

الإمساك لدى الأطفال

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

عندما يكون لدى طفلك مشكلة تتعلق بالإمساك، فقد يكون يعاني من:

- انخفاض في عدد المرات التي يتبرز فيها، وقد تمر أيام بدون تبرز
- براز جاف صلب
- صعوبة في دفع البراز خارج المستقيم
- ألم عند التبرز
- ألم أو تقلصات أو انتفاخ 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 على ذلك مسمى "الإمساك الوظيفي". بعض الأشياء التي قد تزيد من مشاكل طفلك مع الإمساك:

- النظام الغذائي
يتناول بعض الأطفال الكثير من الأطعمة الغنية بالدهون والقليلة الألياف ("الوجبات السريعة" و "الوجبات الجاهزة" والكولا). وبعض الأطفال أيضًا لا يشربون كمية كافية من الماء.
- عدم القيام بالتمارين الرياضية
تساعد التمرينات الرياضية على تحريك الطعام عبر الأمعاء. والأطفال الذين يشاهدون التلفاز بكثرة أو يلعبون ألعاب الفيديو لفترات طويلة قد لا يمارسون التمرينات الرياضية بالقدر الكافي.
- الأطفال "المشغولون"
بعض الأطفال يكونون مشغولون 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 يجلس الأطفال أيضًا حاجتهم الملحة للتبرز بسبب رفضهم لاستخدام الحمامات العامة أو حتى حمامات المدرسة.

الأسباب التي تجعل من الإصابة بالإمساك مشكلة

بينما قد يكون من الصعب بالنسبة لك رؤية طفلك يتألم بسبب إصابته بالإمساك، فإن هناك مشكلات أخرى تثير القلق إذا كان طفلك يعاني من الإمساك لفترة 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 النزيف والألم.
- يمكن أن يتسبب الإجهاد الناتج عن عملية التبرز إلى تورم الأوعية الدموية (البواسير) داخل فتحة شرج الطفل أو التهابها والشعور بالحرقان والتعرض للنزف.
- عندما يجلس الطفل البراز، يتراكم هذا البراز مع مرور الوقت داخل المستقيم. ويؤدي هذا إلى أن يصبح البراز أكبر وإخراجه أصعب. ويمكن أن يتسبب ذلك في تمدد المستقيم. ويمكن أن يتسرب البراز السائل للخارج حول هذا البراز المتراكم كبير الحجم ويتسبب في تلوث الملابس الداخلية للطفل بهذا البراز. ويسمى هذا "بداعة" (سلس براز لا عضوي). ولا يشعر الأطفال بتسرب البراز هذا ولا يتمكنون غالبًا من شم الرائحة التي تشير إلى وجود براز في ملابسهم الداخلية. وعندما يحدث ذلك قد يحاول الأطفال إخفاء ملابسهم الداخلية.

كيف تكتشف الإصابة بالإمساك؟

أثناء زيارة العيادة سيقوم الطبيب (أو الممرضة الممارسة المتقدمة)، بطرح عليك أسئلة تتعلق بتاريخ طفلك الطبي واستكمال الفحص. قد يطرح متعهد 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 تقوم بتدريب طفلك على استخدام المراض في الأونة الأخيرة؟
- ما هو النظام الغذائي الخاص بطفلك؟
- هل تعرض طفلك لضغوط متزايدة في الأونة الأخيرة؟
- هل يتبرز الطفل في ملابسه الداخلية؟ في حالة حدوث ذلك، اذكر عدد المرات؟

قد يحتاج طفلك لفحص المستقيم. ويمكن للطبيب أو الممرضة المساعدة في شرح هذا الفحص الخاص لطفلك قبل إجراء الفحص.

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

- أشعة سينية على البطن
صورة الأشعة السينية الخاصة هذه لتقييم كمية البراز في الأمعاء الغليظة.
- حقنة شرجية تباينية
يتم هذا الفحص باستخدام الأشعة السينية ونوع خاص من أنواع 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 بشكل 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 أية مشكلات.

علاج الإمساك

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

- سبب الإصابة بالإمساك، في حالة اكتشاف أحد الأسباب
- الاحتياجات الغذائية
- عمر طفلك وصحته بشكل عام وأي احتياجات رعاية خاصة
- منذ متى يعاني طفلك من الإصابة بالإمساك
- قابلية طفلك لتحمل الأدوية أو الفحوصات أو العلاجات
- المدة التي قد يستغرقها العلاج
- ملاحظاتك على ما الذي يتناسب أكثر مع طفلك

تعتمد التوقعات الخاصة بعلاج الأطفال المصابين بالإمساك على نوع المشكلة المسببة للإمساك. قد يعاني الأطفال المصابون بأمراض في الأمعاء من الإمساك على المدى الطويل. لن يعاني ما يصل إلى 90% من الأطفال من حدوث المشكلات على المدى الطويل أو تكرارها.

