



الطفل الخديج

كل ما ترغب بمعرفته عن طفلك الخديج
منذ الولادة وحتى السنة الأولى

تأليف

د. وليم سيرز، د. روبرت سيرز، د. جيمس سيرز، الممرضة مارثا سيرز

ترجمة

د. تركي بن محمد إبراهيم الخرفي

أستاذ طب الأطفال المشارك، استشاري العناية المركزة لحديثي الولادة
كلية الطب، جامعة الملك سعود

دار جامعة الملك سعود للنشر

ص ب ٦٨٩٥٣ - الرياض ١١٥٣٧ - المملكة العربية السعودية



ح دار جامعة الملك سعود للنشر، ١٤٣٥ هـ (٢٠١٤ م)

هذه ترجمة عربية مصرح بها من قبل مركز الترجمة بالجامعة لكتاب:

The Premature Baby Book

By: William Sears, *et al.*

© Little, Brown, 2008

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

سيرز، ولیم

الطفل الخديج / كل ما ترغب بمعرفته عن طفلك الخديج منذ الولادة وحتى
السنة الأولى. / ولیم سيرز؛ تركي محمد إبراهيم الخرفي. - الرياض،
١٤٣٥ هـ.

٤٦٠ ص، ٢٤×١٧ سم.

ردمك: ٢-٢٢١-٥٠٧-٦٠٣-٩٧٨

١-الأطفال الخديج أ. تركي بن محمد إبراهيم الخرفي (مترجم) ب. العنوان

١٤٣٥/٣٢٣

ديوي ٦١٨.٩٢٠١١

رقم الإيداع ١٤٣٥/٣٢٣

ردمك: ٢-٢٢١-٥٠٧-٦٠٣-٩٧٨

حكمت هذا الكتاب لجنة متخصصة، وقد وافق المجلس العلمي على نشره بعد اطلاعه
على تقارير المحكمين - في اجتماعه السابع عشر للعام الدراسي ١٤٣٣/١٤٣٤ هـ، المعقود
بتاريخ ٤/٦/١٤٣٤ هـ، الموافق ١٤/٤/٢٠١٣ م.

دار جامعة الملك سعود للنشر ١٤٣٥ هـ



إهداء

أهدي هذا الكتاب إلى والديّ أمد الله في أعمارهما، وزوجتي الحبيبة مها، وأبنائي محمد ومعاذ وروان ونورة وموضي وعائلتي الكريمة.

المترجم

مقدمة المترجم

على مدى عشرين عاماً عملت فيها استشارياً في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة في مستشفى الملك خالد الجامعي بالرياض قابلت الكثير من الآباء والأمهات الذين جمعهم أمر واحد ألا وهو حُب معرفة ما يدور في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة. وخاصة لطفلهم الخديج.

يبدل استشاري طب الأطفال حديثي الولادة من الوقت والجهد الكثير لتثقيف الآباء والأمهات والرد على استفساراتهم حول أطفالهم الخديج، ومع هذا يبقى الكثير من الأسئلة في أذهان الوالدين، والتي لم تُسأل أو لم يجاب عنها.

لقد وجدت كتاب الطفل الخديج هذا، والذي ألفه الدكتور وليم سيرز وفريقه، يحتوي الكثير من المعلومات المفيدة والدقيقة للوالدين والتي ستساعدهم إن شاء الله على معرفة ما يدور في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة والرد على أغلب تساؤلاتهم فترة وجود أطفالهم في وحدة العناية المركزة وحتى السنة الأولى من أعمارهم.

ولهذا؛ رأيت أنه من المفيد ترجمة هذا الكتاب؛ لكي يستفيد منه إن شاء الله آباء وأمّهات الأطفال الخديج، وكذلك العاملون في وحدات العناية المركزة لحديثي الولادة.

قسم المؤلف المعلومات في هذا الكتاب إلى ثلاثة أبواب. حيث أسهب في الباب الأول عن العناية بالطفل الخديج في المستشفى. وفي الباب الثاني تكلم عن تغذية الطفل الخديج. أما في الباب الثالث فقد فصلَّ العناية بالطفل الخديج في المنزل. أرجو من الله أن أكون قد وفقت في عملي هذا وأن يجعله مُتقبلاً عنده عزّ وجلّ.

المترجم

كلمة من د. بيل

في بداية مسيرتي في مجال طب الأطفال كنت مشهوراً بأني «طبيب الأطفال الخدج». بعد أن قضيت خمسة أشهر كطبيب مقيم في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة (Neonatal Intensive Care Unit) وتدعى اختصاراً (NICU) في مستشفى الأطفال المرضى في تورنتو، وهو أكبر مستشفى للأطفال في العالم، ثم أصبحت لاحقاً مساعداً لرئيس وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة، هذا المنصب الذي بقيت فيه لأربع سنوات تالية. كنت في الصباح مسؤولاً عن الإشراف على الأطباء المقيمين في الوحدة وتدريبهم، وفي المساء كان عليّ أن أرى الكثير من الأطفال المخرجين من وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة في عيادتي بهدف المتابعة الروتينية. وقد استمتعت بأفضل ما في هذين العالمين كطبيب للأطفال: التحديات الطبية في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة ذات التقنية العالية، ومتعة مراقبة الأطفال وهم يكبرون خلال ممارستي العامة.

إن التغييرات المثيرة التي شاهدها منذ عملي في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة في السبعينيات وحتى اليوم هي نجاة الخدج الأصغر عمراً والأخف وزناً في اليوم الحاضر. وأتذكر أننا كنا نعطي الخديج الذي يبلغ وزنه ١٢٥٠ - ١٥٠٠ جم فرصة حياة تبلغ ٥٠٪ فقط، أما الطفل الذي يبلغ وزنه أقل من ١٠٠٠ جم فقد كان وضعه أسوأ من ذلك. ومن المثير اليوم أن نرى جميع الأطفال الذين تبلغ أوزانهم

١٢٥٠ - ١٥٠٠ جم يبقون على قيد الحياة، ومعظمهم لا يعاني من أي تعقيدات على المدى الطويل، كما ينجو أكثر من نصف الأطفال الذين يفوق وزنهم ٥٠٠ جم، ولا شيء مستحيل في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة. وفي حين أن عدة سنوات قد مضت منذ أن كنت الطبيب المسؤول عن الخدج في المستشفى، إلا أنني تابعت العناية بالمرضى المخرجين من وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة في عيادتي. ومن خلال عملنا معاً: ولداي د.جيم ود. بوب اللذان يشاركانني العمل اليوم في Seers Family Pediatric Practice، زوجتي مارثا التي ساعدت الكثير من الأمهات على تجاوز تحديات الإرضاع الطبيعي للخدج كاستشارية في مجال الإرضاع، وأنا، فقد تعلمنا ما الذي يمكن أن يساعد آباء الخدج وما يساعد أطفالهم على النمو. ولم نقم بمراقبة هؤلاء الأطفال خلال نموهم فحسب، وإنما كان من المفيد للغاية أيضاً أن نراقب الآباء وهم يكتسبون القدرة على رعاية أطفالهم.

بعد سنوات من مراقبة الأطفال والآباء معاً وصلنا إلى قناعة أن مستوى الرعاية كان ذا أهمية خاصة لآباء الخدج. يولد كل طفل باحتياجات معينة. ولكن بعض الأطفال، وبخاصة الخدج، يمتلكون احتياجات أكبر وأكثر تعقيداً من بقية الأطفال. إن الطفل الخديج كان بحاجة لقضاء المزيد من الوقت في الرحم، ولكنه لم يحصل عليه؛ ولذلك فهو يحتاج إلى المزيد من الرعاية خارج الرحم لتعويض الفترة الضائعة. حين يعطى الآباء المعلومات الدقيقة ويتم دعمهم بأدوات الرعاية وتقوية ارتباطهم بأطفالهم فإن ذلك يؤدي إلى رفع مهاراتهم في العناية بأطفالهم إلى مستوى أعلى بحيث يتوافق مع احتياجات أطفالهم الخدج الكبيرة. وبالنتيجة فإن كلاً من الآباء والأطفال الخدج يمكن أن يحقق أفضل النتائج.

خلال الأسابيع أو الأشهر القليلة الأولى من حياة طفلك قد تنبهرين بالعناية الطبية ذات التقنية العالية. إن جميع الأجهزة والأدوية ستساعدك على اصطحاب

طفلك معافى إلى المنزل من المستشفى ، ولكنها ستتركك تشعرين بأنك شخصٌ غريب وليس أمّاً. ومن أجلك أنت ومن أجل طفلك ؛ فإن عليك أن تشاركي في العناية بطفلك الخديج. ورغم ذلك ستكون هناك بعض الأوقات التي لا ترغبين فيها أن تكوني جزءاً من الفريق الطبي أو أن تصبحي خبيرة بالتقنيات الطبية. إن كل ما تريدينه هو أن تكوني الأم أو الأب الأفضل لهذا الطفل. ورغم أنّ الطاقم الطبي قادر على الاعتناء بالاحتياجات الجسدية لطفلك ، إلا أن مهمة نمو الطفل وتطوره تعود إليك. وإن كلمة «النمو» لا تعني فقط أن يصبح الطفل أكثر وزناً وطولاً ، وإنما تعني أيضاً التطور النفسي / والذهني / والعاطفي.

عندما كنا نقوم بإجراء مقابلات مع آباء الأطفال الخدج حول الموضوعات التي يجب أن يحتوي عليها أي كتاب مختص بالرعاية بالأطفال كانوا كثيراً ما يجيبون قائلين : «لقد مللنا الكتب التي لا تجربنا إلا بالأشياء السلبية» ؛ ولذلك فقد تبيننا مقارنة إيجابية. يركز كتاب *الطفل الخديج* على ما يمكن للآباء أن يفعلوه لتخفيف فرصة حدوث المشاكل السلبية ، وفي هذا الكتاب ستجدون نصائح مفيدة ، و أحاسيس مشتركة ودروساً تعلمها الآباء الذين مروا بهذه التجربة من قبلكم. وستجدون كلماتهم بحرفيتها في فقرات منفصلة كتبت بخط مائل.

نظراً للتطورات التي طرأت على العناية بحدِيثِي ؛ الولادة فإن معظم الخدج اليوم يبقون على قيد الحياة ويزداد نموهم. ورغم ذلك فإن نمو طفلك أو عدمه لا يعتمد فقط على الرعاية الطبية وإنما أيضاً على الرعاية الخاصة التي تقومين بتأمينها. فأنت تغذين ابنك بالحليب ، بعينيك و بصوتك و بجلدك و لمساتك ، وحبك. ربما يمتلك أشخاص آخرون معارف خاصة لمساعدة ابنك على التغلب على التحديات الطبية ، ولكنك أنت ذلك الشخص المكرس لمنح ابنك نوعاً مميزاً من الرعاية. دعونا نبدأ!

قم بزيارة الموقع الإلكتروني للدكتور سيرز

www.AskDrSears.com

بإمكانك الوصول إلى آلاف الصفحات حول المعلومات الطبية المتعلقة بالرعاية بالأطفال. إن مصدر المعلومات الشامل الذي نقدمه لكم على الإنترنت قد تمت كتابته بشكل شخصي من قبل أطباء عائلة سيرز، حيث تم فيها التوسع في العديد من الموضوعات التي تمت مناقشتها في كتاب الطفل الخديج. نقوم بشكل مستمر بتحديث المعلومات الصحية على موقعنا الإلكتروني بحيث نزودك بأخر المعلومات المتعلقة بالرعاية بالأطفال وقضايا الرعاية الصحية. ويؤمن الموقع معلومات قيمة حول بعض الموضوعات مثل الحمل والولادة، تغذية الرضع، التغذية العائلية، التربية والسلوك، الأطفال المزعجين، ومشاكل النوم.

ويحتوي موقعنا كذلك على هذه المعلومات المميزة:

- الموسوعة الطبية للدكتور سيرز، وهو مرشد شامل للأدوية التي تباع دون وصفة طبية بما في ذلك معلومات حول الجرعات الدوائية.
- أمراض الطفولة، وفيها معلومات طبية مفصلة حول العديد من الأمراض الشائعة وغير الشائعة لدى الأطفال والعائلات.
- آخر الأخبار حول صحة الأطفال.
- نصائح شهرية قيمة حول الرعاية بالأطفال لتصبح رادفاً للفحوص الطبية الدورية عند الأطفال.
- إجابات عن الأسئلة الشائعة.

ن

- كلمات شخصية من التشجيع والفكاهة مستمدة من الحياة اليومية لعائلة سيرز.
- تحديثات حول كتاب الطفل الخديج. سنقوم بإضافة أي تعديلات مهمة على الكتاب (وجميع الكتب الأخرى التي نقوم بإصدارها) لتزويدك بأحدث المعلومات الطبية.

المحتويات

الصفحة

إهداء	هـ
مقدمة المترجم	ز
كلمة من د. بيل	ط

الباب الأول: العناية بطفلك الخديج في المستشفى

الفصل الأول: اليوم الأول: الأسئلة العشرة الأولى حول الطفل الخديج	٣
الفصل الثاني: جولة في وحدة العناية المركزة	٢٥
الانطباعات الأولى	٢٥
خصائص الطفل الخديج	٢٩
أسلاك كثيرة في وحدة العناية المركزة	٣٢
تكوين الصداقات في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة - قصة عائلتين	٣٦
كوني لطيفة مع الممرضات	٤٢
قواعد يجب معرفتها في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة	٤٥
نصائح حول التواصل في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة	٤٨
العاملون في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة	٥٤
اعترافات طبيب في وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة	٥٨

٦٣	الفصل الثالث: طب الأطفال حديثي الولادة: تمهيد لوالديّ الأطفال الخدج
٦٥	الجهاز التنفسي
٧٠	الجهاز العصبي
٧٢	الجهاز القلبي الوعائي
٧٧	الجهاز الهضمي
٨١	تنظيم درجة الحرارة
٨٢	السيطرة على الالتهابات
٨٣	العناية التمريضية الروتينية
٨٩	الفحوصات الدموية
٩٥	الفصل الرابع: تجاوز المخاوف والمشاعر
٩٦	الشعور بالتعرض للسرقة
٩٧	الوضع البعيد عن الطبيعة
٩٨	الشعور بالذهول
٩٩	في قطار الموت العاطفي
١٠١	التناقض الوجداني
١٠٢	الابتعاد عن الطفل
١٠٣	كراهية الانتظار
١٠٤	القيام بواجب مضاعف
١٠٥	قلق الانفصال
١٠٥	الخوف من الغرباء
١٠٦	ملل الجلوس
١٠٦	العجز

المحتويات

ف

- الشعور بالذنب ١٠٩
- الخوف ١١١
- التعرض للانهايار ١١١
- الاكتئاب ١١٣
- الحلم بيوم الخروج من المستشفى ١١٤
- الفصل الخامس: مساعدة طفلك على النمو في المستشفى ١١٥
- افعلي ما بوسعك عند سرير طفلك ١١٦
- تعلمي التحريض الملائم للمرحلة ١٢٠
- أعطي حليبك الطبيعي لطفلك ١٢٩
- تألّفي مع الرعاية المقدمة لطفلك ١٣٤
- مارسي الرعاية بطريقة الكنغر ١٣٨
- قومي بتزيين حاضنة طفلك في المستشفى ١٥٠
- اعتني بنفسك جيداً ١٥٤

الباب الثاني: تغذية الطفل الخديج

- الفصل السادس: حليب الأم - الغذاء المتكامل للأطفال الخدج ١٦٥
- لماذا يُعد حليب الأم مميّزاً للطفل الخديج؟ ١٦٥
- لماذا يُعد الإرضاع الطبيعي مفيداً للأمهات الخدج؟ ١٨٠
- كيف تتم عملية الإرضاع الطبيعي؟ ١٨٣
- سحب الحليب من أجل طفلك الخديج ١٨٤
- الفصل السابع: إرضاع طفلك الخديج من الثدي ٢٠٧
- متى تستطيعين البدء؟ ٢٠٧

٢٠٨	تعريف الطفل على الثدي
٢٠٩	جلسات الإرضاع الأولى
٢٢٢	هل يحصل الطفل على كمية كافية من الحليب؟
٢٢٧	إرضاع الطفل الخديج في المنزل
٢٣٢	أسئلة قد تخطر ببالك حول الإرضاع
٢٤٣	الفصل الثامن: تغذية الطفل الخديج بواسطة الزجاجات
٢٤٤	الجلسات الأولى
٢٤٤	تحذيرات خاصة
٢٤٩	تقنيات خاصة
٢٥٢	ما الكمية؟ وكم مرة؟
٢٥٧	اختيار نوع الحليب الصناعي
٢٦٠	التحسس للحليب الصناعي
٢٦٢	التغذية الليلية

الباب الثالث: العناية بالطفل الخديج في المنزل

٢٦٥	الفصل التاسع: الوصول إلى المنزل
٢٦٦	التحضير ليوم الخروج من المستشفى
٢٧٣	مشاعرك خلال هذه الفترة
٢٧٧	إعداد المنزل للطفل
٢٨١	إعداد فريق من المساعدين
٢٨٣	التعامل مع بقية الأطفال
٢٨٧	الزيارة الأولى لطبيب الأطفال

المحتويات

ق

٢٩١	الفصل العاشر: تطوير الأسلوب الأفضل لرعاية الطفل الخديج
٢٩٢	القواعد السبع للرعاية اللصيقة
٣٢٣	كيف تساعد الرعاية الوالدية اللصيقة على نمو الطفل الخديج؟ رأي العلم
٣٢٧	الفصل الحادي عشر: مخاوف شائعة خلال السنة الأولى
٣٢٧	مخاوف حول الإرضاع
٣٣٥	مخاوف حول النمو
٣٤٠	تسع وسائل لمساعدة طفلك الخديج على النمو
٣٤٣	برنامج التدخل المبكر
٣٤٧	التنقل مع الخدج - متى وكيف؟
٣٥٤	العناية بالتوائم الثنائية والمتعددة
٣٦١	الفصل الثاني عشر: التحديات الطبية لدى الطفل الخديج
٣٦١	متلازمة الكرب التنفسي (RDS)
٣٦٤	عسر التصنع القصبي الرئوي (BPD) والمرض الرئوي المزمن (CLD)
٣٦٨	الفيروس المخلوي التنفسي (RSV)
٣٧١	أمراض الطرق التنفسية الارتكاسية (RAD)
٣٧٢	التسرب الهوائي
٣٧٤	فقر الدم
٣٧٨	انقطاع التنفس لدى الخدج
٣٨٢	اليرقان أو ارتفاع بيليروبين الدم
٣٨٥	نقص السمع
٣٨٧	داء القلس المعدي المريئي (GERD)
٣٩٣	التهاب الأمعاء والكولون النخري (NEC)

٣٩٧	الالتهابات
٣٩٩	اعتلال الشبكية عند الخدج (ROP)
٤٠١	الحول
٤٠٢	النزف داخل البطينات الدماغية (IVH)
٤٠٥	الاستسقاء الدماغى
٤٠٩	الشلل الدماغى
٤١٠	الفتوق
٤١١	بقاء القناة الشريانية (PDA)
٤١٣	الاختلاجات
٤١٤	متلازمة الموت المفاجئ لدى الرضع (SIDS)
٤١٧	في حال وفاة طفلك
٤٢١	الملاحق
٤٢١	الملحق الأول: جدول تحويل الوزن
٤٢٣	الملحق الثاني: المصادر بعد الخروج من المستشفى
	الملحق الثالث: التمثيل البياني لنمو الطفل في وحدة العناية المركزة للأطفال
٤٢٧	حديثي الولادة
٤٣١	الملحق الرابع: التمثيل البياني لنمو الطفل خلال السنة الأولى
٤٣٥	الملحق الخامس: الإنعاش القلبي الرئوي للأطفال حديثي الولادة والرضع
٤٤١	المصادر
٤٤٣	مسرد المصطلحات الطبية
٤٥٩	كشاف الموضوعات