

## ما المقصود بالإمساك لدى الأطفال؟

الإمساك مشكلة شائعة لدى الأطفال. والأطفال المصابون بالإمساك كثيرًا ما يحبسون البراز ويحاولون عدم الذهاب إلى الحمام. فيحاول الأطفال شد عضلات مؤخرتهم أو البكاء أو الصراخ أو الاختباء في الأركان أو ضم أرجلهم أو الاهتزاز أو يصيح وجههم محتقنًا أو يتراقصون هنا وهناك في محاولة لحبس البراز. وقد يظن أولياء الأمور/أفراد الأسرة/مقدمو الرعاية أن الأطفال يحاولون إخراج البراز بينما هم يحاولون حبسه في واقع الأمر.

عندما يواجه طفلك مشكلة تتعلق بالإمساك، فقد تظهر عليه الأعراض التالية:

- انخفاض في عدد المرات التي يتبرز فيها، وقد تمر أيام دون تبرز
- براز جاف صلب
- صعوبة في دفع البراز خارج المستقيم
- ألم عند التبرز
- انتفاخ، أو تقلصات، أو ألم في البطن
- قليل من البراز السائل أو لطخات من البراز في ملابسه الداخلية

### أسباب الإمساك

في معظم الأوقات لا تكون هناك أسباب محددة لإصابة الأطفال بالإمساك. وقد يطلق فريق الرعاية الطبية المعالج لطفلك على هذا النوع مسمى "الإمساك الوظيفي". وبعض الأمور التي قد تفاقم مشكلة طفلك مع الإمساك هي:

- النظام الغذائي  
يتناول بعض الأطفال الكثير من الأطعمة الغنية بالدهون وقليلة الألياف ("الوجبات السريعة" و"الأطعمة غير الصحية" ومشروبات الصودا). وبعض الأطفال أيضًا لا يشربون كمية كافية من الماء.
- عدم القيام بالتمارين الرياضية  
تساعد التمارين الرياضية على تحريك الطعام عبر الأمعاء. والأطفال الذين يشاهدون التلفاز بكثرة أو يلعبون ألعاب الفيديو لفترات طويلة قد لا يمارسون التمارين الرياضية بالقدر الكافي.
- الأطفال "المشغولون"  
بعض الأطفال يكونون مشغولين للغاية في اللعب وينسون الذهاب إلى الحمام. ويتجاهلون إشارات أجسامهم بأن الوقت قد حان للجلوس والتبرز.
- السلوكيات  
قد يشعر الأطفال في بعض الأحيان بضغط كبير عند تدريبهم على التخلي عن الحفاض واستخدام النونية وسيقاومون هذا التدريب. وقد يكبح الأطفال أيضًا حاجتهم الملحة إلى التبرز بسبب رفضهم استخدام الحمامات العامة، أو حتى حمامات المدرسة

### الأسباب التي تجعل الإمساك مصدر قلق

في حين يصعب عليك رؤية طفلك يتألم بسبب إصابته بالإمساك، فإن هناك مشكلات أخرى تثير القلق إذا ظل طفلك يعاني من الإمساك فترة طويلة. وهذه المشكلات تشمل:

- البراز الصلب وإخراج براز كبير الحجم يمكن أن يتسبب في تمزق فتحة الشرج. ويطلق على هذا التمزق اسم الشرج. ويمكن أن يتسبب هذا الشرج في النزف والألم.
- يمكن أن يتسبب الإجهاد الناتج عن عملية التبرز إلى تورم الأوعية الدموية داخل فتحة شرج الطفل أو التهابها (البواسير) والشعور بالحرقان والتعرض للنزف.
- عندما يحبس الطفل البراز، يتراكم هذا البراز مع مرور الوقت داخل المستقيم، ويؤدي هذا إلى أن يصبح البراز أكبر حجمًا وإخراجه أصعب. ويمكن أن يتسبب ذلك في تمدد المستقيم. ويمكن أن يتسرب البراز السائل للخارج حول هذا البراز المتراكم الصلب وكبير الحجم ويتسبب في تلوث الملابس الداخلية للطفل بهذا البراز. ويسمى هذا "بداغة" (سلس براز لا عضوي). ولا يشعر الأطفال بتسرب البراز هذا ولا يتمكنون غالبًا من شم الرائحة التي تشير إلى تلطخ ملابسهم الداخلية بالبراز. وعندما يحدث ذلك قد يحاول الأطفال إخفاء ملابسهم الداخلية.

### كيف تكتشف الإصابة بالإمساك؟

في أثناء زيارة العيادة سيطرح عليك الطبيب، أو الممرضة الممارسة المتقدمة أسئلة تتعلق بتاريخ طفلك الطبي ويكمل الفحص. قد يطرح مقدم الرعاية أسئلة مثل:

- كم كان عمر الطفل حينما تبرز أول مرة عندما كان رضيعًا؟
- عدد مرات تبرز طفلك؟
- هل يشكو طفلك من الشعور بالألم عند التبرز؟
- هل كنت تدرّب طفلك على استخدام المراحيض في الأونة الأخيرة؟

- ما نظام طفلك الغذائي؟
- هل تعرض طفلك لضغوط متزايدة في الأونة الأخيرة؟
- هل يبرز الطفل في ملابسه الداخلية؟ في حال حدوث ذلك، ما عدد المرات؟

قد يحتاج طفلك إلى فحص المستقيم. ويمكن للطبيب أو الممرضة المساعدة على إيضاح طريقة فحص طفلك هذا قبل إجرائه.

في بعض الأحيان قد يحتاج طفلك إلى الخضوع لفحوصات خاصة للمساعدة على معرفة سبب الإصابة بالإمساك. وقد تشمل هذه الفحوصات:

- أشعة سينية على البطن وتهدف صورة الأشعة السينية الخاصة هذه إلى تقييم كمية البراز في الأمعاء الغليظة.
- حقنة شرجية تباينية يُجرى هذا الفحص باستخدام الأشعة السينية ونوع خاص من محاليل الحقنة الشرجية لالتقاط صور للقولون أو الأمعاء الغليظة، والتي تشكل الجزء السفلي من الأمعاء. ويوضح هذا الفحص للطبيب إذا ما كان يوجد أي شيء به خلل داخل القولون وإلى أي مدى يؤدي وظيفته على نحو جيد.
- قياس ضغط الشرج والمستقيم يقيس هذا الاختبار قوة عضلات فتحة الشرج وردود الفعل العصبية والشعور بأن المستقيم مفتوح وتناسق العضلات عند التبرز.
- خزعة المستقيم تؤخذ عينة من النسيج المبطن للمستقيم لفحصها تحت الميكروسكوب للتعرف على وجود أي مشكلات.

## علاج الإمساك

سيتحدث معك فريق الرعاية الطبية بشأن خطة الرعاية الخاصة بطفلك لعلاج الإمساك. وتعتمد خطة الرعاية هذه على:

- سبب الإصابة بالإمساك، في حال اكتشاف أحد الأسباب
- الاحتياجات الغذائية
- عمر طفلك وصحته على نحو عام وأي احتياجات رعاية خاصة
- طول الفترة التي يعاني طفلك فيها من الإصابة بالإمساك
- قابلية طفلك لتحمل الأدوية، أو الفحوصات، أو العلاجات
- المدة التي قد يستغرقها العلاج
- ملاحظاتك على ما يتناسب أكثر مع طفلك

تعتمد التوقعات الخاصة بعلاج الأطفال المصابين بالإمساك على وجود مشكلة معقدة تسبب الإمساك. قد يعاني الأطفال المصابون بأمراض في الأمعاء من مشكلات طويلة الأمد مع الإمساك، في حين أن ما يصل إلى 90% من الأطفال لن يعاني مشكلات طويلة الأمد أو متكررة.

Last reviewed: 06/2024 by Jody Petru RN III