرة البكاء بدون سبب واضح .

ب- القيء أو الإسهال .

ج- ارتفاع درجة الحرارة .

د- الرشح وانسداد الأنف .

س- إفرازات الأذن غير المعتادة .

ص- الكحة والخناق والعطس المتكرر .

ع- حدوث تشنجات .

هـ- الخمول الشديد وكثرة النوم .

و- تغيير لون الجلد أو العينين .

ى- تغيير لون البول .

- ومن الخطأ محاولة علاج الطفل دون اللجوء للطبيب المتخصص اعتمادا على تجارب سابقة أو استعمال الأدوية دون وصف الطبيب .
- ٣- الحرص على عدم مخالطة المرضى والتواجد بالأماكن المزدحمة أو غير النظيفة لمنع حدوث انتقال عدوى للطفل مثل الأنفلونزا والحصبة والجدي والنكاف . . . . الخ .
- ٤- ختان الأولاد يقي من كثير من الأمراض ويفضل إجراء عملية الختان عند الشهر الأول من العمر لضمان اكتمال تكوين عوامل تجلط الدم وعدم حدوث نزيف .
- ٥- يتعين تنظيف أسنان الطفل بمجرد ظهورها بمعجون أسنان يحتوى على مادة الفلورايد والتقليل من استخدام السكر في العصائر وخاصة قبل النوم وذلك لمنع تسوس الأسنان الذي ينتج عن وجود مادة البلاك في فم الطفل وعند اختلاطها بالسكر يتكون حامض يهاجم الأسنان ويؤدى إلى تسوسها .
- ٦- تعريض الطفل بصفة دورية لأشعة الشمس المباشرة وبصفة خاصة في الصباح الباكر أو قبل غروب الشمس وهى الأوقات التي تزداد فيها الأشعة فوق البنفسجية اللازمة لتكوين فيتامين (د) الضروري للنمو الطبيعي للعظام مما يمنع حدوث مرض لين العظام (Rickets) وهذا المرض يكثر بين أطفال المدن عن أطفال القرى لندرة تعرض أطفال المدن لأشعة الشمس .
- ٧- النظافة الشخصية للطفل بتحميمه بصفة منتظمة ويجب مراعاة أن هناك مناطق من جسم الطفل تحتاج لأن تغسل جيدا ويهتم بها اهتماما خاصا ولاسيما أن الأطفال يتضايقون عند غسلها وهى مناطق الحفاض وتحت الإبطين والوجه والرقبة . كما يجب مراعاة قص الأظافر بصفة دورية .
- ٨- التأكد من نظافة وصلاحية غذاء الطفل من خلال اتباع بعض الإرشادات الضرورية مثل:
- أ. التأكد من نظافة أدوات المطبخ والأطباق والملاعق . . . . الخ .



- ب. غسيل الفاكهة والخضراوات جيدا لمنع الإصابات الطفيلية مثل الإسكارس والدودة الدبوسية وغيرها .
- ج. الإنضاج التام للطعام .
- د. غسيل اليدين قبل تحضير الطعام .
- هـ. غسيل أيدي الطفل قبل الأكل وبعده .

٩- التغذية المتكاملة للطفل وتبدأ بالحرص على الرضاعة الطبيعية ثم إمداده بعد ذلك بالأغذية المتكاملة التي تساعد على النمو الطبيعي والمتوازن للطفل حيث يجب أن تحتوى هذه الأغذية على العناصر الغذائية الأساسية مثل البروتين والنشويات والدهون والفيتامينات المعادن اللازمة لنمو الطفل ويجب عدم التركيز على نوعيات معينة من الأغذية التي قد تفتقد أحد أو بعض هذه العناصر مما يتسبب في حدوث أمراض سوء التغذية مثل أنيميا نقص الحديد أو الهزال .

١٠- الابتعاد عن تناول الأطعمة سريعة التجهيز التي تنتشر في مجتمعنا هذه الأيام حيث أنها لا تحتوى على عناصر غذائية متوازنة ومتكاملة وتؤدي إلى حدوث البدانة في أطفالنا دون فائدة غذائية تذكر .

١١- عدم الإكثار من تناول الأطعمة والمشروبات التي تحتوى على مواد حافظة أو مواد ملونة حيث ثبت بوجه قاطع أضرارها بالكبد و الكلى وبعض الأعضاء الهامة بالجسم .

١٢- الابتعاد عن التعرض للأشياء التي تلاحظ الأم أنها تسبب حساسية لطفلها (حساسية جلدية أو صدرية ) مثل بعض الأطعمة والروائح والدخان والأتربة ... الخ .