انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم (OSA) لدى الأطفال

ما انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال؟

انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم (OSA) لدى الأطفال هو حالة شائعة قابلة للعلاج. تُسبب هذه الحالة صعوبات في التنفس في أثناء النوم. ورغم أن بعض الأطفال يصدرون شخيرًا بالفعل، تعاني نسبة صغيرة فقط (2% تقريبًا) من انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم.

يُصيب انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم الأشخاص من مختلف الأعمار. وقد يصعب تشخيص هذه الحالة لدى الأطفال مقارنةً بالكبار. قد يطلق الأطفال زفيرًا قويًا أو يصدرون لهاثًا مع الشخير وقد "يشفطون" صدورهم للداخل. ويتوقف تنفسهم ويعود بشكل متكرر خلال النوم. كل هذا يحدث بسبب تضيق الحلق أو انغلاقه في أثناء النوم. وعندما يتوقف التنفس لفترات قصيرة، يُطلق على ذلك انقطاع النفس.

يعاني الأطفال المصابون بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم من صعوبة النوم ليلًا. وبسبب شعورهم بالتعب، غالبًا ما تظهر لديهم مشكلات سلوكية خلال النهار. إذا لم يتم تشخيص حالتهم، فقد يؤدي ذلك إلى مشكلات دراسية وتأخر في النمو. وفي الحالات الشديدة، قد يُسبب ذلك الإصابة بفشل القلب. يحدث فشل القلب عندما تنخفض مستويات الأكسجين في الدم.

كيف يؤثر انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم في الأطفال؟

تكون العضلات خلال النوم أكثر ارتخاءً مقارنة بحالتها وقت اليقظة. ويشمل ذلك العضلات المُستخدَمة في عملية التنفس. عند بعض الأطفال المصابين بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم، ترتخي عضلات الحلق بدرجة كبيرة تؤثر في عملية التنفس. وقد يعاني الأطفال الآخرون المصابون بهذه الحالة من ضيق شديد في مجرى الحلق بما يسبب مشكلات في التنفس خلال النوم.

عندما يحاول الأطفال المصابون بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم التنفس، يكون الأمر كما لو أنهم يحاولون رشف شراب بصوت مسموع باستخدام ماصة ورقية رطبة ومرتخية. قد يُصدر الأطفال لهاثًا عميقًا عند بدء التنفس. وقد يوقظهم كل لهاثٍ لثوانٍ قليلة.

ما أعراض انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال؟

قد تصعب ملاحظة أعراض انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال. وقد تشمل الآتي:

- النوم في وضعيات غير معتادة، غالبًا مع سند الرأس لأعلى أو جعله خارج السرير
- الشخير بصوت مرتفع ومستمر
- فقدان الوزن أو عدم زيادته كما هو متوقع
- توقف التنفس خلال النوم لفترة قصيرة، يتبعه شخير أو لهاث أو استيقاظ
- التعرق الشديد خلال النوم
- القيام بتصرفات سيئة في المنزل أو المدرسة
- مشكلات في النوم (التململ)
- صعوبة الاستيقاظ رغم الحصول على قسط كافٍ من النوم
- الإصابة بنوبات صداع في أثناء النهار، خاصةً في الصباح
- الهياج والعدوانية وسوء المزاج
- النوم أو الشرود في أحلام اليقظة في المدرسة أو المنزل
- التبول في الفراش في سن غير معتاد
- عدم القدرة على التركيز في المدرسة
- فرط النشاط خلال النهار

قد تتشابه أعراض انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال مع أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط (ADHD) (متوفر فقط باللغة الإنجليزية). ولهذا السبب، قد يُشخَّص بعض الأطفال المصابين بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم بشكل خاطئ على أنهم يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط. وقد يعاني بعض الأطفال من كلتا الحالتين معًا. يمكن أن يؤدي أيضًا انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال إلى تفاقم أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط.

هل توجد عوامل معينة تزيد خطر الإصابة بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال؟

تشمل عوامل الخطر للإصابة بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال الآتي:

- تضخم اللوزتين واللحمية
- وجود تشوّه في الوجه أو الفك
- الإصابة بمتلازمة داون أو وجود تشوهات خلقية أخرى
- العرق الأمريكي من أصل إفريقي
- السمنة
- الولادة المبكرة
- وجود تاريخ عائلي للإصابة بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم
- تناول الأدوية المهدئة، التي قد تزيد الشخير أو تبطئ التنفس

كيف يشخِّص الأطباء انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال؟

يجب أن يُراجِع الأطفال والمراهقون الذين يعانون من الشخير طبيًا لتحديد ما إذا كانوا مصابين بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم أم لا. وفي بعض الحالات، قد يتعين عليهم مراجعة أحد اختصاصيي النوم لدى الأطفال.

لتشخيص هذه الحالة، يستعين اختصاصي النوم لدى الأطفال باختبار يُعرف باسم تخطيط النوم (Polysomnography – PSG). يسجل هذا الاختبار نشاط نوم الطفل لليلة واحدة على الأقل في مختبر النوم. يمكن لهذه الدراسة تحديد مدى شدة انقطاع النفس خلال النوم. ويمكن أن يساعد الأطباء أيضًا في وضع أفضل خطة علاجية.

خلال الاختبار، يضع الاختصاصي مستشعرات على رأس الطفل وجسمه لمراقبة أنماط النوم. تُسجِّل المستشعرات موجات الدماغ وحركات الساقين والذراعين ونشاط العضلات ونبض القلب وأنماط التنفس. وهذه المستشعرات غير ضارة ولا تسبب أي ألم.

إننا نُشجع الوالدين على المبيت مع أطفالهم في مختبر النوم. وهذا يتيح إمكانية أن يبلغ الوالدان الطاقم الطبي إذا كانت الدراسة قد سجلت أنماط النوم والتنفس المعتادة لدى الطفل.

كيف يُعالج الأطباء انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال؟

من المهم معالجة انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال في أقرب وقت ممكن. فالعلاج المبكر يساعد في الحفاظ على معدل نمو وتطور طبيعي للطفل.

تعتمد خطة علاج الطفل على أسباب الإصابة بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم. قد تتضمن طرق العلاج الآتي:

- **الجراحة. إذا كان تضخم اللوزتين واللحمية هو سبب هذه الحالة، فقد يوصي الطبيب بإزالتها. تُعرف هذه الجراحة باسم** استئصال اللحمية **(متوفر فقط باللغة الإنجليزية) أو** استئصال اللوزتين **(متوفر فقط باللغة الإنجليزية). قد يوصي الطبيب أيضًا بإجراء جراحات أخرى إذا كانت هذه الحالة ناجمة عن مشكلات بنيوية مختلفة.**
- **ضغط المجرى الهوائي الإيجابي المستمر (CPAP). يوفر جهاز ضغط المجرى الهوائي الإيجابي المستمر ضغط هواء يمنع انغلاق الحلق في أثناء النوم. سيرتدي طفلك قناعًا صغيرًا على الأنف خلال النوم. وقد يكون جهاز ضغط المجرى الهوائي الإيجابي المستمر مفيدًا في الحالات التي لا يمكن فيها إجراء الجراحة.**

- **فقدان الوزن. إذا كانت السمنة هي سبب الإصابة بانقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال، فقد يوصي الطبيب بخطة لفقدان الوزن. قد تشمل هذه الخطة تعديلات في النظام الغذائي وممارسة التمارين الرياضية.**
- **الأدوية. قد يوصي الطبيب باستخدام بخاخ ستيرويد أنفي أو تناول دواء لعلاج الحساسية.**

قد يحتاج طفلك إلى إجراء اختبار تخطيط النوم مرة أخرى بعد عدة أشهر من علاج انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم. يساعد إجراء الاختبار مرة أخرى في تقييم مدى نجاح العلاج أو الجراحة. وفي بعض الحالات، قد يؤدي العلاج إلى توقف الشخير، لكن من دون أن يتحقق الشفاء التام من انقطاع النفس الانسدادي خلال النوم لدى الأطفال.

أُجريَت آخر مراجعة بواسطة كاري تيماير، ممرضة مسجلة، مديرة البرنامج السريري