عادات تؤذي رضيعك

◄في الغالب من الأحيان، تنصحك والدتك أو حماتك باتباع بعض العادات مع مولودك الجديد، خصوصاً إذا كان هو الطفل الأوّل. وعلى الرغم من انتشار طرق التعامل مع الطفل في صفحات الكتب وعلى مواقع الإنترنت، إلا أننا لا نزال نتمسك بعدد من هذه العادات التي نسمعها من حولنا هنا وهناك. فأين الصواب؟

تقميط الطفل:

من العادات السائدة بعد الولادة مباشرة هي تقميط الطفل بواسطة الملفة، اعتقاداً أن ذلك أفضل لصحته وسلامته. درجة التقميط تختلف من بلد إلى آخر، وهي في بعض البلدان يمكن أن تكون قاسية جداً على الطفل، حيث يتم وضع قطعة من الخشب على ظهره، ومن ثم لفه بواسطة قطعة من القماش القطنية، مع عدم السماح له بأن يحرك يديه نهائياً. يتم تقميط الطفل اعتقاداً أن ذلك أفضل لظهره، ويحافظ على صحة عظامه، ويقوي من عضلات جسمه. وتبقي الأُم طفلها بهذه الوضعية لمدة 4 إلى 5 أشهر مما يمكن أن فعلاً يشكل خطراً عليه. أثبتت الدراسات العلمية أنّ التقميط يمكن أن يهدد صحة الطفل ويسبب له المشاكل التالية: العمل على بطء نموه، والتقليل من استجابته مع الأشخاص الموجودين من حوله، وحتى التقميط الحاد يمكن أن يؤثر في تنفس الطفل، حيث إنه يمكن أن يسبب الضغط على قفصه الصدري ويمنعه من التنفس. كما أن شد الطفل بهذه الطريقة، يمكنأان يؤثر سلباً في دورته الدموية، وبالتالي يهدد سلامته بشكل طبيعي. عزيزتي الأم لا تقومي بتقميط طفلك نهائياً، بل فقط ضعي حول جسمه الحرام القطني، خصوصاً في حال كان الطقس بارداً. وما عليك سوى حمل الطفل بالطريقة الصحيحة عبر وضع يدك وراء ظهره لمنع انحنائه إلى الوراء.

استخدام حزام البطن:

يستخدم حزام البطن لمنع خلع ظهر المولود الجديد. ولكن في الوقت الحالي يمنع استخدام حزام البطن نهائياً وينصح بحمل الطفل بشكل صحيح فقط. حزام البطن يمكن أن يمنع الدورة الدموية عند الطفل من العمل بشكل صحيح، ما يشكل عدداً من المخاطر الصحية عليه.

تمليح جسد الطفل:

هناك عادة شائعة أيضاً في بلادنا العربية تقضي بفرك جلد المولود الجديد بواسطة الملح الخشن. يعتقد أن استخدام الملح على جلد الطفل يساعد على تطهيره من السموم، ويؤدي إلى تنعيم بشرته مدى الحياة. فهل فعلاً هذه العادة تساعد على تنظيف جسم الطفل؟ في الحقيقة، هذه الطريقة تضر جداً بالمولود الجديد. يمكن أن يسبب فرك جلد الطفل بالملح امتصاصه كميات كبيرة من الصوديوم ما يرفع من نسبة هذا المعدن في جسمه، وبالتالي يصبح هناك جفاف حاد في جسمه. كما أن امتصاص الطفل كمية كبيرة من الصوديوم يمكن أن يلحق الضرر بصحة دماغه. لذا لا يجب اللجوء إلى هذه العادة نهائياً.

تبخير الطفل:

من العادات الشائعة في عالمنا العربي أيضاً استعمال البخور كنوع من حماية الطفل من الإصابة بالعين أو الحسد. لكن في الحقيقة رائحة البخور يمكن أن تشكل خطراً حقيقياً على المولود الجديد وعلى صحة جهازه التنفسي. البخور يمكن أن يقلل كمية الأكسجين التي يحصل عليها الطفل، ما يشكل خطراً على صحته وحياته. استنشاق الطفل كمية عالية من البخور يضر الغشاء المخاطي له، ما يسبب سيلاناً في الأنف وسعالاً شديداً له ومشاكل تنفسية حقيقية.

التكحيل بالكحل العربي:

تنتشر هذه العادة بشكل كبير جداً في عالمنا العربي، وهي تقضي بتكحيل عيني المولود الجديد مباشرة بعد الولادة. يعتقد أنّ القيام بتكحيل عيني الطفل يقوي حاسة البصر لديه، ويكثف رموشه. لكن في الحقيقة استخدام الكحل يمكن أن يلحق الضرر الشديد بعيني الطفل. يحتوي الكحل العربي على كمية عالية من مادة الرصاص، حيث إن نسبة الرصاص يمكن أن تتراوح بين 85 و100% في كلّ غرام من الكحل. هذه النسبة من الرصاص يمكن أن تشكل خطراً على صحة عيون الكبار، فكيف يمكن أن يكن ذلك على صحة عيني الطفل. نسبة الرصاص العالية تضر بعيني الطفل، وترفع من احتمالية إصابته بتسمم الرصاص، ما قد يسبب عدداً من المشاكل الدماغية عند الطفل، ويشكل خطراً حقيقياً على حياته. لا يجب استخدام أي نوع من الكحل في عيني الطفل في أي عمر كان.

وضع الطفل على بطنه:

تقضي العادة أيضاً بوضع الطفل على بطنه خلال ساعات النوم. يعتقد أن وضع الطفل على بطنه يخرج الغازات من جسمه، ويساعد على الاستغراق في النوم بشكل أفضل. ولكن الدراسات العلمية الجديدة تشير إلى أنّه لا يجب نهائياً وضع الطفل بهذه الطريقة خلال ساعات النوم. وضع الطفل على بطنه يمكن أن يؤدي إلى متلازمة الموت المفاجئ، وذلك لأنّ الطفل في عمر صغير لا يستطيع أن يخلص نفسه في حال شعوره بالاختناق ولا يتمكن من الانقلاب على ظهره. أفضل طريقة لحماية صحة الطفل، هي وضعه على ظهره أو أحد جانبيه، هذه الطريقة لا يمكن أن تمنع الطفل من التنفس. ومن أجل مساعدته على إخراج الغازات المتجمعة في البطن، يمكنك تحريك قدميه وكأنه يركب الدراجة الهوائية، ما يساعد على إخراج كلّ الغازات.

إلباسه الكثير من الثياب:

يتم في عالمنا العربي إلباس الطفل طبقات كثيرة من الثياب، اعتقاداً أنه يشعر بالبرد، وأن جسمه لا يمكن أن يتحمل تغيرات الطقس. إلا أنه لا يجب إلباسه سوى قطعة ثياب إضافية على ما يلبسه البالغون. لا حاجة للإكثار من ثياب الطفل، لأن ذلك يجعله يشعر بضيق في التنفس ويمنعه من التحرك. حتى خلال أيام الشتاء لا يجب وضع الكثير من الطبقات على جسمه. كما أن إلباسه عدداً كبيراً من الطبقات أو استخدام أنواع خاطئة من القماش يمكن أن يؤدي إلى إصابة الطفل بالطفح الجلدي نتيجة للحرارة الزائدة في جسمه.

استخدام السكاتة:

استخدام السكاتة للمولود الجديد يمكن أن يسبب عدداً من المشاكل الصحية. وضع السكاتة للطفل عند ولادته مباشرة يمكن أن يمنعه من تناول حليب الثدي بنسبة عالية جداً. تشير الأبحاث إلى أن 50% من الأطفال الذين يحصلون على السكاتة يرفضون تناول الحليب من الثدي. كما أن استخدامها يزيد من دخول الغازات جسم الطفل، وبالتالي تزيد من خطورة إصابته بالمغص وألم البطن. كما أنها تسبب مشاكل في بنية أسنانه. وفي حال استمرار الطفل في الحصول على السكاتة في عمر كبير يمكن أن يسبب ذلك إصابته بعدد من الفيروسات والميكروبات، إذ إنه عندما يحبو أو يمشي يمكن أن تقع من فمه ويلتقطها، ما يؤدي إلى دخول الجراثيم إلى جسمه.

وضع القبعة على رأسه:

نجد أنّ القبعات تأتي مع ملابس الطفل الصغير، لأنه من الشائع استخدام القبعات على الرأس. ولكن وضع القبعة بشكل دائم على رأس الطفل، أمر غير صحي، خصوصاً عند ولادته، لأن جلدة الرأس تكون طرية جداً ما قد يسبب له عدداً من التشوهات والأضرار. لذا ننصحك بعدم استخدام القبعة على رأس مولودك الجديد، وفي حال كان الطقس بارداً يمكنك لف رأس الطفل بقطعة من القماش.

ثدي الطفل:

عند الولادة يكون ثدي المولود الجديد منتفخاً، ما كان يدفع أهالينا منذ زمن قديم إلى عصر ثديه. إلا أن هذه العادة يمكن أن تسبب أوراماً وتعفنات في ثديه. كما أن عصر ثدي الطفل بشكل قاسٍ يمكن أن يسبب التهابات له ويرفع من حرارته. وتجدر الإشارة إلى أن انتفاخ الثدي عند الطفل يختفي بعد بلوغه الأسبوع الثامن.►