

## رُبي الخير.. مديرة العلاج الطبيعي للأطفال:

# 3% - 6% من الطلبة مصابون بالجنف.. وغالبيتهم من الإناث

لتأخر النمو وتطور المهارات الحركية للطفل عدة أسباب، تتراوح بين مشاكل خلقية وغيوب جينية ومتلازمات وراثية، حيث بيّنت ربي الخير - مديرة العلاج الطبيعي للأطفال

وقالت: «أكثر الحالات التي نتعامل معها هي الإصابة بالشلل الدماغي الذي هو عبارة عن أذية دماغية ثابتة لا تتطور مع الوقت، لكنها تؤثر سلباً في نمو الطفل وتطوره الجسدي والعقلي. ويضم الشلل الدماغي أنواعاً كثيرة من الأذيات الدماغية، ويمكن تقسيمها وفق عدة تصنيفات، استناداً إلى المنطقة المصابة؛ مثل شلل نصفي أو كامل أو لمكان محدد، أو استناداً إلى نوعه إن كان شللاً من النوع الثنائي أو الثلاثي أو الرباعي. وهل يرافقه التشنج العضلي أو الارتخاء أو كلاهما معاً».

### الأكثر عرضة لتأخر النمو

بعض الأطفال أكثر عرضة لتأخر تطور النمو والحركة، مثل: من لديه تاريخ عائلي بتأخر النمو، عمر الأم يتعدى 40 سنة أثناء الحمل، الأم مصابة بعدة أمراض أثناء الحمل، مثل ارتفاع ضغط الدم والسكر، حدوث مضاعفات ومشاكل أثناء الحمل، إصابة الطفل بمشاكل أثناء الولادة مثل نقص الأكسجين وأذية عصبية. كما يكون الخُدج أكثر قابلية لتأخر النمو مقارنة بأقرانهم الذين وُلدوا بعد انتهاء فترة الحمل الطبيعية.

### مراحل التطور الحركي للطفل



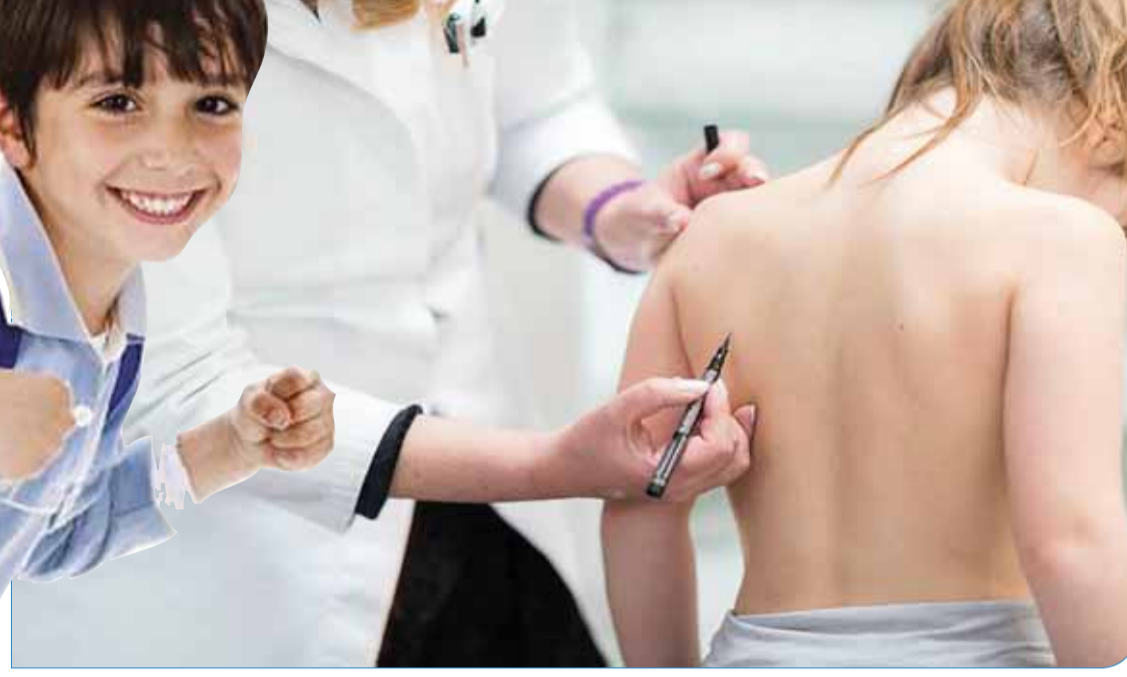
• ربي الخير

طويل حتى يكرر التمارين في المنزل».

### علاج خلخ مفصل الحوض

تعد حالة الخلع في مفصل الورك من الحالات الخلقية الشائعة بين الأطفال، ويأتي دور العلاج الطبيعي بعد دور

في وحدة تقييم وتأهيل الطفل التابع لمؤسسة فوزية السلطان - أن أكثر الأسباب شيوعاً هو الشلل الدماغي ونقص الأكسجين والأذية الدماغية.



• غالباً ما تكتشف الإصابة بالجنف بعد فحص ظهر الطفل

أفضل طريقة لزيادة فرصة الشفاء ولتفادي الحاجة للجراحة. ويجري تحويل الحالات المصابة إلى طبيب عظام متخصص في الأطفال لتشخيصها ووضع خطة العلاج المناسبة. وغالباً ما يتضمن ذلك لبس جهاز حول الحوض لمدة من الزمن، حتى

يخشب مفصل الحوض في وضعه الطبيعي. ويأتي دور العلاج الطبيعي بعد انتهاء دور الجهاز في تثبيت المفصل. فنتيجة لبس الجهاز لمدة طويلة وثبات العضلات في وضع محدد سيحدث ضعف في العضلات وتيبس، فيحتاج الطفل

الطبيب المعالج، وأفضل علاج لخلخ المفصل الوركي هو الفحص المبكر لاكتشاف الحالة في مرحلتها المبكرة. وتتصح الإرشادات الطبية بفحص مفصل حوض الطفل بعد بلوغه عمر الشهر عبر التصوير بـ «السونار». فإكتشاف الحالة مبكراً هو

أفضل طريقة لزيادة فرصة الشفاء ولتفادي الحاجة للجراحة. ويجري تحويل الحالات المصابة إلى طبيب عظام متخصص في الأطفال لتشخيصها ووضع خطة العلاج المناسبة. وغالباً ما يتضمن ذلك لبس جهاز حول الحوض لمدة من الزمن، حتى

## ما الجنف؟

الجنف هو عبارة عن وجود التواء أو انحناء غير طبيعي في العمود الفقري، ومنه أنواع كثيرة. حيث أوضحت ربي قائلة: «لا تشخص الإصابة بالجنف إلا إذا رافق انحناء العمود الفقري وجود التواء في جسم الفقرات أيضاً، وإن تزيد درجة الانحناء على 10 درجات، ويمكن تقسيم الجنف إلى عدة أنواع، مثل: النوع الثابت الذي لا يتغير مع طريقة وقوف المريض. بمعنى أن العمود الفقري لا يصبح مستقيماً عندما يفرّد الطفل ظهره، بل يظل الانحناء موجوداً وثابتاً. وهناك جنف غير ثابت، فيمكن أن يختفي انحناء العمود الفقري إن فرد المريض ظهره، وغالباً لا يصاحبه التواء في جسم الفقرات».

كما يقسم الجنف إلى 3 أنواع، وهي: الأشهر هو الجنف غير المعروف السبب

### متى يظهر؟

غالباً ما يظهر الجنف بوضوح في سن المدرسة. وتشير الإحصائيات إلى إصابة 4% - 6% من الطلبة بالجنف. وبيّنت الدراسات انتشاره في البنات مقارنة بالذكور. ويشدد على أهمية الاكتشاف والعلاج المبكر لزيادة فعالية العلاج وتفادي المضاعفات الصحية الخطيرة.

### علاجه

- درجة الجنف أقل أو تساوي 25 درجة يعتمد علاجها على «كورس» العلاج الطبيعي. وقد أثبتت بعض الدراسات دور العلاج الطبيعي في علاج وتحسين انحناء العمود الفقري ومساهمة في تقليل درجة الانحناء ومنع تطورها. بينما أشارت دراسات أخرى إلى اقتصار العلاج الطبيعي على الحفاظ على ثبات الحالة

ومنعها من التدهور لتفادي مضاعفاتها. - درجة الجنف من 25 إلى 45 درجة يعتمد العلاج على لبس جهاز طبي لتثبيت العمود الفقري والمفاصل في وضعها الصحيح، بالإضافة إلى جلسات العلاج الطبيعي. - درجة جنف تزيد على 45 درجة معظم الحالات تحتاج إلى التدخل الجراحي لتعديل الانحناءات الشديدة لتفادي المضاعفات المرضية التي تسبب تدهور صحة الطفل، وتؤثر سلباً في صحة عضلاته الداخلية، وبخاصة في الجهاز التنفسي والرئة وقدرته على التنفس وصحة القلب. ومن بعد الجراحة يأتي دور العلاج الطبيعي في تحسين النتيجة. هل حقبة المدرسة هي السبب؟ وحول تأثير قوائم الطفل بالحقيبة المدرسية الثقيلة بيّنت ربي: «لا يوجد بحث علمي موثوق به، يثبت أن حمل الطفل حقيبة

مدرسية ثقيلة هو السبب في الإصابة بالجنف، لكنه قد يكون السبب في تشوهات القوام. فحمل الطفل وزن ثقيل على كتف واحد يحفز استخدامه لعضلات جانب واحد من الجسم بشكل مفرط، ما يسبب تشوّه القوام مثل التحدّب أو الميل إلى أحد الجانبين. لذا، يجب توعية أولياء الأمور بما عليهم الانتباه له عند اختيار الحقيبة المدرسية. كما ينصح بتقليل ثقل الحقيبة حتى لا يزيد وزنها على 10% - 20% من إجمالي وزن الطفل. وللتفصيل، ينصح بشراء حقيبة من النوع التي تحمل على الظهر، وليست التي تجر بعجلات، فالحقيبة التي تجر بعجلات تسحب بكتف واحد، ويمكن أن تسبب الإصابة بالخلع أو التمزق. ولا بد أن تكون الحقيبة ملاصقة للظهر تماماً من دون فراغ، وتحتوي على حزام مبطّن ومشدود حول الكتف والظهر تماماً».

مدرسية ثقيلة هو السبب في الإصابة بالجنف، لكنه قد يكون السبب في تشوهات القوام. فحمل الطفل وزن ثقيل على كتف واحد يحفز استخدامه لعضلات جانب واحد من الجسم بشكل مفرط، ما يسبب تشوّه القوام مثل التحدّب أو الميل إلى أحد الجانبين. لذا، يجب توعية أولياء الأمور بما عليهم الانتباه له عند اختيار الحقيبة المدرسية. كما ينصح بتقليل ثقل الحقيبة حتى لا يزيد وزنها على 10% - 20% من إجمالي وزن الطفل. وللتفصيل، ينصح بشراء حقيبة من النوع التي تحمل على الظهر، وليست التي تجر بعجلات، فالحقيبة التي تجر بعجلات تسحب بكتف واحد، ويمكن أن تسبب الإصابة بالخلع أو التمزق. ولا بد أن تكون الحقيبة ملاصقة للظهر تماماً من دون فراغ، وتحتوي على حزام مبطّن ومشدود حول الكتف والظهر تماماً».

مدرسية ثقيلة هو السبب في الإصابة بالجنف، لكنه قد يكون السبب في تشوهات القوام. فحمل الطفل وزن ثقيل على كتف واحد يحفز استخدامه لعضلات جانب واحد من الجسم بشكل مفرط، ما يسبب تشوّه القوام مثل التحدّب أو الميل إلى أحد الجانبين. لذا، يجب توعية أولياء الأمور بما عليهم الانتباه له عند اختيار الحقيبة المدرسية. كما ينصح بتقليل ثقل الحقيبة حتى لا يزيد وزنها على 10% - 20% من إجمالي وزن الطفل. وللتفصيل، ينصح بشراء حقيبة من النوع التي تحمل على الظهر، وليست التي تجر بعجلات، فالحقيبة التي تجر بعجلات تسحب بكتف واحد، ويمكن أن تسبب الإصابة بالخلع أو التمزق. ولا بد أن تكون الحقيبة ملاصقة للظهر تماماً من دون فراغ، وتحتوي على حزام مبطّن ومشدود حول الكتف والظهر تماماً».

## توعية

# ماذا تعرف عن فطريات الرجال؟



القلاع، هو التهاب فطري ويعرف أيضاً باسم الكانديديازيس candidiasis. ويمكن أن يصيب الرجل والمرأة، لكنه أكثر شيوعاً في النساء. وسببه نوع من الفطريات التي توجد بشكل طبيعي في أجسامنا. وتكون غير ضارة أو مسببة لأي أعراض في الوضع السليم. لكن تعرض الجسم لبعض الأمراض أو الحالات التي تضعف مناعته أو تسبب اختلالاً في البيئة الميكروبية الجلدية، فذلك قد يسبب نمو الفطريات بشكل مفرط في أنحاء الجسم لتصبح مزعجة وضارة. ويعتبر السكري من أشهر الأمراض التي تسبب حدوث ذلك، فزيادة معدل سكر الدم وانخفاض المناعة عاملان يحفزان زيادة تكرار الفطريات والإصابة بالالتهابات.

الأكثر قابلية للإصابة هم: - من لديهم انخفاض في المناعة. - المصابون بالسمنة المفرطة (لان الفطريات تحب النمو بين طيات الجلد) - المصابون بالسكري أو مرض يسبب ضعف المناعة. - تناول مضادات حيوية تقتل البكتيريا الحميدة التي تحمي نمو الفطريات. - استخدام عقاقير كورتيزونية للجلد. - الاكثار من لبس الملابس الضيقة وخاصة النايلون والحيجن. - وجود اصابات وتلف في بطانة الجهاز الهضمي. - معايشرة شخص مصاب بالتهابات أكثر التهابات الفطرية التي تصيب الرجل هي تلك التي تصيب الجهاز التناسلي وخاصة العضو الذكري. ومن أهم أعراضها: - الاحمرار.

وبين الفخذين والمناطق التناسلية وبين الأصابع. كما تشجع إصابة البدناء بهذه الالتهابات الجلدية بين طيات الجلد. **فطريات الفم** تشمل أعراضها: مذاق كرهه للفم ووجود مناطق بيضاء كريمة على اللسان وباطن الخد، وقد يشعر بالألم في هذه المناطق وقد تنزف. مع الوقت، تنتشر الفطريات في داخل الفم فتصيب سقف الحلق، واللثة واللوز والبلعوم.

- التورم. - الحكّة والانزعاج. - خروج إفراز سميك ومتكتل قد يتربس تحت الجلد. - الرائحة الكريهة. - الألم أثناء التبول والمعايشرة الجنسية. **الالتهاب الجلدي** من الأمراض الفطرية الأخرى التي تصيب الرجل التهاب الكانديدا الجلدي الذي يسبب الألم والحكة والطفح الجلدي في مناطق مختلفة من الجسم، مثل الإبطن

## سؤال وجواب



## تناول الأسبرين ليس الاستراتيجية الأساسية لحماية صحة القلب الأسبرين ليس مناسباً لكل من تعدّي الخمسين

تحتل أمراض القلب والشرايين وسرطان القولون المرتاب الأولى كمسببات رئيسية للوفيات عالمياً. ووفق الإحصاءات الأميركية، فالنوعية القلبية هي السبب في 30% من الوفيات، وسرطان القولون هو ثالث سرطان قاتل وهو السبب في وفاة 50 ألف أميركي سنوياً. وعلق د. دوغلاس سان من المركز الأميركي للتحكم والوقاية من الأمراض قائلاً «أثبتت الدراسات ارتفاع نسبة إصابة الرجال بأمراض القلب والشرايين من بعد عمر 45 سنة، بينما ترتفع نسبة إصابة النساء بها من بعد عمر 50. لذا، قد يساهم تناولهم للأسبرين في خفض نسبة إصابتهم بالنبويات القلبية والجلطة وسرطان القولون أيضاً. لكن تناول الأسبرين ليس مناسباً للجميع، وذلك نظراً لما يرافقه تناوله من آثار جانبية وخاصة خطر النزف. لذا، يشدد الخبراء على عدم تناول الأسبرين قبل الرجوع إلى الطبيب وتقييم الصحة بشكل كامل. ومن جانب آخر، يعد تناول جرعة منخفضة من الأسبرين جزءاً من استراتيجيات الوقاية من أمراض القلب وسرطان القولون، لكنه ليس الخطوة الوقائية الأساسية. فهناك عدة عوامل وقائية أخرى ينصح باتباعها أيضاً، من أهمها: تناول تغذية صحية، ممارسة الرياضة بانتظام، عدم التدخين، الحفاظ على ارتزان ضغط الدم والسكر والكوليسترول، الفحص المبكر لسرطان القولون مبكراً.