# الكافولة أو القماط.. هل هو ضروري للمولود؟

إنّ قماط الطفل بإحكامٍ شديد قد يؤثّـِر على حركته ونموه، خاصّةً في حال تم الضغط على الساقين معاً ومباشرة، إذ من المرجّـَح أن يتعرّـَض إلى مشكلات في الوركين «خلل التنسج المفصلي»، كذلك قد يعيق القماط تنفس الطفل، لذا تأكدي من إعطائه مساحة كبيرة لتحريك ساقيه وقدميه للأعلى والخارج، تشرح لنا هذه الحقيقة، الدكتورة مريم النويمي، استشارية طب الأطفال والعناية المركزة للأطفال حديثي الولادة.

مخاطر قماط الطفل

أضافت الدكتورة النويمي: «ربّما تكونين قد سمعتِ عن أنّ التقميط يزيد من خطر الإصابة بمتلازمة موت الرضيع المفاجئ SIDS، ومع ذلك، فالخطر المتزايد يرتبط بتقنيات التقميط غير الآمنة، مثل جعل الطفل ينام على بطنه، أو استخدام الأغطية أو البطانيات السميكة بدلاً من التقميط نفسه، وربط الطفل بشكل مُبالغ فيه، لذا استخدمي قماشاً رقيقاً من القطن، أو الشاش، وتأكّدي من أنّك تضعين طفلك باستمرار على ظهره، وتوقفي عن تقميط طفلك بمجرد أن تظهر عليه علامات التدحرج على جانبه، أو بطنه».

«تجنّبي التقميط بعمر من شهرين إلى ثلاثة أشهر، إذ تزداد نسبة حدوث متلازمة موت المهد المفاجئ في هذا العمر، لأنّ طفلك سيكون قد تعلّم النوم دون تقميط، لذا فإنّ تغيير عاداته في النوم قد يجعله أكثر عرضة للخطر».

نصائح لطريقة آمنة للتقميط

* استخدمي قماشاً خفيفاً وناعماً لقماط طفلكِ.

* دعي الرأس مكشوفاً، وضعي طفلك المغطى على ظهره لا على جانبه، أو بطنه.

* توقفي عن التقميط بمجرد أن يبدأ طفلكِ التدحرج على جانبه، أو بطنه.

* يمكنكِ تقميط طفلكِ منذ الولادة، لكن تجنّبي تقميطه بعمر شهرين أو ثلاثة أشهر لتفادي موت المهد المفاجئ.

* لا تربطي طفلك بحزمٍ، ووفري له المساحة لتحريك قدميه بحرية، والانحناء عند الفخذ.

* تأكّدي من فحص درجة حرارة طفلك بانتظام لتجنّب كثرة التدفئة وارتفاع درجة حرارته.