

ESTRENIMIENTO

U إمساك البطن

ما هو إمساك البطن؟

يقال أن الطفل أصيب بإمساك البطن، إذا كان برازه صلباً جداً أو لا يتغوط بانتظام 3 أيام بدون إخراج براز. إذا كانت وجباته غير ملائمة (كثيراً من البيض، لحم، حليب، خبز، حلويات) و عاداته غير صحيحة (ممانعة لتغوط باستمرار و عدم محاولة التغوط كل يوم) فذلك ما ينجم عنه إمساك البطن.

ماذا يجب عمله في المنزل؟

- يجب على الطفل أن يجلس في المراض و يحاول التغوط كل يوم في نفس الوقت، و من الأحسن بعد إحدى الوجبات.
- يجب عليه المكوث جالساً من 5 إلى 10 دقائق، و يمكن تسليته بكتاب أو لعب.
- يجب تعليمه أن لا يمانع رغبة الذهاب إلى المراض عندما يجب و أحسن بذلك.
- يجب الزيادة في تناول السوائل (ماء، عصير) و مواد غذائية تحتوي على تيلة (Fibra) و خضر و فواكه.

متى يجب التوجه إلى مصلحة الاستعجالات؟

يجب أن يكون إمساك الطفل مراقباً من طرف الطبيب في إحدى هذه الحالات الموصولة:

- أوجاع في البطن.
- إذا ظهر دم في برازه.
- إذا تقيأ الطفل عدة مرات و لم يتقبل أكلاً سائلاً و لا صلباً.
- إذا كان الطفل فاقد الحيوية و يشتكي كثيراً.

هام جداً

- ليس من الضروري أن يتغوط ابنكم كل يوم.
- الوثيرة و حالة البراز تختلفان من طفل لآخر، و لا يجب القلق من صلابة البراز و لا من وثيرة التغوط.
- إذا كان الطفل في حالة جيدة وليس له أي مشكل 95% من حالات الإمساك لدى الطفل ليست مرضاً.
- لا يجب إعطاء طفلكم مسهلات و لا أدوية دون استشارة طبيبه.