

## الطفل الخديج

إحصائيات محلية وعالمية عن نسبة ولادة الأطفال الخدج:

عالمياً: +

سنوياً يولد 15 مليون طفل قبل الأسبوع 37 في العالم.

محلياً: +

حسب منظمة الصحة في عام 2010 ، تحدث الولادة المبكرة من كل 100 ولادة بنسبة 6%.

مقدمة:

الطفل الخديج هو الطفل الذي يولد قبل الأسبوع 37 (قبل ثلاثة أسابيع من تاريخ الولادة)، حيث قد يصاحب الطفل المولود ولادة مبكرة مشكلات طبية، ويحتاج إلى رعاية خاصة والبقاء في العناية المركزة لحديثي الولادة، كما يتم تغذية الأطفال حديثي الولادة الذين تتراوح أعمارهم بين 25 إلى 29 أسبوعاً في الحمل، عن طريق الوريد أو عبر أنبوب.

فئات الخدج:

- الطفل الذي يولد في الأسبوع 32 إلى 37 من فترة الحمل.
- الطفل الذي يولد في الأسبوع من 28 إلى 32 من فترة الحمل.
- الطفل الذي يولد في الأسبوع 25 أو أقل من الحمل.

الأسباب:

غالباً يكون السبب غير واضح، ولكن هنالك عدة عوامل خطر معروفة قد تسبب الولادة المبكرة.

### عوامل الخطورة:

- التعرض لولادة مبكرة من قبل.
- الحمل بتوأم أو أكثر.
- فترة أقل من ستة أشهر بين حمل وآخر.
- الحمل من خلال الإخصاب في المختبر.
- بعض الحالات المزمنة (مثل: ارتفاع ضغط الدم والسكري).
- وجود مشاكل في الرحم أو عنق الرحم أو المشيمة.
- التعرض للإجهاد التلقائي أو الإجهاد المتعمد عدة مرات.
- التدخين أو تعاطي المخدرات.
- نقص أو زيادة الوزن قبل الحمل.
- الضغوطات النفسية.
- الإصابة بالعدوى.
- إصابة جسدية.

### الأعراض:

- حجم الجسم صغير وغير متناسب مع الرأس.
- رقة الجلد والقدرة على رؤية الأوردة.
- وجود شعر ناعم يغطي مناطق كثيرة من الجسم.
- انخفاض درجة حرارة الجسم، خاصة في فترة ما بعد الولادة مباشرة؛ نتيجة نقص الدهون المخزنة بالجسم.
- ضيق أو صعوبة في التنفس.

### المشاكل الصحية على المدى القصير والطويل:

- مشاكل في التنفس.
- مشاكل في القلب.
- مشاكل في الجهاز الهضمي.
- صفار المواليد (اليرقان).
- فقر الدم.
- الالتهابات.

- مشاكل في النمو والحركة.
- مشاكل في الأسنان.
- مشاكل في الرؤية أو السمع.
- الشلل الدماغي.
- ضعف القدرة على التعلّم.
- مشاكل سلوكية أو نفسية.
- مشاكل صحية مزمنة (مثل: الربو).

### الوقاية:

- لا يمكن منع ولادة طفل خديج؛ وذلك لأن السبب غير واضح، لكن يمكن اتباع التالي:
- الالتزام بمواعيد زيارات المستشفى أثناء الحمل للتحقق من صحة الأم والجنين.
  - الحد من عوامل الخطورة للولادة المبكرة (مثل: التدخين، أو تعاطي المخدرات وغيرها).
  - تجنب العمل الثقيل أو الوقوف لفترات طويلة لأنها قد تزيد من الولادة المبكرة.

### العناية بالطفل الخديج بعد الخروج من المستشفى:

- الحرص على الرضاعة الطبيعية.
- يجب التأكد من إبقاء الطفل في درجة حرارة مناسبة.
- مساعدة الطفل على النوم في بيئة هادئة وخافتة.
- عدم النوم بجانب الطفل، بل وضعه بسريره الخاص.
- الابتعاد عن أشعة الشمس المباشرة.
- الاهتمام بنظافة الطفل.
- تجنب استخدام أي نوع من منتجات الترطيب دون طلب الرجوع إلى الطبيب.
- طلب المشورة من الطبيب عند الحاجة.

المشاكل التي تواجهها الأم مع طفلها الخديج:

ينبغي تشجيع الوالدين ودعمهم عاطفياً في هذه الفترة، وزيارة الطفل والبقاء معه قدر الإمكان، قد لا يكون من الممكن حمل الطفل لسلامته، وقد تواجه الطفل مشاكل يمكن أن تؤدي إلى وفاته، حيث أن الخديج معرض بشكل متزايد لخطر متلازمة موت الرضع المفاجئ.

توصيات من الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال للحد من خطر وفاة الرضع الذين تتراوح أعمارهم بين الولادة وحتى عمر السنة:

- التأكد من أخذ الطفل لجميع اللقاحات المطلوبة.
- إرضاع الطفل لمدة ستة أشهر على الأقل رضاعة طبيعية.
- وضع الطفل على ظهره عند النوم أو القيلولة، أما إذا كان الطفل مستيقظاً فإنه لا مانع من السماح له بالنوم على بطنه؛ لتقوية عضلات البطن والتقليل من تسطح الرأس بشرط الإشراف عليه من قبل الوالدين أو أحد البالغين.
- استخدام مرتبة ثابتة (مغطاة بملاءة محكمة) لمنع الفجوات بين الفراش وأطراف السرير.
- تجنب مشاركة الطفل للوالدين في نفس السرير.
- تجنب المبالغة في تغطية الطفل بالملابس أو تغطية وجهه ورأسه.
- الحرص على وضع أسرة الأطفال في مناطق خالية من المخاطر (مثل التي لا تحتوي على أسلاك).

الأسئلة الشائعة:

- متى يمكن أن يخرج الطفل الخديج من المستشفى؟  
يكون الطفل مستعد للخروج عندما يستطيع التنفس بدون أجهزة تساعد على ذلك، وإمكانية إرضاعه من الثدي أو الزجاجة، بالإضافة إلى ثبات زيادة الوزن.

الإدارة العامة للتثقيف الإكلينيكي

لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني:

[Hpromotion@moh.gov.sa](mailto:Hpromotion@moh.gov.sa)