

## الوحدة الثانية





# الأمومة والطفولة





## أهداف الوحدة :





التعرف على مفهوم الأمومة في الإسلام. 

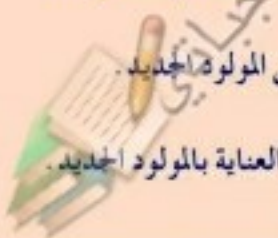
توضيح أهمية فحص الثدي. 

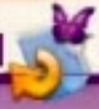
بيان أهمية التشخيص الصحي للأم الحامل. 

شرح كيفية العناية بالأم بعد الولادة. 

تمييز خصائص المولود الجديد. 

التدرب على العناية بالمولود الجديد. 





إن بناء الإنسان لا يبدأ منذ ولادته فقط، بل منذ لحظة إخصابه جينياً في رحم أمه، التي ترعاه غذائياً وصحياً ونفسياً خلال رحلة طويلة يمر بها قبل أن يصل إلى النضج.  
ورعاية الأم لا تكون أثناء الحمل والولادة فقط، بل هي رعاية مستمرة بدأت منذ أن كانت هذه الأم طفلة تخطو بخطواتها السريعة نحو المراهقة والنضج. لذا يجب على أسرة هذه الطفلة أن توفر لها الغذاء المتوازن الذي من شأنه بناء بنية قوية، وأن تربيتها وتنشئها بممارسات سليمة صحيحة، وهذا لن يتأتى إلا عن طريق قدر مناسب من المعلومات والاتجاهات، فالأم التي تتعلم وتمارس وتنسى اتجاهات إيجابية تكون ممارستها إيجابية، والعكس صحيح. كما أن تنشئة طفل اليوم هو في الحقيقة امتداد لتنشئة طفل الأمس رجلاً كان أو امرأة.

## الأمومة و الطفولة



### أمومة من وجهة نظر الإسلام:

الأمومة ليست حملاً وولادة، لكنها فطرة من الله فطر الناس عليها، ورسالة نبيلة لا تنتهي، بل تستمر تضحية وعطاء بلا حدود، وكل عطاء له مقابل وكل عمل له أجر، ما أعظمه من مقابل وما أجزله من أجر: **برا وإحسان قَالَ تَعَالَى: ﴿ وَفَضَّلْنَاكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ﴾ الإسراء: ٢٣**  
أمر رباني وقضاء إلهي بعبادة الله وحده وتوصية بالوالدين:  
**قَالَ تَعَالَى: ﴿ وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفَضَّلْنَاهُ فِي عَمَلَيْنِ إِنَّ أَشْكُرَّ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَىٰ الْعَصِيرِ ﴾ لقمان: ١٤**





# الفحص الذاتي للثدي

ماذا سنتعلم من الدرس؟



تعريف سرطان الثدي.



أنواع الأورام.



أورام الثدي.



خطوات الفحص الذاتي المبكر.



## المقدمة



قَالَ تَعَالَى: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ الشّعراء: ٨٠

يعتبر سرطان الثدي من أكثر الأورام السرطانية شيوعاً بين النساء في العالم ، ويحتل المرتبة الأولى من ناحية عدد الإصابات، ويُعدّ من الأمراض التي يمكن الكشف عنها مبكراً.

## أنواع الأورام

أورام خبيثة أو أورام سرطانية

أورام حميدة



## ما سرطان الثدي؟

يتكون نسيج الثدي من فصوص، والتي بدورها تنقسم إلى فصوص أصغر تنتهي بجيوب تكوين الحليب، وهذه الفصوص والجيوب متصلة بقنوات دقيقة تصب كلها في الحلمة.

## والسرطان:

هو التكاثر غير المنضبط لنوع واحد من الخلايا؛ مما يؤدي إلى تجمعها ومن ثم خروجها من النسيج الذي تتكون فيه وغزوها للأنسجة المحيطة به. ومن الأنسجة الموجودة (الأوعية الدموية والأوعية اللمفاوية).



## نشاط فردي (1)



ابحثي في مصادر التعلم عن أسباب حدوث سرطان الثدي من وجهة النظر العلمية.

سرطان الثدي **Breast Cancer** هو شكل من أشكال الأمراض السرطانية التي تصيب أنسجة **الثدي**، وعادة ما يظهر في قنوات **(الأنابيب التي تحمل الحليب إلى الحلمة)** وغدد الحليب. ويصيب الرجال والنساء على السواء، ولكن الإصابة لدى الذكور نادرة الحدوث، فمقابل كل إصابة للرجال يوجد ٢٠٠ إصابة للنساء.

وغير معروف تماماً ما هي أسباب حدوث سرطان الثدي ولكن توجد عوامل تزيد من فرصة الإصابة بهذا المرض، وهذه العوامل تشمل:

- ١ - العوامل الوراثية خاصة إذا تمثلت بإصابة الأم أو إحدى الأخوات.
  - ٢ - التاريخ الشخصي للإصابة بورم خبيث في الثدي أو الرحم أو المبيض.
  - ٣ - العوامل الغذائية وزيادة نسبة الشحوم والدهون في الأكل تزيد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي.
  - ٤ - الدورة الشهرية: بداية الدورة قبل سن ١٢ سنة وانقطاعها بعد سن ٥٠ سنة يزيد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي.
  - ٥ - السيدات اللاتي لم يحملن أبداً أو أنجبن طفلهن الأول بعد سن ٣٠ سنة.
  - ٦ - العلاج الهرموني في سن اليأس وتناول المواد الكحولية والتدخين.
- كلها عوامل وأسباب تساعد على حدوث سرطان الثدي.

كما يجب عدم التفاضل عن أي ورم يظهر في الثدي المرأة، بل يجب إبلاغ الطبيب / الطبيبة فوراً؛ لإجراء الفحوص اللازمة، بمجرد حدوث أي من التغييرات التالية:

1. ظهور كتلة في الثدي أو ازدياد سماكة الثدي أو الإبط .
2. تغير في حجم الثدي أو مظهره .
3. إفرازات من الحلمة، سواء كانت مخلوطة أو غير مخلوطة بالدم .
4. تغير في لون الحلمة أو الجلد .
5. انكماش الحلمة .
6. ألم موضعي في الثدي غير مرتبط بمرحلة برضوح سابقة .





### ما قيمة الفحص الذاتي في الإكتشاف المبكر لسرطان الثدي ؟

**الفحص الذاتي للثدي:** يمكن للنساء إجراء الفحص الذاتي مرة كل شهر في اليوم السادس أو السابع من الدورة الشهرية وقد يكون ذلك على الأرجح خلال الاستحمام.

وترجع أهمية الكشف المبكر لسرطان الثدي أنه كلما تم اكتشاف الإصابة بسرطان الثدي مبكراً ترتفع نسبة الشفاء من بنسبة ٩٨ سيدة من بين ١٠٠ سيدة، فالفحص المبكر يمكننا من اكتشاف المرض قبل ظهور أعراضه، فكلما اكتشف مبكراً كلما تم علاجه بنجاح وتمت السيطرة عليه، فسرطان الثدي إذا ظهرت أعراضه فهذا يعني أنه أكبر في الحجم، وتزداد احتمالية انتشاره خارج الثدي، على عكس إذا تم اكتشافه من خلال الفحص الذاتي أو الفحوصات الدورية وقبل ظهور أعراضه فهذا يعني أنه أصغر في الحجم، وأن وجوده يقتصر على الثدي فقط، وحجم سرطان الثدي ومدى انتشاره والكشف المبكر من أهم عوامل علاج هذا المرض.

### الفحص الذاتي للثدي:

يجب إجراء الفحص الذاتي للثدي مرة واحدة في الشهر، ويفضل أن يتم ذلك بعد يوم أو يومين من انتهاء الدورة الشهرية بعد أن يخف الألم والاحتقان في الثدي.



تعريف



## فائدة

تذكرني أن الاكتشاف المبكر لسرطان الثدي يزيد من  
نسبة الشفاء منه - بإذن الله - .



## خطوات الفحص الذاتي للثدي

- 1 قفي مكشوفة الصدر أمام المرآة، و انظري إلى ثدييك بعناية، و تعرفي على شكلهما وحجمهما.
- 2 ضعي يديك خلف رأسك ، وادفعي بمرفقيك إلى الامام والخلف ، ولاحظي أية تغيرات في الثديين .
- 3 ضعي يديك على الردفين ، واضغطي للأسفل ثم استرخي ولاحظي أية تغيرات في الثديين .
- 4 ارفعي ذراعك اليسرى ، وتفحصي ثديك الأيسر بيدك اليمنى باستخدام ثلاثة أو أربعة أصابع . ابدئي بتحريك يدك حركة دائرية من منتصف الثدي إلى الخارج ، وكرري الشيء فسه على الجانب الآخر ، أي ارفعي ذراعك اليمنى ، وتفحصي ثديك الأيمن بيدك اليسرى بالطريقة نفسها .
- 5 اعصري الحلمة برفق ، وراقبي خروج أية إفرازات منها .
- 6 كرري الخطوتين الرابعة والخامسة وأنت مستلقية على ظهرك .



## نشاط جماعي (٢)



قومي مع مجموعتك :

بتحديد الأساليب الأخرى المتبعة لتشخيص المبكر لسرطان الثدي مستعينة بالمرجع العلمية .

١ - عن طريق الأشعة السينية: يجرى التصوير الإشعاعي لمعاينة الأجزاء الداخلية غير الظاهرة للثدي.

٢ - عن طريق الموجات فوق صوتية وهذه الطريقة تميز بين الورم الحميد والخبيث.

٣ - عن طريق الرنين المغناطيسي ويلجأ إليه لتحديد انتشار المرض.

# الأمومة والحمل

ماذا سنتعلم من الدرس؟



- الإخصاب. 🦋
- الجهاز التناسلي للأنثى. 🦋
- هرمونات التناسل. 🦋
- تعريف الحمل. 🦋
- الحمل ونمو الجنين. 🦋
- العناية بالحامل.. 🦋
- العناية بالأم أثناء فترة النفاس. 🦋

## المقدمة



قَالَ تَعَالَى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ﴿١٣﴾ ثُمَّ خَلَقْنَا النَّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْوُجُوهَ لَحْمًا

ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَبَارَكْ اللَّهُ أَحْسَنَ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾ ﴿المؤمنون: ١٢ - ١٤﴾

إن خلق الإنسان وقصة تطوره في بطن أمه لعجزة إلهية، فهو يبدأ من حيوان متوي في ماء مهين، يلتقي بعدها بسويضة المرأة ليحدا ويكونا النطفة الملقحة التي تستقر في الرحم ذلك القرار المكين الذي يحيط به الحوض العظمي، ثم تكسر النطفة وتطور في ثغرها حتى تصبح جنيناً.



## تعريف الحمل:

حالة فيزيولوجية طبيعية ، تتميز بازدياد النشاط الهرموني ، وحدوث تغيرات فيزيولوجية وكيميائية متعددة على الجسم .

## أعراض الحمل:

هناك أعراض وعلامات مصاحبة للحمل من أبرزها توقف الدورة الشهرية، وهذا هو الشيء المألوف.



## مدة الحمل :

تصل إلى ( ٢٨٠ ) يوماً تقريباً ، وهو ما يعادل ( ٤٠ ) أسبوعاً . والمطلوب من المرأة الحامل أن تعرف تاريخ أول يوم من آخر دورة شهرية حدثت لها قبل حدوث الحمل وانقطاع الدورة؛ ليسهل عليها وعلى طبيبتها حساب الموعد المتوقع للولادة.

وعملية حساب موعد الولادة ليس سراً صعباً، حيث يمكن اعتماد أول يوم من آخر دورة، وحساب تسعة أشهر قمرية وسبعة عشر يوماً يكون بعدها هو اليوم المتوقع للولادة .  
وتتم الولادة في الموعد المتوقع أو قبله بأسبوع أو بعده بأسبوع، ويعتبر ذلك شيئاً طبيعياً لا يدعو إلى القلق .

### نمو الجنين:



تعريف

تمتد المرحلة الجنينية مدة تسعة أشهر ميلادية أو عشرة أشهر قمرية أو ( ٢٨٠ ) يوماً، ولهذه المرحلة أهمية خاصة ؛ لأنها الفترة التي تتكون فيها الأسس الأولى للنمو ، وتمتاز بسرعة التغيرات التي تحدث خلالها .

### فكري



### ما فائدة السائل الأمنيوي المحيط بالجنين.

السائل الأمنيوسي سائل شفاف، ذو لون خفيف الصفرة، يُحيط بالجنين داخل الرحم خلال الحمل، ويوجد هذا السائل داخل كيس يُدعى الغشاء الأميوني، وعليه فإن الغشاء الأميوني يُحيط بالجنين السابح في السائل الأميوني.

ويتدرج مراحل الحمل وكبير حجم الجنين، تزداد كمية السائل الأميوني، وتبلغ أعلى كمية لهذا السائل في الأسبوع ٣٤ من عمر الحمل، بمعدل حوالي ٨٠٠ مليلتر، وتقل الكمية عند اكتمال الحمل، أي في الأسبوع ٤٠ إلى حوالي ٦٠٠ مليلتر.

#### فائدة السائل الأمنيوي المحيط بالجنين:

- ١- حماية الجنين من الصدمات الواقعة عليه من الرحم.
- ٢- توفير مساحة جيدة لحركة الجنين.
- ٣- المحافظة على درجة حرارة ثابتة للجنين.
- ٤- المساعدة على توسع الرحم عند الولادة.
- ٥- المساعدة على انزلاق الجنين.

وتنقسم المرحلة الجنينية إلى ثلاث مراحل:

(١) مرحلة البويضة

تمتد من وقت الإخصاب إلى مدة أسبوعين تقريباً، وتعتبر هذه الفترة أقصر مدة يحدث فيها أسرع نمو.

(٢) مرحلة الجنين الخلوي

تمتد من بداية الأسبوع الثالث وحتى الأسبوع الثاني عشر، وفي هذه المرحلة تتكون الأعضاء الجسمية المختلفة، أي يتم تخليق الجنين بكل أعضائه وأجهزته، وتتميز هذه المرحلة بسرعة النمو الفائقة.

(٣) مرحلة الجنين

وهي الفترة التي تمتد ما بين بداية الشهر الرابع من الحمل حتى الولادة، وفي هذه المرحلة تنمو أنسجة الجنين وأعضاؤه وتبدأ بعض الأجهزة في أداء وظائفها.



بالرجوع إلى مصادر المعرفة

قومي بتتبع مراحل نمو الجنين داخل الرحم بدءاً من تلقيح البويضة حتى المرحلة النهائية من الحمل . مدعمة إجابتك بالصور المناسبة .

تنقسم مراحل تكوين الجنين إلى ثلاث مراحل:

١- **مرحلة البويضة:** تبدأ من وقت الإخصاب ولمدة أسبوعين ويتم فيها تخصيب البويضة لتكون كائن حي جديد، وهي البويضة الملقحة **Zygote** وتهبط البويضة إلى الرحم عن طريق قناة فالوب وتصل إلى الرحم في نحو اليوم الرابع من التلقيح وتكون البويضة قد نمت وأصبحت كرة يتوسطها تجويف ممتلئ بسائل وهي أصغر من أن ترى بالعين المجردة.



٢- **مرحلة الجنين الخلوي:** تبدأ من الأسبوع الثالث وحتى الأسبوع الثاني عشر، في هذه المرحلة يتم تكوين أعضاء الجنين الجسمية بكل أعضائه وأجهزته، ويثبت الجنين في الرحم.



٣- **مرحلة الجنين:** تبدأ من الشهر الرابع وحتى موعد الولادة وتتميز هذه المرحلة بنمو الأنسجة والأعضاء وتبدأ الأعضاء والأجهزة في عملها فيبدأ خفقان القلب وتعمل الرئتان والكبد وجميع أجهزة الجسم.



## العناية بالحامل :

إن الاهتمام برعاية الام الحامل صحياً وغذائياً يؤدي إلى تنشئة أطفال أصحاء ، ويحافظ على صحة الام وقدرتها في التغلب على المشكلات الصحية المحتمل حدوثها ، خاصة في فترة الحمل . وقد أثبتت التجارب العلمية أن التغذية

الجيدة للام قبل و أثناء الحمل تقلل من :

حدوث الإجهاض والولادة المبكرة .

مشكلات وأمراض الحمل .

أمراض الأطفال حديثي الولادة .





بالتعاون مع زميلانك و بالرجوع إلى المصادر المعرفة الطبية

ابحثي عن حلول مناسبة لبعض المشكلات الصحية والغذائية التي قد تصاحب الحمل

يمكن حل مشكلات التغذية للمرأة الحامل ليس بعرض المشكلة وطريقة حلها ولكن من خلال عرض الطريق الصحية والسليمة لتغذية المرأة الحامل فالحمل مرحلة طبيعية تمر بها المرأة، ويلعب الغذاء دوراً مهماً في صحة الحامل وجنينها، لذا يجب اتباع نظام غذائي يناسب المرأة الحامل ويساعدها على إتمام حملها.

**أهم المشكلات الغذائية التي تتعرض لها المرأة الحامل: الأنيميا (فقر الدم) ويتم التغلب عليها بتناول الأغذية المليئة بالحديد.**

كما أن ارتفاع نسبة الزلال في الدم يتم التغلب عليها بعمل نظام غذائي مرتبط بكمية وأصناف اللحوم التي تتناولها المرأة الحامل.

دوالي القدمين: وللتغلب عليها يجب عدم الوقوف لفترات طويلة وارتداء الجوارب الضاغطة في الصباح ووضع وسادة تحت القدمين عند النوم.

### الرعاية الطبية أثناء الحمل

عتبر الفحص الطبي المنتظم خلال فترة الحمل من أهم الاحتياطات التي يتحتم على الحامل مراعاتها؛ نظراً للتغير المستمر في وظائف الجسم الكيموحيوية لكل من الأم والجنين ، والفحص المنتظم يساعد الطبيب على متابعة هذا التغير واكتشاف أي تطور غير طبيعي في حالة الأم أو الجنين فور حدوثه، وبالتالي علاجه وتلافي مضاعفاته.

الشهر التاسع والأخير	الشهر ( ٧ - ٨ )	الشهر ( ١ - ٦ )
زيارة كل أسبوع	زيارة كل أسبوعين	زيارة كل شهر

وفي الزيارة الأولى للرعاية الطبية يتم التثبت من حدوث الحمل، وإجراء الكشف الطبي الشامل لجميع أجهزة الجسم، وتحليل البول؛ للتأكد من الزلال والسكر، وتحليل الدم؛ للتعرف على فصيلة دم الأم وفصيلة (RH) ، مع قياس وزن الأم وطولها وضغط دمها .

ومن خلال الزيارات الطبية المتعاقبة تستطيع الحامل الاطمئنان على سلامة جنينها .



## فائدة

تطعيم الحوامل ضد مرض التيتانوس يقيهن ويقي مواليدهن من الإصابة بهذا المرض القاتل .

### التثقيف الصحي أثناء الحمل :

تتضمن رعاية الأم أثناء الحمل أيضاً التثقيف الصحي للأمهات فيما يتعلق بالصحة الشخصية والتغذية، والأعراض التحذيرية أثناء الحمل .



## أولاً - العناية الشخصية



## ثانياً - التغذية أثناء الحمل

تحتاج المرأة الحامل إلى عناية خاصة في تغذيتها للأسباب التالية :

- 1 النمو والتطور في جسم المرأة .
- 2 حاجة الجنين إلى الغذاء الذي يستمده من الأم .
- 3 تطور العنصر الثديية ، حيث يبدأ الثدي في التحضير لتغذية المولود الجديد .
- 4 تخزين العناصر الغذائية لاستعمالها عند الحاجة إليها في عملية الولادة وما بعدها .

**التمر منجم غذائي صحي ، لذا يجب على الحامل أن تحرص على تناوله ؛ لاحتوائه على العناصر الغذائية المفيدة .**

**فائدة**

ولا يوجد غذاء خاص للام الحامل ولكن على الام أن تتناول الغذاء الصحي المتكامل الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية كما يُنصح بتناول مقادير متزايدة من كل من :

الفيتامينات مثل فيتامين أ ، ب المركب ، ج ، د .

العناصر المعدنية مثل الكالسيوم والحديد .



## ثالثاً - الأعراض التحذيرية أثناء الحمل

إذا تعرضت الأم لظهور أي من الأعراض التالية عليها مراجعة الطبيب فوراً:

- 1. آلام وتقلصات أسفل البطن والظهر .
- 2. نزول قطرات ماء من المهبل .
- 3. نزول قطرات دم من المهبل .
- 4. تورم شديد في القدمين والكفين والوجه .
- 5. الصداع الشديد وزغللة العينين .
- 6. القيء الشديد المزمن .

## فكري

### ما الذي يجب أن تتجنبه الأم أثناء الحمل؟

تعتبر التغذية الصحية جزءاً هاماً من الرعاية الصحية للأم الحامل وجنينها، ويتساوى في الأهمية تناول الأطعمة والمشروبات الصحية، مع تجنب الأغذية والمشروبات الضارة، فالأم الحامل تريد الأفضل لها ولجنينها لينمو نمواً سليماً؛ صحيحاً عقلياً وجسدياً. وأفضل الخيارات لتغذية صحية للأم وللجنين تتم بمعرفة أنواع الأغذية والمشروبات التي يجب تجنبها خلال فترة الحمل.

#### التدخين والكحول:

يجب على المرأة الحامل الابتعاد نهائياً خلال فترة الحمل عن التدخين وشرب الكحوليات؛ لأن هذا يؤثر بشكل مباشر على صحة الجنين حتى وإن كان تدخيناً سلبياً.

#### الوجبات السريعة:

يجب على الأم الابتعاد عن تناول الوجبات السريعة أثناء الحمل، ويجب على الأم استبدالها بالوجبات الصحية التي تقيد الجنين.

#### الكعب العالي:

إن ارتداء الكعب العالي أثناء فترة الحمل يتسبب في تورم القدمين والكاحل والأم الظهر، فيجب ارتداء الأحذية الطبية بدون كعب عالي.

#### الكافيين:

يمكن أن يخترق الكافيين المشيمة، ويؤثر على قلب الجنين وتنفسه، فتناول الكثير من الكافيين (القهوة، الشاي، المشروبات الغازية) يسبب انخفاض وزن الطفل عند الولادة، أو يزيد من خطر الإجهاض، أو ولادة جنين ميت، وينصح بتجنب الكافيين في المرحلة الأولى من الحمل (الثلاثة أشهر الأولى)، والنقليل من تناوله خلال المرحلتين الثانية والثالثة منه.

#### تناول الأدوية بدون استشارة طبيب:

اعتادت كثير من النساء تناول الأدوية بدون استشارة الطبيب خاصة أدوية الصداع والمسكنات، لكن يجب الانتباه أنه أثناء فترة الحمل يجب الابتعاد عن تناول أي دواء بدون استشارة الطبيب.

نشاط فردي (5)



قومي بتصميم فستان صباحي للمرأة الحامل مراعية فيه الشروط السابقة .



## العناية بالأم بعد الولادة



فائدة

يعتبر إنجاب الطفل أحد التجارب السعيدة في الحياة.

قَالَ صَلَّى: ﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا﴾ الكهف: ٤٦

فكري



### ما الأعراض المنذرة للولادة للام الحامل؟

وجد عدة أعراض (علامات) تحدث للحامل تشير أن الولادة ستكون خلال أيام أو أسابيع قليلة.

١. الشعور بالخفة.
٢. تشعر الحامل أنها تستطيع التنفس بسهولة وحرية كما كانت قبل الحمل. ويحدث ذلك بسبب نزول الجنين إلى الحوض و بالتالي يقل الضغط على الحجاب الحاجز وتخف الصعوبة أثناء التنفس. كذلك يحدث ضغط على المثانة بعد نزول الجنين إلى الحوض وبالتالي تكثر عدد مرات التبول.
٣. ظهور العلامة.
- وهي عبارة عن إفرازات مهبلية مخاطية ممزوجة بخيوط دم رفيعة تخرج من عنق الرحم.
٤. تمزق كيس المياه:  
يتمزق الغشاء المحيط بالجنين المليء بالسائل الأمينوسي، ويؤدي إلى نزول السائل الأمينوسي من المهبل. وهو سائل عديم الرائحة. وعلى السيدة الحامل إذا لاحظت وجود قطرات من سائل أن تقوم بالاتصال فوراً بالطبيب.
٥. انقباضات الولادة  
وهي العلامة الأكيدة انه قد حان وقت الولادة الآن. و تكون انقباضات الرحم منتظمة تأتي كل ٢٠ - ٣٠ دقيقة وتدرجياً تزداد شدتها وتستمر لمدة أطول حتى تصل إلى أن تتكرر كل ٥ دقائق، وهذا هو وقت الاتصال بالطبيب أو التوجه فوراً للمستشفى.



## العناية بالأم أثناء مرحلة النفاس

### الرعاية العاطفية

- التكيف مع الوضع
- تقديم الرعاية العاطفية من الزوج
- خلق جو نفسي و اجتماعي من قبل الأسرة
- الابتعاد عن مسببات التوتر

### الوقاية من العدوى و الملاحظة

- عدم مخالطة المرضى .
- العناية بالجهاز التناسلي
- مراقبة نسبة الهيموجلوبين
- مراقبة الوزن

### الرعاية الغذائية

- تناول الغذاء الكامل.
- الاكثار من السوائل.
- الإقلال من تناول المنبهات.
- الامتناع عن الأضحية المسببة للغازات .
- الامتناع عن التدخين .
- عدم تناول الأدوية دون إستشارة الطبيب .

### الرعاية الشخصية

- الوقاية من الإمساك
- الاستحمام والنظافة الشخصية
- الامتناع عن العلاقة الزوجية
- العناية بالثديين
- الاهتمام بأداء التمرينات الرياضية

### زيارة الطبيب

- بعد أسبوعين ثم بعد ست أسابيع من الولادة .
- عند حدوث أي ألم أسفل البطن .
- عند ارتفاع درجة الحرارة .
- عند ظهور إفرازات مهبلية ذات رائحة كريهة .
- عند حدوث نزيف مهلي .
- عند حدوث حرقان أثناء البول .
- عند حدوث ورم وألم واحمرار بالثديين.



## التقويم

س١، ما المعلومات التي توضع على السوار الخاص بالأم وطفلها بعد الولادة مباشرة ؟  
وما الهدف من وضعها ؟

وضع سوار تعريفى خاصة بالأم الحامل هو نظام جديد عبارة عن سوارين إلكترونيين يوضعان في يد الأم وقدم طفلها بعد عملية الولادة مباشرة وتتم عملية ربط الجهازين عن طريق تعريفهما ببعضهما إلكترونياً وبنغمة معينة خاصة بالأم وطفلها، فيما لو أخذ الطفل لأم أخرى عن طريق الخطأ يعطي صوتاً مغايراً ويرسل رسالة رقمية لأجهزة مخصصة لدى التمريض والأمن ينبه بحصول المشكلة مع كافة تفاصيلها، كما أن السوار يحدد موقع الطفل كل ثانيتين عن طريق إرسال رسائل نصية لنظام الأمن في المستشفى، وكل ذلك بهدف التأكد من سلامة وأمن الطفل.





## التقويم

س ٢، لو كنت مشرفة تغذية بأحد المراكز الطبية أو المستشفيات، ما النصائح الغذائية التي ستقدمينها للمرأة الحامل ؟

- (١) انتباه الأم لصحتها من العوامل المهمة للحمل الصحيح، فمثلاً إذا كان هناك خلل ما أو نقص في العناصر الغذائية فإن ذلك النقص أو الخلل سيتضاعف حتماً أثناء مرحلة الحمل والرضاعة، لذلك عند التفكير في الحمل وإنجاب الأطفال، يجب أن تعتني الزوجة بصحتها وكذلك الزوج، وينصح كل من يرغب في إنجاب الأطفال أن يعتمد إلى البدء بحياة صحية وعادات غذائية جيدة، وأن يقلع عن التدخين.
- (٢) تنوع الطعام الكامل ضروري جداً لزيادة السرعات الحرارية التي تأتي عبر السكريات، كما أن الطعام الكامل والمتنوع يمنح الجسم الفيتامينات والبروتينات والأملاح المعدنية الضرورية للتغذية، والزيادة في منتجات الحليب واللحوم والحبوب الكاملة والخضار الطازجة تساعد الحامل في الحصول على متطلبات الحمل من الغذاء.
- (٣) يجب شرب الماء من (٦ - ٨) أكواب يومياً إلى جانب الحليب وشاي الأعشاب وليس الشاي الأسود، ومن أفضل أنواع الشاي المفيد خلال فترة الحمل الشاي المحضر من أوراق توت العليق الذي يزيد من قوة الرحم.
- (٤) يفضل اختيار الأطعمة الطازجة بدلاً من المحفوظة والمعلبة، كذلك ينبغي الإكثار من تناول الفواكه والخضروات الطازجة التي تكون غنية بالألياف التي تمنع حدوث الإمساك الذي يصيب الحامل عادة أثناء فترة الحمل.
- (٥) يجب التقليل من تناول المنبهات كالشاي والقهوة وبعض المشروبات الغازية، فقد وجد أن الكافيين الموجود في هذه المشروبات قد ينتقل إلى الجنين عبر المشيمة أو ينتقل إلى الرضيع عبر حليب الأم، ويؤثر على وزنه ونموه حيث يؤدي إلى صغر حجم الطفل بالنسبة لعمره.



## التقويم

س٣، قومي بزيارة لمركز الأمومة في منطقتك، وبناء على تلك الزيارة حددي أهم المشكلات التي تتعرض الحوامل لها، وأثرها على الجنين، وطريقة حلها والتغلب عليها.

- هناك العديد من المشاكل التي تحدث أثناء الحمل ولكنها غير مزعجة:
- كثرة التبول: وهي من أهم أعراض الحمل وتزيد في الأشهر الثلاثة الأولى ثم تبدأ في النقصان ثم تزيد في الشهر الأخير بسبب ضغط الجنين على المثانة البولية. وقد يكون كثرة التبول مصحوباً بهرش أو حرقان في البول ويتم تجنب هذه الحالة بالإكثار من السوائل مثل الماء والعصائر.
- الغثيان والقيء: من أهم الأعراض الجانبية التي تحدث في الأشهر الأولى من الحمل وذلك نتيجة للتغيرات الهرمونية التي تحدث بالجسم ويمكن التغلب على هذه المشكلة بتقسيم الوجبات الغذائية على خمس وجبات خفيفة وتجنب الملح والإكثار من السوائل. أما إذا استمر القيء بعد الثلاث أشهر الأولى لا بد من استشارة الطبيب.
- ألم بالمعدة: يحدث أيضاً نتيجة تغيرات هرمونية بالجسم أثناء الحمل وكذلك ضغط الجنين على المعدة والجهاز الهضمي في أثناء نموه.
- وللتغلب على ذلك يجب تقسيم الوجبات الغذائية إلى خمس وجبات وتجنب المواد الدهنية وكذلك يمكن تغيير وضع نومك بأن تنامي على أكثر من مخدة لرفع الرأس إلى أعلى لتقليل الارتجاع. ومن المهم أن لا تأخذي الصودا لعلاج هذه الحالة.
- الإمساك: في الأشهر الأولى يكون نتيجة تغيرات هرمونية تميل إلى ارتخاء عضلات الجهاز الهضمي، وتكرر في الأشهر الأخيرة من الحمل ويكون نتيجة ضغط الرحم مع الجنين على الأمعاء، وللتغلب على هذه الحالة يجب اتباع الآتي:
- الإكثار من شرب السوائل من ٦ - ٨ أكواب ماء يومياً.
- كوب من العصير المثلج قبل الإفطار.
- الإكثار من المأكولات التي تحتوي على ألياف مثل الخبز البلدي والفواكه والخضراوات.
- القيام ببعض التمارين الرياضية الخفيفة. ولكن مع عدم استخدام أي من المليينات أو الحقن الشرجية للتغلب على الإمساك.
- اضطراب في التنفس: هذه الحالة تحدث عندما يبدأ الجنين في النمو ويكبر حجم الرحم ويبدأ في الضغط على الحجاب الحاجز.



## التقويم

س ٤: بالرجوع إلى مصادر المعرفة، ناقشي من وجهة نظرك العبارتين التاليتين:

لا بد من التخطيط المسبق للحمل ، واختيار الوقت المناسب ، والمباعدة بين حمل وآخر.

عادة تحمل النساء بدون تخطيط مسبق، ولكن هناك اتجاه متزايد نحو التخطيط والإعداد الجيد للحمل. مبدئياً، التخطيط أسلوب صحي جيد يؤثر إيجابياً عليك وعلى طفلك المستقبل. فالتخطيط يساعدك مثلاً على الإفلاع عن العادات السيئة والوصول لوزن مناسب قبل الحمل وتهينة جسمك لهذا الحمل وهذه الرحلة الطويلة التي تستمر ٩ أشهر. كما يساعد على السيطرة على أي حالة مرضية لذا يعد هاماً جداً أثناء الحمل. إذا كان وزن الحامل ضعيف زيادة عن اللزوم، ربما تتعرض لولادة مبكرة أو يكون وزن المولود أقل من المفروض، أما إذا كان الوزن زيادة عن اللزوم فمن الممكن أن تتعرض لمضاعفات أثناء الولادة ويكون وزن المولود أكبر من اللازم. إذا كانت المرأة تخطط للحمل، يجب أن تبدأ في ممارسة حمية صحية تساعد في الوصول لوزن مناسب واستشارة الطبيب. ينصح للمرأة التي تريد أن تحمل، بتناول حمض الفوليك يومياً والذي يباع في الصيدليات على هيئة حبوب ، وكذلك تناول الأطعمة الغنية بحمض الفوليك، فهو فيتامين هام يساعد على منع التشوهات الخلقية في المخ والعمود الفقري للجنين، فحمض الفوليك يلعب دوراً كبيراً في تطور الجهاز العصبي للجنين وهذا الجهاز من أوائل الأجهزة التي تتطور.

**يمكن الحصول على حمض الفوليك في الأطعمة التالية:** الحبوب والبقوليات، السبانخ، نبات الهليون، الخس، الفاصوليا الحمراء، الكرنجب، القمح وعصير البرتقال.  
نقص الحديد من المشكلات الصحية للساعة عن الأطفال والنساء، خاصة الحوامل منهن. ولكن لا ينصح بأخذ مكملات حديد قبل الحمل دون الرجوع للطبيب. إنما يفضل أن تتناولي الأطعمة الغنية بالحديد. من هذه الأطعمة: المحار، البقوليات، البيض، السبانخ، الفول، عصير الخوخ وكذلك الزبيب. قبل الحمل، يجب أن تتابع المرأة مع الطبيب حالتها الصحية حتى يتأكد من أنها مستقرة وتحت السيطرة. من تلك الحالات الصحية: مرض السكر، الكولسترول، ضغط الدم المرتفع والسمنة.

التغذية

هناك العديد من الأطعمة التي تساعد على نمو الخصوبة لدى المرأة وتسهل الحمل، مثل:

- ١ - الخضروات الورقية وخاصة السبانخ. فهي غنية بمضادات الأكسدة والحديد وحمض الفوليك.
- ٢ - الخضروات البرتقالية والصفراء اللون حيث يتوفر فيها كل من مضادات الأكسدة والبيتا كاروتين.
- ٣ - البطاطا والجزر والبازلاء، فهذه الأطعمة هامة إذا كنت تعائين من اضطراب في الدورة الشهرية.
- ٤ - البرتقال والتوت والفراولة الغنية بفيتامين ج.
- ٥ - المكسرات مثل اللوز والجوز فهذه المكسرات غنية بالأوميغا ٣.
- ٦ - الشاي الأخضر.
- ٧ - تناولي الكثير من الماء لمنع الجفاف.
- ٨ - منتجات الألبان والبيض وسمك السلمون والتونة الغنية بالكالسيوم.
- ٩ - الثوم لأنه غني بفيتامين ب ٦.
- ١٠ - العسل والمعروف على مدار التاريخ كطعام هام للخصوبة.
- ١١ - الفلفل الحار، والمأكولات الحارة فهي تنشط الدورة الدموية.
- ١٢ - الحبوب الكاملة مثل:  
الأرز البني والدقيق الكامل والشوفان.



## التقويم

**اختيار الوقت المناسب للحمل: عن طريق (الإباضة):**

لكي يحصل الحمل عادة، يجب أن تلتقي البويضة قبل موتها مع السائل المنوي في قناة فالوب. لا تعيش البويضة أكثر من أربع وعشرين ساعة بعد الإباضة؛ إلا إذا تم تلقيحها طبعاً. إلا أن الحيوان المنوي يستطيع الصمود فترة أطول داخل الجهاز التناسلي (أي المهبل، والرحم، أو قناة فالوب). وأثبتت الدراسات أن الحيوان المنوي يمكن أن يعيش داخل جسم المرأة حوالي يومين. هذا يعني أنك لست مضطرة إلى توقيت العلاقة الزوجية الحميمة تحديداً مع موعد الإباضة لكي تصبحي حاملاً. فالأمر أشبه بفترة خصوبة طويلة نسبياً تمتد ٨ ساعات حيث يلتقي خلالها السائل المنوي الحي والسليم ببويضة جاهزة للتخصيب حديثاً.

**المباعدة بين حمل وآخر:-**

كل المعطيات العلمية والدراسات والأبحاث الصحية تؤكد أن المباعدة السليمة بين الولادات تكون من ثلاث إلى خمس سنوات وأنه يجب أن لا يتم الحمل التالي قبل ٢٤ شهراً على الأقل من الولادة السابقة. ودلت دراسات بحثية على مستوى العالم على أنه عندما تكون فترات الحمل متقاربة أي عندما يتم الحمل بعد أقل من ٢٤ شهراً من الولادة السابقة يمكن أن تتم الولادة سريعاً وبمولود صغير وبوزن أقل من الحد الأدنى وقد لا يسير نمو الرضع والأطفال بشكل سليم ويكونون عرضة للوفاة قبل وصولهم السنة الخامسة من عمرهم.


وعندما يحدث الحمل بعد أقل من ستة أشهر من الاجهاض أو الإملاص (ولادة مولود ميت) فإن الأمهات يكن أكثر عرضة لفقر الدم والتمزق المبكر للأغشية، ويمكن أن تتم الولادة سريعاً وبمولود صغير أو بوزن أقل من الحد الأدنى، وقد تموت الأم خلال الولادة وقد لا يسير نمو الرضع والأطفال بشكل سليم ويكونون أكثر عرضة للوفاة قبل وصولهم السنة الخامسة من عمرهم.

وعندما تكون المباعدة بين حمل وآخر طويلة جداً (أكثر من ٥ سنوات) فإن الأم تكون معرضة لخطر حدوث مقدم الارتعاد وهو خطر مهدد للحياة ويمكن أن تتم الولادة سريعاً وبمولود صغير أو بوزن أقل من الحد الأدنى.

ومن أجل صحة الأم والطفل على الزوجين باختيار المباعدة بين حمل وآخر لفترة زمنية أقلها ثلاث سنوات وذلك بقيام الزوجين باختيار وسيلة تنظيم أسرة مناسبة لهما بشكل مستمر لمدة سنتين على الأقل قبل محاولة الحمل من جديد والأزواج الذين اختاروا استخدام وسيلة مستمرة لمنع الحمل يمكن أن يخططوا للحمل التالي في مدة لا تتعدى خمس سنوات من ولادة المولود السابق وفي حالة حدوث الإجهاض أو موت الجنين على الزوجين أن يقوموا باختيار واستخدام وسيلة تنظيم أسرة مناسبة لهما وبشكل مستمر لمدة ٦ أشهر على الأقل.



## التقويم

العقم مشكلة لها مسبباتها. 

**العقم:** هو عدم القدرة على الإنجاب وله مسببات سواء كان السبب الذي يعوق الحمل هو الرجل أو المرأة.

**أسباب العقم:**

١- العامل الذكري:

في ٤٠% من حالات تأخر الإنجاب يرجع السبب إلى الزوج، ولهذا لا بد من إجراء تحليل للسائل المنوي.

٢- خلل التبويض:

يؤدي الخلل في التبويض عند المرأة إلى تأخر الإنجاب، وتشمل اختبارات الكشف عن التبويض قياس حرارة الجسم الأساسية وعنق الرحم والتغيرات التي تطرأ عليه وقياس مستوى البروجيستيرون في الدم الذي يدل ارتفاعه في الدم على حدوث التبويض.

٣- الأنابيب:

يجب أن تكون قناتا فالوب مفتوحتين وبحالة صحية حتى يحدث الحمل، فتجرى الأشعة بالصبغة لبيان ما إذا كانت الأنابيب مفتوحة أم مغلقة، وإذا وجد انسداد في الأنابيب يجري منظار تشخيصي للبطن، وقد يتمكن منظار البطن الجراحي من علاج المشكلة أو زيادة فرص الحمل إما عن طريق إزالة الالتصاقات أو فتح الأنابيب.

٤- الرحم:

قد تكشف الموجات فوق الصوتية وجود عيوب في الرحم من زوائد لحمية رحمية أو أورام ليفية، وفي هذه الحالة يجب إجراء منظار أو تدخل جراحي.

٥- عنق الرحم:

في منتصف دورة الحيض يجب أن يكون المخاط في منطقة عنق الرحم شفافا لا لون له يشبه الماء غزير وقابل للمط وفي حالة غياب صفة من هذه الصفات يصبح عنق الرحم غير قادر على القيام بوظيفته.


٦- العامل البريتوني:


الغشاء البريتوني هو طبقة تغطي الأعضاء الموجودة في منطقة الحوض، قد تؤثر الالتصاقات أو امتداد بطانة الرحم إلى خارج الرحم أو التهابات الحوض على الوظيفة الطبيعية للغشاء البريتوني، ويعد منظار البطن هو الوسيلة الوحيدة للتشخيص.





## التقويم

س ٥: ضع علامة ( ✓ ) أمام الجمل الصحيحة وعلامة ( × ) أمام الجمل الخاطئة :


أطفال الأمهات المدخنات أكثر وزناً عند الولادة من أطفال الأمهات غير الدخنات . ( × ) 


يتأثر جنين الحامل بتعرضها للخدمات العصبية والنفسية . ( ✓ ) 


تعرض الحامل للإشعاع في الشهر الأخير يؤدي إلى تشوهات خلقية في الجنين . ( ✓ ) 

زيد احتمال التشوهات الخلقية في الجنين إذا أصيبت الأم بالحصبة الألمانية في الأشهر الثلاثة 

الأولى من الحمل . ( ✓ )

تشعر الحامل بتحريك الجنين في الأسبوع الثاني عشر . ( × ) 

تناول الأم للدوية أثناء النفاس لا يؤثر على الرضيع . ( × ) 

الكشف المبكر عن سرطان الثدي لا يُقدم ولا يؤخر في علاج الحالة . ( × ) 

## ٦: بالرجوع إلى مصادر المعرفة الطبية، أعدى نشرة عن دور البحث العلمي والتطور الطبي في علاج سرطان الثدي.

### تركيب الثدي:

يحتوي كل ثدي على عدد من الفصوص، وهي على شكل أوراق زهرة الأقحوان، يحتوي كل فص على "فصيصات" أصغر في نهاياتها عشرات البصيلات القادرة على إنتاج الحليب. ترتبط الفصوص والفصيصات والبصيلات بواسطة أنابيب رقيقة تدعى القنوات اللبنية أو الحليبية وهذه بدورها تؤدي إلى حلمة الثدي، تأتي العضلات أسفل الثدي، وتلأ المادة الدهنية الفراغات بين الفصوص والقنوات مما يعطي الثدي طبيعة تكتلية غير متجانسة. بالإضافة للأوعية الدموية التي تقوم بتغذية خلايا الثدي والأوعية اللمفاوية التي تحمل السائل اللمفي (سائل عديم اللون) الذي يحتوي على الخلايا المناعية التي تساهم في محاربة الالتهابات.

الأوعية اللمفاوية تؤدي إلى غدد صغيرة مثل حبة اللوز تسمى الغدد اللمفاوية (توجد تحت الإبط وحول عظمة الترقوة وبداخل الصدر) التي تساهم بمحاربة الالتهابات وفي تصفية السائل اللمفاوي من الفضلات. معظم الأوعية اللمفاوية في الثدي تؤدي إلى غدد لمفاوية في الإبط.

وقد لوحظ أن ثلثي الحالات في السعودية يتم تشخيصها في مراحل متقدمة والثالث الباقي فقط في مرحلة مبكرة، والسبب في ذلك هو عدم استجابة الكثير من السيدات لعمل الفحوصات اللازمة للكشف المبكر لهذا المرض وعدم مصارحة الأطباء عند ملاحظة أي أعراض لهذا المرض.

### سرطان الثدي ومراحله:

من رحمة الله تعالى أن معظم الأورام في الثدي حميدة، ولكن لا يمكن التفريق بين الورم الحميد والسرطاني إلا بالكشف الطبي. ويجدر الملاحظة أن وجود بعض الأورام الحميدة يزيد من احتمالية إصابة المريضة بسرطان الثدي. وسرطان الثدي هو ورم خبيث ينشأ من خلايا الثدي نفسها. هذا المرض يحدث غالباً في النساء ولكن يمكن أن يصاب الرجال به أيضاً. أكثر حالات سرطان الثدي تبدأ من خلايا القنوات اللبنية الصغرى.

الاكتشاف المبكر لهذا المرض يعطي المرأة خيارات أكثر للعلاج ويؤدي إلى ارتفاع معدل الشفاء الكامل بأن الله بمعدل ٩٧%.

بمجرد تشخيصنا لوجود ورم خبيث بالثدي يتركز اهتمامنا على تحديد مرحلة المرض، أي بمعنى آخر، هل لازال المرض محدوداً في منطقة الثدي أم أنه قد انتشر إلى مناطق أخرى خارج منطقة الثدي ولم تتمكن أجهزة المناعة في الجسم من القضاء عليه.

الفحص الشخصي السريري للمريضة سيحدد إذا كان هناك غدد ليمفاوية كبيرة تحت الإبط أو في المنطقة حول عظمة الترقوة وسيحدد إذا كان هناك تضخم بالكبد أو أي تنوعات بالجلد أو مناطق مؤلمة بالعظام في أي منطقة من الجسم، ثم تكمل الفحوصات بتحليل للدم ومنها تحليل وظائف الكبد وعدد كريات الدم الحمراء والبيضاء ونسبة الهيموجلوبين وأشعة للصدر. ولو أثارت هذه النتائج والفحوصات أي شبهات حول انتشار المرض يجرى فحص بالموجات فوق الصوتية للكبد والبطن عموماً وفحص بالمواد المشعة للعظام.

### أهم نقطتين تحددان مرحلة المرض وغالباً مستقبل المريضة هما:

حجم الورم ومدى التصاقه بجلد الثدي وعضلات الصدر، الورم الأكبر الملتصق والمسبب لتقرحات بالجلد أو الملتصق بعضلات الصدر أسوأ بكثير من الورم الصغير المحصور داخل الثدي بدون اتصال بجلد الصدر أو عضلات الصدر.

الغدد الليمفاوية تحت الإبط هي أهم المراحل أو على الأقل مرحلة كبرى في تقدير حالة المريضة. فلو احتوت هذه الغدد على خلايا سرطانية بعد فحصها فهذا يدل أن الورم قد تعدى حدود الثدي وخرج إلى مناطق أخرى في الجسم وتكون هذه الغدد جزءاً منها. هذا لا يعني بأي حال من الأحوال أننا خسرنا الجولة مع المرض ولكنه يعني أن الجولة ستكون أشد قسوة ولا تزال هناك فرصة جيدة للانتصار ولو أنها أقل بكثير مما لو كانت هذه الغدد خالية من الخلايا السرطانية.

# الطفولة

## ماذا سنتعلم من الدرس؟



- خصائص المولود الجديد .
- مظاهر نمو المولود الجديد .
- العناية بالمولود الجديد .
- تغذية المولود الجديد .
- ملابس المولود الجديد .
- نظافة المولود الجديد .
- تطعيمات المولود الجديد .



## المقدمة



قَالَ تَعَالَى: ﴿ وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبْرِئَ الرِّضَاعَةَ ﴾ البقرة: ٢٣٣

تُعَدُّ ولادة طفل جديد حدث يبدل على بداية لسلسلة متعاقبة من المتغيرات الأسرية، والفترة تبدأ حياتها الجديدة كأم عليها مسئوليات تجاه طفلها وأسرته.

والأم هي أول من يتلقى الطفل عند ولادته، لتقوم برعايته من خلال مواقف الحياة اليومية، لذا يجب عليها أن تتصرف بالوعي والحكمة عند قيامها بهذه الرعاية، وأن تتقبل طفلها بحب وسعادة، وتشبع احتياجاته مهما كانت صعبة وهي راضية؛ إذ أنه يقدر ما تعطي الأم طفلها من جهد ووقت ورعاية وحب، يقدر ما ستأخذ منه من سعادة وإحساس قوي ورائع بالأمومة، فمتعة الطفل هي متعة للأم تُؤَلد المزيد من المتع لكليهما، وكلما زادت تلك المتع كلما قلت متاعهما.

وسوف نقدم في هذه الوحدة معلومات تتعلق ببعض ما يحتاجه المولود الجديد في الظروف العادية ، وكيفية إشباع تلك الاحتياجات بأسلوب صحي مرن وحكيم يساعد الأم في جعل طفلها سعيداً ، وجعلها هي الأخرى سعيدة .

## فكري



### أطفالنا فلذلت أكبادنا . أعز ما نهلك في الدنيا . كيف نرعاهم؟

**تربية الأبناء:** تشلتهم وإعدادهم في جميع جوانبهم الشخصية وفق المنهج الإسلامي لتحقيق العبودية لله عز وجل، إن التربية فن وعلم ولعلها من أهم المهام المنوطة بالوالدين وأخطرها. ومع أنها مسؤولية كبيرة على كلا الوالدين لما فيها من صعوبات وتعقيدات ومشاكل إلا أنها متعة حين يشعران أنهما يربيان أولادهم ويغدقان عليهم من العطف والحنان والرحابة ما يجعلهم ينطلقون في الحياة بثقة وثبات وصلابة إرادة. فالاهتمام بالأبناء من الناحية الغذائية يجب أن يحرص الطفل على احتياجاته الغذائية بطريقة متوازنة فيحصل في وجبته على كل أنواع الفيتامينات والبروتينات والكربوهيدرات من خلال تنوع الوجبات حتى يتم نموه بصورة جيدة.

#### إرشادات:

- على الأهل إثابة السلوك الجيد قبل المحاسبة على السلوك السيئ.
- بناء العلاقة المتينة بين الأهل والأطفال كفيلة بتعزيز التقدير الذاتي للطفل وتقبله التوجيه من الأهل دون الحاجة إلى الضرب والتوبيخ.
- لا يجب العزوف عن العقوبة بسبب الدلال أو خوف الأهل على الطفل فالسكوت هو إثابة ضمنية على السلوك السيئ.
- يجب التركيز عند العقاب على رفض السلوك السيئ وليس شخص الطفل نفسه وإفهام الطفل أنني كمرتب أكره السلوك ولكني أحبه كشخص.
- يُمكن استخدام التخويف بجميع درجاته كالتهديد بعدم رضا الله تعالى.
- مراعاة الحالة الفيزيولوجية للطفل لأنها قد تكون السبب في المشكلات السلوكية كالتعب والجوع.

## أولاً، خصائص المولود الجديد

هناك خصائص عامة للاطفال حديثي الولادة يختلفون في النمو، وقد يختلف بعضها من طفل لآخر . ويتميز المظهر العام للطفل حديث الولادة بالجذابة، اطرافه إلى منطقة الصدر والبطن ( الجذع )، كما يكون جلده أملساً ناعماً، ولونه أحمر فاتحاً أو مائلاً إلى اللون الزهري، ومغطى بطبقة بيضاء لزجة دهنية تسمى الطلاء الدهني ( الجبني ) .



### ما وظيفة الطلاء الدهني (الجبني) ؟

يبدأ هذا الطلاء في التكون في الأسبوع العشرين من الحمل حيث يبلغ طول طفلك حوالي ١٦,٥ سنتيمتراً من رأسه إلى أخمص قدميه ويزداد وزنه بشكل ثابت. تبدأ طبقة من مادة دهنية لزجة تميل إلى اللون الأبيض وتدعى الطلاء الجبني، بتغطية طفلك وحماية البشرة خلال فترة بقائها الطويل في السائل السلوي أو الأمنيوسي.

كما أن له خصائص مضادة للميكروبات فهو يساعد على حماية الأطفال حديثي الولادة ضد كمية كبيرة من الأمراض.

ويكون جلده أيضاً مغطى بشعر وبري ناعم خفيف يعرف بالزغب، بكثرة في منطقة الجبين والحدين وبين الكتفين وفي مناطق أخرى، ولا يلبث أن يختفي بعد أيام من الولادة.

## فائدة

بعد الولادة يتكيف الطفل المولود مع البيئة الخارجية، وأول مظاهر هذا التكيف الصرخة الأولى، حيث يبدأ بالتنفس منذ اللحظة الأولى للولادة حين يندفع الهواء من الخارج إلى رئتيه،

ويكون الضغط في الخارج أعلى منه في رئتيه، فتمتلئ رئتاه بالهواء، وتحرك أوتاره الصوتية، فيطلق صرخته الأولى ثم يبدأ بالتنفس.



يعتمد الطفل المولود بعد الولادة وبعد قطع الحبل السري على أجهزة جسمه؛ للقيام بالوظائف الحيوية اللازمة لاستمرار حياته ( التنفس، التغذية، التبول، الإخراج ) .  
أما الحواس فإن حاستي الشم والتذوق تعملان بشكل مناسب منذ لحظة الولادة، كما يستطيع الطفل الإحساس بفروقات درجة الحرارة، ويكون السمع ضعيفاً؛ لوجود آثار السائل الأمينوسي في الأذن الوسطى، أما حاسة البصر فتكون مشوشة وقدرة العينين على الرؤية غير واضحة .

## نشاط فردي (٦)



علي ما يلي :

١ . حركات المولود الجديد لا إرادية وعشوائية .

إن السائل الذي يحيط الجنين داخل الرحم من بين وظائفه هو عمل الوسادة التي تحمي الجنين من الصدمات وحركات الأم المفاجئة لذا حينما يخرج الجنين إلى الحياة يتحرك بنفس الطريقة التي كان يتحركها داخل رحم الأم.

٢ . جلد الطفل أملس ناعم عند ولادته .

يحاط الجنين بداية من الأسبوع العشرين بطلاء دهني أو ما يسمى بالطلاء الدهني الجبني وهي مادة تشبه الكريم في مستحضرات التجميل .  
وعندما يولد الطفل تنشط الغدد الدهنية خاصة الموجودة بالرأس .



بالتعاون مع أفراد مجموعتك ،

نظمي جدولاً مكملاً للجدول السابق يوضح بعض المظاهر الطبيعية والمرضية عند المولود الجديد يـا كل من: البطن ، الجلد ، أعضاء التناسل .

العضو	الطبيعية	المرضية
البطن	نزول قطرات من الدم من السرة.	تصبح قاعدة السرة محمرة مع استمرار النز الدموي والنزف من السرة.
الجلد	تقرحات بسيطة: تظهر أحياناً على أصابع بعض الأطفال حديثي الولادة.	اصفرار يظهر على لون الجلد والعينين.
أعضاء التناسلية	قد يظهر غشاء مخاطي وكذلك بعض إفراز طهاري من جدار الفرج من العضو التناسلي وقد يتبع ذلك أحياناً إفرازات ذات لون مميز كما إن بعض الإفرازات قد تكون مختلطة بالدم من رحم الطفلة حديثة الولادة في اليوم الثالث أو الرابع ويستمر ذلك لمدة يومين أو ثلاثة.	عند الذكور نجد إحدى الخصيتين معلقة ولكنها تنزل إلى موضعها خلال أشهر ويجب مراجعة الطبيب عند تأخر نزولها.

## ثانياً مظاهر نمو المولود الجديد



يمكننا أن نلاحظ نمو المولود الجديد من خلال مظاهره الجسمية والحركية والاجتماعية والانفعالية ، وتساعدنا معرفتنا بهذه المظاهر على تقويم نمو المولود الجديد ، وتصنيفه على لوحة النمو الخاصة به، كما تساعدنا على تقديم العناية المناسبة التي يتطلبها نمو الطفل .

## النمو الاجتماعي

يولد الطفل مزوداً بالاستعدادات اللازمة لنموه الاجتماعي السليم، ولكن هذه الاستعدادات لا تنمو من تلقاء نفسها، بل هي بحاجة إلى تعليم واكتساب من خلال رعايته والعناية به بالطريقة المناسبة من قبل الآخرين .



## النمو الحسركي

يبدو الطفل حديث الولادة ضعيفاً لا حيلة له، غير أنه يكون مزوداً بقدرات متعددة كقدرته على البكاء وتحريك يديه وقدميه، وقدرته على التثاؤب والعلس وعلى حركات أخرى، كما أنه يستطيع الإحساس بما حوله ويستقبل بعض المعلومات عن العالم المحيط به عن طريق حواسه التي تنمو يوماً بعد يوم .



## النمو الجسمي

يعرف النمو الجسمي أنه: زيادة في حجم الجسم أو في جزء من أجزائه، ويتضمن كذلك زيادة في عدد الخلايا وفي حجمها، وتعتمد مقاييس ثلاثة للملاحظة نمو الجسم عند الأطفال وهي: مقدار الوزن (٢,٥-٤) كلف ومقدار الطول (٤٨-٥٢) سم ومقدار محيط الرأس (٣٣-٣٧) سم، وهو ما نعبر عنه بالنمو الكمي .



### أ- تغذيته

إن تغذية الطفل الوليد بالإرضاع من الأمور المهمة لنموه؛ لأن الحليب هو الغذاء الوحيد الذي ينبغي أن يقدم له في هذه المرحلة من عمره .

ويبدأ تفكير الأم في طريقة تغذية وليدها أثناء الحمل، وبالرغم من أن التغذية المثلى له هي الإرضاع الطبيعي ، وخاصة خلال الشهور الستة الأولى ؛ لما له من مزايا تتعلق بالأم وبالطفل معاً، إلا أن بعض الأمهات قد يواجهن ظروفاً تضطرهن إلى اختيار طريقة غير الطريقة الطبيعية .

والإرضاع هو: إعطاء الطفل وجباته اليومية الضرورية لنموه .

وهناك ثلاث طرق لإرضاع الطفل الوليد هي:



### الإرضاع الطبيعي :

قَالَ تَعَالَى: ﴿ وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّمَ الرِّضَاعَةَ ﴾ البقرة: ٢٣٣

لقد أجمعت منظمة الصحة العالمية وجميع منظمات أطباء الأطفال على أهمية الرضاعة الطبيعية؛ لأن حليب الأم هو الغذاء المثالي للطفل ، ليس في تركيبه فقط بل من النواحي الصحية والنفسية والاقتصادية .

### خصائص حليب الأم :



لحليب الأم خصائص كثيرة تجعله الأفضل بين أنواع الحليب الأخرى ومن أبرزها:

يسمى حليب الأم في الأيام الثلاثة الأولى بعد الولادة مباشرة بحليب اللبأ ( الكولسترم colostrums ) .

توازن مكوناته من العناصر الغذائية توازناً لا يضاهيه فيه حليب طبيعي آخر .

نظافته وسلامته من التلوث الجرثومي .

توفره طازجاً باستمرار .

اعتدال حرارته .

خلوه من المواد المثيرة للحساسية، خلافاً لكثير من أنواع حليب الأطفال المصنّع .

تأثيره الإيجابي في تنظيم نمو الطفل وتطوره دون تعرضه للسمنة ، فهو مثالي لتلبية احتياجات الطفل، وسهل الهضم والامتصاص ، وتركيز مكوناته مناسب للطفل .

### من الناحية النفسية :

إن ضم الطفل إلى صدر أمه أثناء الإرضاع يشعره بالثقة والأمن والاطمئنان والدفء والراحة، كما يشعرها بالراحة والسعادة .



### فائدة

يجب توفير الظروف المناسبة لعملية الإرضاع الطبيعي من حيث هدوء المكان وراحة الأم؛ لتحقيق الرضاعة الطبيعية فائدتها بشكل أكبر.

### من الناحية الصحية للأم :

تقل نسبة الإصابة بالسرطان ( سرطان الثدي ) عند الأمهات المرضعات .

تخفف الرضاعة من احتمال حصول حمل سريع عند الأم ، وإن كانت لا تمنع الحمل بالتأكيد .

يساعد الإرضاع على سرعة عودة الرحم إلى حجمه ووضعها الطبيعي بسرعة .



ناقشي مع مجموعتك الموانع الدائمة والمؤقتة التي تعيق بعض الأمهات عن إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية .

هناك بعض الموانع الدائمة والمؤقتة التي تعيق بعض الأمهات عن إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية ومنها معوقات تخص الأم ومنها معوقات خاصة بالطفل: مثل الطفل المبتسر وضعف قوة المص لدى الرضيع، وكمية اللبن الزيادة جداً التي لا يستطيع الطفل مجاراتها، أو كمية اللبن الضعيفة جداً التي تزهدق الطفل ولا يشعر بالشبع فيرفض ثدي أمه بعد شعوره باليأس مع الشبع، وأيضاً الطفل النوام الذي يسبب نومه الكثير ضعف إنتاج اللبن.

وهناك المعوقات الخاصة بالأم:

مثل قلة المعرفة والمعلومات عن أهمية الرضاعة الطبيعية منها رجوع الأم إلى العمل، وكذا التأخر في إدرار اللبن، أو قلة كمية اللبن، وهناك أيضاً المشاكل العضوية مثل أمراض الثدي الخاصة بالحلمة، أو إصابة الأم بالحصببة الألمانية.



تعريف

### الإرضاع الصناعي:



يحتاج الطفل المولود إلى تغذية مناسبة تحتوي على جميع العناصر الغذائية اللازمة لنموه ووقايته من الأمراض، بالرغم من أن حليب الأم هو الغذاء الأكمل والأمن للطفل في معظم الحالات.

## فكري



قد نضطر في بعض الحالات لاستخدام حليب من مصدر آخر غير الّلم. فما هذا المصدر؟

إما باستخدام الحليب الصناعي أو إرضاعه عن طريق سيدة لديها وافر من حليب الثدي للإرضاع مع مراعاة النظم الشرعية المترتبة على ذلك.





ما الأمور التي يجب مراعاتها عند القيام بالإرضاع الصناعي ؟

**الأمور التي يجب مراعاتها عند القيام بالإرضاع الصناعي:**

- تسأل الأم لطبيب عن نوع الحليب الصناعي المناسب لطفلها.
- اختيار أنواع جيدة من القنينات أو الببرونات ذات حلمات صناعية مناسبة لسن الرضيع وأفضلها الحلمات المصنوعة من السليكون مع مراعاة تغييرها كل ثلاثة أشهر.
- يجب تعقيم القنينة والحلمة أو غليها جيداً بالماء قبل إعطائها في كل وجبة للطفل لإزالة الجراثيم العالقة بها وبعد ذلك التأكد من تدفق الحليب من الحلمة لتفادي امتصاص الرضيع للهواء المسبب للغازات لاحقاً.
- يحدد الكمية التي يحتاجها الرضيع من التعليمات المرفقة.
- يجب على الأم احترامها لشعور الطفل بالرعاية والحنان فيجب حضن الطفل وضمه حتى أثناء الرضاعة بالـقنينة لتفادي مجموعة من المشاكل قد تحصل إن تركت الرضيع بدون مراقبة كاختناقته حثلاً وتسوس أسنانه فالأهم في الرضاعة ليس هو الثدي أو القنينة ولكن الأهم هو إظهار الحب وإطالة جلسات الرضاعة الكفيل بخلق الترابط الكبير بين الأم وطفلها.

### الإرضاع المختلط:



إذا لم يكن حليب الام كافياً ، أو إذا غابت الام عن الطفل فترة طويلة ( بسبب عملها خارج المنزل مثلاً ) ، يكون الحل الأفضل استخدام ما يسمى بالإرضاع المختلط ، وهو تغذية الطفل من ثدي أمه ، واستكمال احتياجاته اليومية عن طريق الإرضاع الصناعي .



## ما أفضل طريقة لتنظيم الإرضاع المختلط ؟

هناك طريقتان :

- ١ - طريقة التناوب وجبة من الإرضاع الطبيعي تليها الوجبة الثانية من الإرضاع الصناعي.
  - ٢ - بعد أن ترضع الأم إرضاع طبيعي تقوم بتكملة الإرضاع بالحليب الصناعي.
- ويجب كتابة مواعيد الرضاعة الخاصة بالطفل في جدول لتنظيم أي المواعيد سوف يحل الحليب الصناعي فيه محل حليب الأم، ومن الأفضل أن تقوم الأم بعملية التناوب بين الرضاعة الطبيعية والصناعية، بمعنى أن تقوم بإرضاعه من ثديها وفي الوجبة الثانية من الحليب الصناعي وهكذا.



## كيف نعزز الإرضاع الطبيعي عند الأم في حالة الإرضاع المختلط ؟

- ★ تؤكد لها بأن حليبها يكفي احتياجات طفلها ، وأن جسمها ينتج كميات حليب حسب احتياجات الطفل، وأن عملية الإرضاع هي سبب من أسباب استمرار إدرار الحليب عندها .
- ★ توجهها إلى تجنب تحلية الحليب المصنّع؛ حتى لا يتعلق الطفل به ويرفض حليب الثدي . لماذا؟
- ★ توجهها إلى تجنب توسيع ثقب حلمة زجاجة الإرضاع؛ حتى لا تجعل الرضاعة منها أسهل على الطفل من الرضاعة من حلمة الثدي .

## ب : ملبسه



## فكري



### ما احتياجات المولود الجديد من الملابس؟

**ملابس نوم محاكاة (الجلاليب):**

هي تناسب مقاس **الطفل الوليد**، وهذه **الملابس** عملية جدا ويمكن ارتداؤها حينما يكون **الطفل** مستيقظا وفي أوقات **التزيارات**، ويمكن أن يرتديها **الطفل** مفتوحة أو مغلقة، ويمكن شراء **٣** أو **٤** أثواب منها، أما **القفازيات** في نهاية الأكمام فهي مهمة حتى لا يقوم **الطفل** بخدش وجهه.

**الملابس القطنية الداخلية:**

هناك **نوعان** من **القناتلات الداخلية**: نوع بفتحة للرأس، ونوع آخر يفتح على طول الصدر والجسم (**الشايات**)، واستخدام النوع الثاني أسهل بالنسبة لطفل لا يزال في أول عهده بالمشي، ويلزمك **٣** أو **٤** قناتلات ولا بأس بزيادة **٢** أو **٣** آخرين، ويمكن البدء بمقاس صغير جدا للأطفال الذين لم يكملوا عامهم الأول.



**المعاطف القصيرة:**

وهي أثواب مفتوحة من الأمام، تصنع من القطن المزين بالزهور لكي ترتدى فوق **ملابس النوم**، ولكنها ليست ضرورية.

**أثواب لخارج المنزل:**

وهي تكون مصنوعة من قماش متين (**صوف أو مبطن بحشيات**) على شكل كيس يغطي **الطفل** من العنق والأكتاف وحتى القدمين، ويغلق بسوستة على طول الكيس، حيث يوضع فيه **الطفل** قبل الخروج من المنزل.



**البافطات (المرابيل الخاصة بالطعام):**

وهي ضرورية لوقاية ثوب **الطفل** من الأقدار وبقايا الرضاعة والطعام المتسربة من فم **الطفل**، وتكون صغيرة مستديرة، وهي إما تصنع من البلاستيك أو من مادة وبرية، والأخيرة يمكن استخدامها لمسح وجه **الطفل** أحياناً.



**السراويل الداخلية الواقية من البلل:**

ويمكن أن يرتديها **الطفل** فوق الحفاض أو الكافولة في حالة خروج **الطفل**، أما استخدام هذه السراويل في المنزل فيعتمد على مدى تحمل بشرة **الطفل** لها حيث قد يحدث للطفل أنواع من الحبوب أو الالتهابات، وهذه السراويل تكون عادة على نوعين: أحدها بفتحة من أعلى وله أزرار أو كباسين جانبية بين أرجل **الطفل**، والآخر بدون أزرار جانبية.



**أكياس النوم:**

عندما يبلغ **الطفل** شهره السادس يصبح قادر على الحركة وهو في سريره، فهو هنا يحتاج إلى كيس للنوم لأنه قد يدفع غطاء البطانية عن جسمه بسهولة، وبعض هذه الأكياس تكون مصنوعة من القطن أو من ألياف صناعية، وعندما يكبر **الطفل** يمكن أن يخرج يده خارج الكيس.

## ج: نظافته

النظافة شرط من شروط صحة الطفل وحسن مظهره، فبالإضافة إلى الناحية الجمالية وراثحة الطفل الزكية، فإن النظافة تنشط الدورة الدموية وتمنع الالتهابات الجلدية، كما تساعد الطفل على الشعور بالراحة والنوم الهادئ وعلى اعتياد النظافة. وهناك مناطق معينة في جسمه تحتاج إلى عناية خاصة، كمنطقة السرة ومنطقة الفوطة ومنطقة الحتان ( الطهور ).

### عناصر نظافة المولود:



## أولا التنظيف اليومي للمولود :

يحتاج الطفل إلى تنظيف يومي لمناطق جسمه المعرضة للجو الخارجي ومنطقة الفوطة وحول الرقبة .

### وعند القيام بالتنظيف اليومي يراعي ما يلي،

- 1 تنظيف وجه الطفل بالماء الفاتر الذي سبق غليه باستخدام قطعة ناعمة أو قطن ناعم ، مع عدم استخدام الصابون لتنظيف الوجه .
- 2 تنظيف الأجزاء الظاهرة من الأنف والأذن والعين ، وعدم محاولة تنظيف الأجزاء الداخلية .
- 3 تنظيف منطقة خلف الأذن وما حول الرقبة باستخدام قطعة قماش ناعمة مبللة بالماء الفاتر .
- 4 تنظيف منطقة الفوطة بالماء الفاتر وقطعة قماش أو قطن أو غسل المنطقة المذكورة بالماء الفاتر .



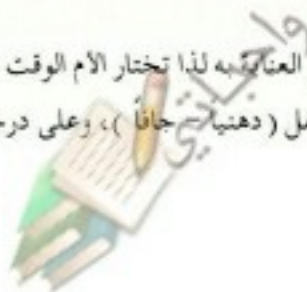
واجباتي

❖ تغيير ملابس الطفل الخارجية والداخلية عند الحاجة، مع تنظيف منطقة تحت الإبطين بغوطة مبللة بالماء الفاتر.

❖ تمشيط شعر الطفل بفرشة ناعمة.

### ثانياً: حمام الطفل :

يُعدّ تميم الطفل جزءاً مهماً من برنامج العناية به لذا تختار الام الوقت الأفضل لها ولطفلها ، وتعتمد عدد مرات استحمامه الأسبوعية على نوعية جلد الطفل (دهنياً جافاً ) ، وعلى درجة حرارة الطقس.





ما الوقت المناسب لتحميم الطفل؟ وماذا لا يفضل تحميمه وهو جائع أو بعد إرضاعه مباشرة؟

بالنسبة للطفل حديث الولادة: يفضل عدم التحميم قبل سقوط بقايا الحبل السري (السرة) وفي هذه الحالة يتم غسل جسم الطفل بإسفنجة ناعمة وتجفيفه بفوطة ناعمة أما بعد إتمام الطفل لأسبوعين يفضل عد الإكثار من التحميم ويكتفى بحد أقصى ثلاث مرات أسبوعياً.

يفضل تحميم الطفل قبل إطعامه أو إرضاعه وذلك يرجع إلى

- الطفل أثناء شعوره بالجوع لا يمكنه التعبير عن ذلك بالقول فيقوم بعمل حركات غير مفهومة ربما تؤدي إلى انزلاقه من يد الأم في إحدى هذه الحركات.
- أن تحميم الطفل بعد الإرضاع مباشرة يؤدي إلى التقيؤ.



ويجب الحذر من تعريض الطفل لتيار الهواء البارد أثناء الحمام وبعده، مع مراعاة تدفئة الغرفة التي سيتم فيها الاستحمام.

### ويتم تحميمه بطريقتين:

التحميم في الحوض .

التحميم بالاسفنجة ( يفضل تحميم الطفل بالاسفنجة قبل سقوط الحبل السري ) .



## فكري

لماذا يجب ألا تزيد حرارة الماء المستخدم في الاستحمام عن  $37^{\circ}\text{C}$  و ألا تقل عن  $36^{\circ}\text{C}$  ؟

هذه تعتبر درجة الحرارة الطبيعية للجسم فإذا زادت رفعت درجة حرارة دماء الجسم وبالتالي تأذى الطفل وإذا انخفضت شعر الطفل بالبرودة وربما ضجر من حمامه في الحالتين وأصبحت لحظة الاستحمام من أشد اللحظات إرهاقاً ومكراً.



واجباتي

## وهناك مجموعة من النصائح يجب على الأم اتباعها:

- 1 في المراحل المبكرة من حياة الطفل يفضل أن يكون الحمام في غرفة الطفل، مع تدفئتها وتجنب تيارات الهواء سواء قبل الحمام أو أثناءه أو بعده.
- 2 يجب ألا تزيد مدة الحمام عن خمس دقائق؛ لأن إطالة المدة عن ذلك قد ينتج عنها تعرض الطفل للبرد.
- 3 يفضل أن يكون المغطس ذا قوائم عمالية (لماذا؟).
- 4 قبل إجراء الحمام للطفل يجب أن تجهز الأم جميع مستلزمات الحمام من ملابس و فوط وصابون وإسفنج، دون نسيان أي شيء منها.
- 5 يجب استعمال صابون خاص بالأطفال يرطب الجلد ولا يهيجه ولا يؤذي العينين.
- 6 إذا كان الطفل قد تبول أو تبرز قبل الحمام، فيجب تنظيفه جيداً قبل وضعه في الماء.



قومي مع مجموعتك بإجراء خطوات تحميم الطفل عملياً على دمية.

لأداء هذا النموذج العملي لتحميم الطفل نتبع الخطوات التالية:-



عليك أن تستعملي الماء (يتم غليه ثم تبريده في هذه الخطوة) لغسيل عيني طفلك وأذنيه وقمه ووجهه حتى يبلغ شهره السادس فغلي الماء يقتل البكتيريا الموجودة فيه.



لا تنظفي إلا السطوح التي يمكنك رؤيتها من بشرة طفلك أي لا تحاولي تنظيف باطن انف طفلك أو داخل أذنه بل اكتفي بمسح المخاط الظاهر إلى الخارج بلعافاة رطبة من القطن إذ قد تدفعين الأوساخ خطأ نحو داخل أنفه وأذنه.



استعملي قطعة قطن جديدة لكل عضو من أعضاء طفلك عندما تنظفين عينيه وأذنيه كي لا تنقل عذوى كامنة من إحداها إلى الآخر نظفي مؤخرة طفلك آخر الأمر دوماً واستعملي عند كل مسحة لعافاة جديدة من القطن ويلليها بالماء الدافئ.

## " درهم وقاية خير من قنطار علاج "



تنفذ حكومة المملكة العربية السعودية برنامجاً وطنياً شاملاً للتطعيم ، ينسجم مع توصيات منظمة الصحة العالمية التي تهدف إلى القضاء أو السيطرة على أمراض الطفولة الرئيسة ، وهذا البرنامج إلزامي ، إذ لا يسمح للطفل الالتحاق بالمدرسة دون إبراز شهادة تطعيم تثبت أنه قد تلقى جميع التطعيمات الإلزامية وفق برنامج معين . وتتوافر التطعيمات في المراكز الصحية ومراكز الأمومة والطفولة ومستشفيات القطاعين العام والخاص وعيادات الأطباء . وتقوم أجهزة وزارة الصحة من وقت لآخر بإعطاء جرعات تقوية بهذه التطعيمات للطلاب في المدارس والأطفال في المنازل .



## طرق الوقاية من المرض

الوقاية بالغذاء  
الصحي والرياضة  
المناسبة.

الوقاية بالنظافة  
العامة والخاصة.

الوقاية باللقاحات  
والأمصال والعقاقير لبعض  
الأمراض المعدية.

### نشاط جماعي (٣)



بالتعاون مع مجموعتك .

قومي بعمل مطوية عن أمراض الأطفال الشائعة في المملكة العربية السعودية .

التهاب الأذن الوسطى عند الأطفال:



هو وجود سوائل في الأذن الوسطى مع تجرثمها (إصابتها بالبكتيريا)، مما يؤدي إلى ظهور الأعراض المرضية.

ما هي الأعراض؟ ارتفاع درجة الحرارة- الألم- البكاء أثناء الرضاعة- ضعف السمع.

ما هو العلاج؟ حيث أن الصورة العامة للتهاب الأذن الوسطى متباينة من طفل لآخر، فإذا كانت الصحة العامة للطفل جيدة والألم بسيط مع احتقان خفيف (لثيلة الأذن) ينصح الطبيب بعدم إعطاء المضاد الحيوي، ولكن عندما تكون هناك حرارة عالية وأعراض كثيرة تغلق الطفل فقد يبدأ الطبيب العلاج بالمضاد الحيوي. ربما ينصح الطبيب بعمل بعض الأشياء لمساعدة الطفل ليشعر بالراحة، وهذا يشمل إعطاء المسكنات، كمادات دافئة على الأذن، وضع الطفل عند الرضاعة، بالنسبة للأطفال الكبار النوم على وسادة إضافية يساعد على رفع مستوى الرأس.



### الزكام:

الزكام مرض فيروسي شديد العدوى، يصيب الجهاز التنفسي العلوي، وفصل الشتاء هو المفضل لحدوثه، ليس لبرودة الهواء، ولكن لتواجد الناس في غرف مغلقة سيئة التهوية، مع التزاحم والتقارب مما يؤدي إلى سهولة انتقال العدوى لهم.

### الأعراض:

تتشابه أعراض الزكام مع بعض الأعراض المرضية لالتهابات الجهاز التنفسي العلوي، ومنها: ارتفاع بسيط في درجة الحرارة، سيلان شديد للأنف، مع انسداده في مرحلة لاحقة، صداع خفيف، السعال، العطس المتكرر، تكون العين زهرية اللون مع زيادة الدموع आम عامة، وخصوصاً العظام والمفاصل، احتقان الأنف يؤدي إلى انسداد قناة إستاكيوس مما قد يؤدي إلى التهاب الأذن الوسطى، كما قد يؤدي إلى انسداد فتحات الجيوب الأنفية مما يؤدي إلى التهابها.

### العلاج:

الوقاية خير من العلاج بالابتعاد ما أمكن عن الأماكن المزدحمة، الراحة في الفراش، تخفيف الأعراض، بزيادة شرب السوائل، مخفضات الحرارة، مراجعة الطبيب عند وجود حرارة شديدة، أو استمرار الأعراض أكثر من أسبوع.

### السعال، الكحة:

السعال ليس مرضاً بحد ذاته ولكنه عرضاً مرضياً للكثير من الحالات المرضية، وعادة ما يحدث كرد فعل دفاعي من الجسم لطرد المواد الغريبة التي تحاول التسلل للجهاز التنفسي العلوي (الأنف، الحنجرة، البلعوم)، والجهاز التنفسي السفلي (القصبة الهوائية، الشعب والشعبيات الهوائية).

### العلاج:

سيقوم الطبيب بصرف أدوية السعال، ولكن يجب تعرفتكم أن هناك العديد من الأدوية المستعملة لهذا الغرض، فبعض الأدوية طارد للبلغم وقد يزيد السعال، والبعض مهبطات للاحتقان وقد تزيد السعال في حالة الربو، وهناك مذيبات المخاط، وكذلك الأدوية التي تعمل مركزياً على الدماغ لإيقاف السعال.

### الزَعاف:

الزَعاف وهو خروج الدم من الأنف، تجعل الطفل في حالة من الفزع شديدة، ويزعج الوالدين ويرعهم، ولو كانت كمية الدم قليلة، وعادة ما يحدث الزعاف نتيجة تهتك الأوعية الدموية الصغيرة الموجودة في الغشاء المبطن للأنف، وقد يكون الزعاف عرضياً ولمرة واحدة، وقد يتكرر لدى بعض الأطفال، ومن أهم أسبابه:

- الصدمات والرضوض على الأنف، حك الأنف وهرشه بشدة أو تكراراً، دخول أجسام غريبة في الأنف.
- الالتهابات المزمنة، عيوب خلقية في الأنف والأوعية الدموية.

### العلاج:

من السهل السيطرة على الحالة من قبل الوالدين، فالبداية يكون بتهدئة الطفل وإزالة الخوف، وهدوء الأهل يعتبر الخطوة الأولى، وبعد ذلك اتباع الخطوات التالية:

- غسيل منطقة الأنف بالماء، إدخال قطنا قاسية ملفوفة على بعضها من خلال فتحة الأنف، وبحركة دورانية في اتجاه واحد، الضغط المباشر على الجزء السفلي من الأنف لمدة عشر دقائق (حتى بدون وضع القطن).
- عدم استلقاء الطفل (لكي لا يبتلع الدم) بل في وضع الجلوس مع الرأس منحنيًا إلى الأسفل.
- يمكن استخدام الماء البارد أو الثلج على المنطقة.
- نزع القطن ببطء بعد مرور نصف ساعة من توقف الزعاف، وباتجاه واحد وبهدوء.
- عند تكرار الزعاف ينصح بعرضه على الطبيب.

**المناعة :** هي المقدرة على مقاومة الأمراض المعدية التي تسببها الميكروبات ، وذلك لوجود ما يسمى بالأجسام المضادة بالدم ، والتي تقاوم هذه الميكروبات وتقضي عليها .

### **وتكتسب المناعة بطرق مختلفة ، ولكن يهمننا هنا أن نذكر الأنواع التالية :**

❖ في أثناء الحمل ، تنتقل الأجسام المضادة الموجودة في دم الأم عبر المشيمة إلى جسم الجنين ، ويولد وهي في دمه ؛ فتقيه من الأمراض في الأشهر الأولى من حياته ، بالإضافة إلى الأجسام المضادة التي يتناولها مع حليب أمه أثناء الرضاعة من الثدي .

❖ مناعة تكتسب بواسطة الإصابة بمرض معد ودخول الجرثومة إلى الجسم ، مما يحفز الجسم على تكوين أجسام مضادة خاصة بهذا النوع من الجراثيم بالذات، وبعد أن يشفى المريض يكون قد اكتسب مناعة ضد هذا المرض بحيث لو تعرض للنوع نفسه من الجراثيم بعد ذلك لا يصاب بالمرض . وتختلف مدة المناعة باختلاف نوع المرض ، فبعض الأمراض تعطي مناعة مستدامة طوال العمر وبعضها لمدة محدودة .

❖ مناعة تكتسب بواسطة التطعيم ، وذلك بأن يُعطى الشخص التطعيم الخاص بمرض معين ، فيبدأ جسمه في تكوين الأجسام المضادة لهذا المرض مما يقويه الإصابة به، ومثال ذلك: التطعيم ضد الجدري، الدفتيريا، السعال الديكي، شلل الأطفال ، التيتانوس، والحصبة . وقد أصبح تطعيم الأطفال ضرورياً بعد الولادة .



با تعاون مع مجموعتك ،

بعد رجوعك وزميلاتك إلى مصادر المعرفة الطبية، صممي جدولاً للتطعيمات الأساسية والاختيارية، موضحة أسماء هذه التطعيمات ووقت إعطائها.

جدول تطعيمات الأطفال الأساسية

Basic Vaccination Schedule		جدول التطعيمات الأساسية	
Visit	Vaccine	التفاح	الزيارة
At Birth	BCG	الربو	الولادة
	HepB	التهاب الكبدى (ب)	
months 2	IPV	شتل الأطفال المعطل	شهرين
	(DTP , HepB)	والتهاب الكبدى ، والتهاب الكبدى (ب) ، المستحبة الثلاثية	
months 4	OPV	شتل الأطفال الفموى	4 شهور
	(DTP , HepB , Hib)	والتهاب الكبدى ، والتهاب الكبدى (ب) ، المستحبة الثلاثية	
months 6	OPV	شتل الأطفال الفموى	6 شهور
	(DTP , HepB , Hib)	والتهاب الكبدى ، والتهاب الكبدى (ب) ، المستحبة الثلاثية	
months 9	(Measlex (mono	الحصبة المقردة	9 شهور
	OPV	شتل الأطفال الفموى	
12 months	MMR	الثلاثى القروسي	شهر 12
	Varicella	الجديري المائي	
18 months	OPV	شتل الأطفال الفموى	شهر 18
	(DTP or Hib) (Hepatitis ( A	والتهاب الكبدى ، المستحبة الثلاثية) التهاب الكبدى (أ)	
24 months	(Hepatitis ( A	التهاب الكبدى (أ)	شهر 24
years 4-6	OPV	شتل الأطفال الفموى	4-6 سنوات
	DTP	الثلاثى الكبدى	
	MMR	الثلاثى القروسي	
	Varicella	الجديري المائي	



## فائدة

لا ينتج عن تطعيم الأطفال مضاعفات تذكر سوى ارتفاع بسيط في درجة الحرارة أو ألم في موضع إبرة التطعيم، ويعالج ذلك باستعمال خافضات حرارة ووضع كمادات باردة مكان الإبرة؛ ليخف الألم.

### موانع تطعيم الطفل :

يمكن تأجيل تطعيم الطفل عن الوقت المحدد له بعد مراجعة المركز الصحي لتقرير ذلك من قبل الطبيب المختص، وغالباً يتم التأجيل في الحالات التالية:

المرض الحاد المصحوب بارتفاع درجة حرارة الجسم .

اضطرابات الجهاز المناعي .

اضطرابات الجهاز العصبي ، لاسيما المتحريبة، بتشنجات .

المعالجة بجرعات عالية من الكورتيزون .





## التقويم

س١٠ احسبي المبلغ الذي تدفعه أسرة ثمناً للحليب المصنع لطفلها الرضيع طوال عام كامل، إذا افترضت أن متوسط استهلاك الطفل من الحليب علبة واحدة (٥٠٠ ملجم) كل أربعة أيام، وأن ثمن العلبة الواحدة عشرون ريالاً؟

في الـ ٦ أشهر الأولى:-

$$١٨٠ \text{ يوم} \div ٤ \text{ يوم} = ٤٥ \text{ علبة.}$$

$$٤٥ \text{ علبة} \times ٢٠ \text{ ريالاً} = ٩٠٠ \text{ ريال.}$$

أما بعد مرور ٦ أشهر يمكن دخول عناصر بديلة في غذاء الطفل مع الحليب المصنع حتى إتمام العامين للقطام.



من ٢٢ صممي جدولاً تقارنين فيه بين مكونات كل من: حليب الأم ، والحليب البقري المصنع خصيصاً للأطفال ، وحليب الصويا النباتي.

حليب الصويا النباتي	الحليب البقري	حليب الأم
<p>يحتوي لبن الصويا على الكمية نفسها من البروتينات كحليب البقر (لكن ليس نفس تدرج الأحماض الأمينية). إن لبن الصويا الطبيعي يحتوي على القليل من الكالسيوم . على عكس حليب البقر إن لبن الصويا يحتوي على القليل من الدهون المشبعة ولا يحتوي على الكوليسترول. بما أن الصويا لا يحتوي على الجالاكتوز، نتاج تكسر اللاكتوز، يمكن استبدال حليب الأم بالحليب المركّز على الصويا للرضع الذين يعانون من الغالاكتوز في الدم.</p> <p>لقد تم الاقتراح أن تناول الصويا يرتبط بانخفاض نسبة الكوليسترول LDL و</p> <p>وجدت دراسة TG التريغليسيريد أجريت عام ٢٠٠٦ أنه ليس هناك أي ارتباط بين تناول الصويا والفوائد الصحية مثل صحة القلب أو معدلات الإصابة بالسرطان أو للنساء في فترة انقطاع الطمث.</p>	<p>يتكون الحليب من الدهون السكرية الماء الاملاح المعدنية البروتينات التي تتكون من العديد من الأحماض الدهنية بينما تعتبر بروتينات الحليب وبخاصة الكازين (الجبنين) والأيومين واللوبولين أساساً لصناعة الجبن ويعتبر سكر اللاكتوز الموجود في الحليب مصدراً مهماً للطاقة اللازمة لنمو المواليد بكافة أنواعها، ويحتوي الحليب على مقادير طفيفة من الكالسيوم والسليسيوم والزنك واليوتنيز والتحاس وغيرها.</p> <p>لا يحتوي على الأحماض الدهنية الغير مشبعة. احتواء الدهون لا يتلق مع احتياجات الطفل، لا يتم امتصاص الدهون بشكل كامل، لا يحتوي على هرمون النمو ، ولا الإلتريمات الموجودة في لبن الأم.</p>	<p>يختلف التكوين الدقيق لحليب الأم من يوم لآخر، بناء على الاستهلاك الغذائي وعلى البيئة مما يعني تقلب نسبة المياه إلى نسبة الدهون في الحليب. ويوفر احتياجات الطفل من البروتينات والسكريات والمعادن. ومع مرور الوقت يتغير الحليب ويصبح سمكاً ودسماً.. ويحتوي الحليب الإنساني على ٠,٨ ٪ إلى ٠,٩ ٪ بروتين و ٤,٥ ٪ دهون و ٧,١ ٪ كربوهيدرات و ٠,٢ ٪ زباد (معادن). والكربوهيدرات هي أساساً هي، لاكتوز: الكسر الدهني يحتوي على دهون ثلاثية معينة من الحامض التخلي وحمض الأوليك الدهون الثلاثية OPO ، وايضاً على كمية كبيرة إلى حد بعيد من الدهون المشبعة مع روابط غير، التي تعتبر ان لها منافع صحية. وهي، حامض الفلكسين، وحامض اللينوليك المتوافق (CLA) الذي تبلغ نسبته ٦ ٪ من دهون الحليب البشري البروتينات الرئيسية هي الكازين وألغا لاكتالبومين واللاكتوفيرين و IgA والليسيوزيم وألبومين المصل والزلال في الدم، وترتبط حمض الأوليك لتشكيل عقدة تسمى هاملت، وهي التي تقتل خلايا الأورام. وهذا للمساهمة في حماية الأطفال الذين يرضعون طبيعياً من السرطان. تشكل المركبات غير البروتينية المحتوية على النيتروجين إلى ٢٥ ٪ من نتروجين الحليب، بما في ذلك اليوريا وحمض اليوريك والكرياتين والكرياتينين والأحماض الامينية والنوكليوتيدات.</p>

س ٣، قارني بين مزايا وسلبيات الإرضاع الطبيعي والإرضاع الصناعي من الناحية الصحية والنفسية والاقتصادية.

الناحية الاقتصادية	الناحية النفسية	الناحية الصحية	
<p><b>مميزات:</b> لللاتين معاً:</p> <p>١ - تحسين صحة الطفل في المجتمع عامة.</p> <p>٢ - تقليل تكلفة الرعاية الصحية.</p> <p>٣ - تقليل الدعم على الألبان الصناعية.</p>	<p><b>مميزات:</b> بالنسبة للأم:</p> <p>توفر للأم الراحة والوقت الذي تحتاج إليهما.</p> <p>لرعايه طفلها ونفسها وأسرتها.</p> <p><b>بالنسبة للأم والطفل:</b></p> <p>تساعد الرضاعة الطبيعية على إقامة علاقة حب وثيقة بينهما مما ينمي شعور الأم العميق بالإشباع العاطفي ومما يؤدي إلى أن الطفل يكاءه بقل ونموه يسرع.</p> <p><b>عيوب:</b></p> <p>إصابة الطفل بحالة من الاضطراب النفسي المؤقت في حالة تأثر لبن الأم بأى مؤثرات نفسية خارجية وقد يصاب ببعض المقص أو الترجيع المؤقت.</p>	<p><b>مميزات:</b> بالنسبة للأم:</p> <p>- تساعد على وقف التزيف بعد الولادة وعودة الرحم إلى حجمه الطبيعي قبل الحمل.</p> <p>- تقلل من مخاطر حدوث سرطان الثدي والمبيض لدى الأم.</p> <p><b>بالنسبة للطفل:</b></p> <p>- لبن الأم يحتوي على كل المغذيات التي يحتاجها الرضيع بصورة دقيقة ومناسبة.</p> <p>- لبن الأم سهل الهضم.</p> <p>- يحمي لبن الأم الرضيع من العدوى لاحتوائه على أجسام مضادة للكثير من أنواع العدوى.</p> <p>- تساعد الرضاعة الطبيعية على نمو الطفل العقلي.</p> <p>- لبن الأم جاهز للرضاعة دائماً ولا يحتاج إلى تحضير أو تدفئة.</p> <p>- لبن الأم نظيف وخال من البكتريا ولهذا فهو لا يسبب المرض للطفل.</p> <p>- تقي الرضاعة الطبيعية من مشاكل الحساسية التي تسببها بعض الأطعمة.</p> <p><b>عيوب:</b></p> <p>تواجه الأم بعض المشكلات منها على سبيل المثال لا الحصر:-</p> <p>١ - انخفاض إنتاج كمية الحليب المطلوب.</p>	الرضاعة الطبيعية

		<p>٢ - ألم وتقرح في حلمة الثدي.</p> <p>٣ - انسداد في قنوات الحليب.</p> <p>٤ - عدم تركيز الطفل في الرضاعة.</p>	
<p>الرضاعة الصناعية</p>	<p><b>مميزات:</b> -</p> <p>- معرفة كمية الحليب التي يتغذى عليها الطفل.</p> <p>- إمكانية تناول الأم الأطعمة والأدوية المختلفة.</p> <p>- نوم الطفل لفترات أطول عن الذي يرضع طبيعياً.</p> <p>- الوقت الذي يقضيه الطفل في الرضاعة أقل من رضاعة الثدي.</p> <p><b>عيوب:</b></p> <p>- لا يرقى إلى مميزات حليب الثدي الطبيعي.</p> <p>- حليب البودرة لا يحتوي على أجسام مضادة.</p> <p>- يسبب انتفاخ معدة الرضيع والمغص.</p> <p>- احتمال إصابة الأطفال بحساسية من الحليب الصناعي وتركيبها.</p> <p>- زيادة احتمال مخاطر التلوث.</p> <p>- زيادة الإصابة بالنزلات المعوية والإسهال.</p> <p>- زيادة التهابات منطقة الحفاظ.</p> <p>- الإصابة بتسوس الأسنان.</p>	<p><b>مميزات:</b> -</p> <p>- ارتباط الطفل بباقي أفراد العائلة (لا يقتصر على الأم) لمشاركتهم في تغذيته.</p> <p>- مساعدة الأم في إيجاد مساحة من الوقت تتجزأ فيها أعمالاً أخرى بجانب رعاية طفلها.</p> <p><b>عيوب:</b></p> <p>- يأخذ مجهود في الإعداد والتحضير والتنظيف.</p>	<p>٢ - ألم وتقرح في حلمة الثدي.</p> <p>٣ - انسداد في قنوات الحليب.</p> <p>٤ - عدم تركيز الطفل في الرضاعة.</p>
<p>الرضاعة الصناعية</p>	<p><b>مميزات:</b> -</p> <p>- ارتباط الطفل بباقي أفراد العائلة (لا يقتصر على الأم) لمشاركتهم في تغذيته.</p> <p>- مساعدة الأم في إيجاد مساحة من الوقت تتجزأ فيها أعمالاً أخرى بجانب رعاية طفلها.</p> <p><b>عيوب:</b></p> <p>- يأخذ مجهود في الإعداد والتحضير والتنظيف.</p>	<p>٢ - ألم وتقرح في حلمة الثدي.</p> <p>٣ - انسداد في قنوات الحليب.</p> <p>٤ - عدم تركيز الطفل في الرضاعة.</p>	<p>٢ - ألم وتقرح في حلمة الثدي.</p> <p>٣ - انسداد في قنوات الحليب.</p> <p>٤ - عدم تركيز الطفل في الرضاعة.</p>

س١٠ اجمعي صوراً للملابس الضرورية للمولود الجديد ورتبها في ملف خاص ، موضحة العدد اللازم والغرض من استعمالها ، وسبب اختيارك لها.



سن ٥، علي :

يفقد المولود الجديد ١٠ ٪ تقريباً من وزنه في الأيام الأولى من ولادته.




أن الطفل يفقد حوالي ٢٠٠ جم من الوزن بنسبة تتراوح بين ١٠:٧ ٪ من أصل وزنه خلال الأسبوع الأول من الولادة وذلك لضعف قوة الرضاعة عند الطفل، ولكنه لا يلبث أن يسترد هذا الوزن بسرعة ابتداءً من الأسبوع الثاني من عمره.

حاجة المولود الجديد إلى إسناد رقبته عند رفعه من وضع الاستلقاء.




الملاحظ بعد الولادة مباشرة تكون رأس المولود مرنة، كما أن عموده الفقري لم يعتد وضع الاستلقاء ويتوخينا الحذر نقي الطفل من إلقاء رقبته إلى الخلف بشكل مفاجئ وذلك لضعف القدرة على التحكم بالرأس وعضلات الرقبة.




تعرض المولود الجديد المصاب باصفرار الجلد للأشعة فوق البنفسجية. 

اصفرار الجلد ينتج عن زيادة مستوى البيليروبين في الدم عن الحد الطبيعي، وهي مادة تنتج عن تحلل خلايا الدم الحمراء وعند التعرض للأشعة فوق البنفسجية تقوم الأشعة بتكسير البيليروبين الموجود في الجلد.

إعطاء التطعيم في أكثر من جرعة وعلى فترات. 

ذلك يرجع لعدم اكتمال مناعة الطفل، حيث إن الجرعة الأولى عادة تحفز الجهاز المناعي بشكل طفيف ومؤقت، ولا تؤدي إلى تكوين الأجسام المضادة الكافية لمقاومة الميكروبات إلا بعد إعطاء الجرعات اللاحقة المكتملة. وبعض الأمراض تحتاج إلى جرعات منشطة على فترات زمنية منتظمة، **ومن أمثلة ذلك: أمراض الدفتيريا والسعال الديكي وشلل الأطفال.**

اختلاف برنامج التطعيم الوطني من دولة إلى أخرى. 

وذلك تبعاً للطبيعة البيئية وطبيعة الأمراض المستوطنة وطبيعة جغرافية وسياحة الدولة، كما يرجع إلى اختلاف الأمراض التي تكون أكثر شيوعاً في كل بلد.