



الصور بحدسة Emanuel Angelicas

تهدئة طفلك الرضيع أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة

هذا الكتيب من إعداد البروفسورة Linda S. Franck

نقح هذا الكتيب لغرض ترجمته للغة العربية الدكتورة Priya Govindaswamy والسيدة Kaye Spence
الحائزة على وسام الشرف الأسترالي



المحتويات

	المقدمة	3
	الفصل الأول	
	كيف يمكن منع حصول الألم	4
	الدور الخاص للوالدين	4
	خلق أجواء هادئة	5
	اللمس المساعد على تهدئة الطفل	6
	الملامسة المتواصلة	6
	ملامسة الجلد للجلد	7
	صوتك	8
	التهدئة الفموية	8
	الفصل الثاني	
	كيف يمكن اكتشاف معاناة الأطفال الرضع من الألم	10
	كيف يمكن معرفة ما إذا كان طفلك الرضيع يعاني من الألم	10
	علامات الألم	10
	الفصل الثالث	
12	ما هو الألم وكيف يؤثر على الأطفال الرضع؟	12
12	ما هو الألم؟	12
13	حقائق جديدة عن الألم لدى الأطفال الرضع	13
13	ما السبب الذي يحتم علينا تسكين الألم لدى الأطفال الرضع	13
14	من المسؤول عن الحفاظ على راحة الأطفال الرضع؟	14
	الفصل الرابع	
16	ماذا أفعل إذا شعرت بأن إجراءات تخفيف ألم طفلي الرضيع غير كافية؟	16
	الفصل الخامس	
18	الأدوية المستخدمة لتخفيف الألم	18
20	كلمة شكر	20
20	الموارد	20
22	حقوق الطبع وشروط الاستخدام	22
22	نبذة عن المؤلفة	22

إن تواجد الطفل الرضيع في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة يمكن أن يكون تجربة مؤثرة وعصيبة للوالدين.

لذلك يعي الأطباء والممرضات (والممرضون) الذين يقدمون الرعاية لطفلك الرضيع حجم الألم والضغط النفسي الذي تتعرضين (تتعرض) له وسيحاولون جاهدين الحفاظ على راحة طفلك. وهدفنا هو مساعدتك على فهم الألم والضغط النفسي الذي قد يعاني منه طفلك الرضيع.

يوفر لك هذا الكتيب موجزاً يتضمن الطرق الرئيسية التي يمكنك من خلالها مساعدة طفلك الرضيع وفهم الألم الذي قد يعاني منه حتى تتمكني أنت والطاقم المشرف على رعايته من التعاون مع بعضكم البعض للحفاظ قدر الإمكان على راحته.

ونأمل بعد قراءتك لهذا الكتيب أن تزداد معرفتك بالأمور التالية:

• كيف يشعر الأطفال الرضع بالألم وتأثيره عليهم

• كيف يمكنك معرفة ما إذا كان طفلك يتألم

• كيف يمكنك العمل لجعل البيئة التي يتواجد فيها طفلك مريحة أكثر له

• الأمور التي يمكنك القيام بها لتهدئة طفلك

فيما يلي النقاط الرئيسية الواجب وضعها في الحسبان أثناء تواجد طفلك في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة:

• سوف يخضع طفلك لإجراءات وعلاجات طبية من شأنها أن تسبب الألم والإجهاد له

• سوف يبذل الأطباء والممرضات ما في وسعهم لمنع حصول الألم وملاحظة علاماته والعمل على تسكينه. كما سيوضحون لك كيف يمكنك اكتشاف معاناة طفلك من الألم أو شعوره بالانزعاج، وسوف يقدمون لك الدعم للمشاركة معهم بالقدر الذي ترغبين به للحفاظ على راحة طفلك.

• يُرجى إخبار الممرضات أو الأطباء إذا اعتقدت أن طفلك يعاني من الألم أو أن مسكن الألم الذي أعطي له لم يخفف ألمه.

• يمكنك مساعدة طفلك بتعلم كيفية اكتشاف معاناته من الألم. وبمرور الوقت ستكتسبين خبرة في الطرق التي يُبين فيها طفلك أنه يعاني من الألم. ويمكنك تعلم طرق مختلفة تساعد على تخفيف ألمه إلى أقصى حد.

• إن تعلم الطرق الموضحة في هذا الكتيب والمشاركة في تهدئة طفلك من شأنه أن يساعدك ويساعد طفلك على السواء.

الفصل الأول

كيف يمكن منع حصول الألم وتسكينه؟

إذا اخترت أن تتواجد مع طفلك أثناء خضوعه للإجراءات الطبية التي يحتاجها، فاحرصي على التحلي بالهدوء بالتنفس ببطء وعمق وإرخاء عضلات فكك وجسمك. ويمكنك عادة مساعدة طفلك بالتحدث إليه بصوت هادئ أو لمسه برفقة. وستوضح لك الممرضات أفضل طريقة يمكنك بها مساعدة طفلك أثناء خضوعه لإجراءات طبية مؤلمة.

ويمكنك مساعدة طفلك على تعلم كيفية العثور على قبضته ليمصها. وعندما ينمو ويقوى، يصبح بإمكانه تهدئة نفسه برفع قبضته إلى فمه لمصها ويُعرف هذا بـ "التهدئة الذاتية". وكلما زادت معرفتك بطفلك تتعلمين طرقاً تساعد على تخفيف ألمه.

إليك بعض الأمور التي يمكنك القيام بها للمساعدة في تخفيف ألم طفلك:

- تحلي بالمرونة، فالوسيلة التي قد تنجح اليوم قد لا تنجح في اليوم التالي.
- إذا جربت وسيلة ولم تنجح في المرة الأولى، فلا تستسلمي وجربيه مرة أخرى أو احصلي على نصيحة بشأن تجربة وسيلة أخرى.
- من المهم أن تنظري إلى وجه طفلك وتلاحظي طريقة استلقائه على السرير والطريقة التي يحرك بها ذراعيه وساقيه لمعرفة ما إذا كان يحب الوسيلة التي تستخدمينها.
- كلما زاد استخدامك لهذه الوسائل، تصبحين أكثر راحة في اتباعها وسوف يعتاد طفلك عليها ويحبها.

توجد خمس طرق يمكن بواسطتها منع حصول الألم لدى الأطفال أو تسكينه أثناء تواجدهم في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة، وهي:

1. خلق جوّ هادئ لتخفيف عوامل الإجهاد التي تؤثر على طريقة استجابة الطفل وتحمله للألم.
2. اللمس المساعد على تهدئة الطفل أثناء معاناته من الألم.
3. المناظر والأصوات المهدئة، كروية الطفل لوجهك أو سماعه لصوتك.
4. تهدئته بالمص والتنوّق.
5. إعطاؤه مسكنات الألم.

الدور الخاص للوالدين

من المهم أن تعرفي أنه يمكنك التواجد مع طفلك أثناء خضوعه لمعظم الإجراءات الطبية. قد لا يكون هذا الأمر ممكناً في بعض الأحيان ولكن ينبغي أن لا نترددي بمناقشة رغباتك مع الممرضات والأطباء. وإذا كنت غير قادرة على التواجد مع طفلك أو كنت تشعرين أنه من الأفضل عدم تواجده معك أثناء خضوعه لإجراء طبي أو فحص يسبب الألم له، فإن الأطباء والممرضات سيبدلون قصارى جهدهم لمنع شعور طفلك بالألم أو تخفيفه.

وفي حين أن رؤية طفلك وهو يتألم قد يسبب لك توتراً نفسياً، إلا أن معرفتك بأن هذه الإجراءات الطبية ضرورية لصحة طفلك وأنت تغلطين كل ما بوسعك لمساعدته قد يخفف وقع الأمر عليك.

خلق أجواء هادئة

يمكن أن تزعج الأضواء الساطعة والضوضاء الصاخبة الأطفال ويمكن أن تؤثر على طريقة استجابتهم للألم أو تحمله. إليك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها للمساعدة في جعل أجواء طفلك هادئة قدر الإمكان.

تخفيف الإضاءة التي تسبب الإجهاد لطفلك

- اطلبلي خفت الإضاءة أو احببي النور عن عيني طفلك أثناء فترات الاستراحة الهادئة أو النوم.
- قد تتطلب بعض الإجراءات الطبية أضواء ساطعة كضوء الشمس وضوء مصابيح الإضاءة وضوء المصابيح المسلحة موضعياً. إذا لم يكن طفلك قد خضع سابقاً لمثل هذه الإجراءات الطبية، اطلبلي من الممرضة حجب النور المباشر عن عيني.
- قد تحتاجين إلى حجب النور عن عيني طفلك بإحدى يديك عندما تقومين بحمله خارج الحاضنة أو سرير الأطفال.

خفضي الأصوات التي تسبب الإجهاد لطفلك

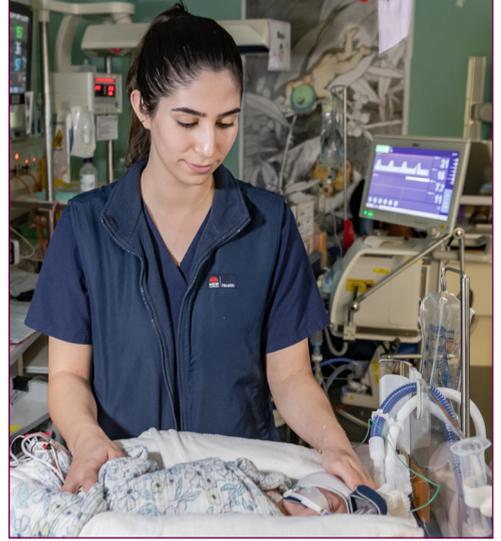
- أغلقي باب الحاضنة بهدوء بدلاً من صفقه.
- تجنبي وضع أشياء صلبة فوق الحاضنة واطلبي من الآخرين عدم وضع الأشياء عليها أو استخدامها كطاوله كتابة.
- تحدثي بصوت خافت عند تواجدك بالقرب من الحاضنة أو سرير الطفل وتجنبي التحدث إلى الآخرين بالقرب من الحاضنة أو السرير، ولا تتحدثي بالطلب من طاقم الرعاية التحدث بصوت خافت بالقرب من طفلك، فقد يكون من الصعب على الممرضات والأطباء خفض أصواتهم دائماً على الرغم من أنهم يعرفون مدى أهمية ذلك، وبالتالي فإنهم لن ينزعجوا إذا عبرت عن قلقك حيال هذا الأمر.
- إذا كانت هناك ضوضاء يبدو أنها تزعج طفلك، كررين الهاتف مثلاً، يمكنك استشارة الممرضة المشرفة على طفلك أو مسؤول(ة) وحدة العناية بشأن طرق تقليل الضوضاء أو نقل طفلك إلى منطقة أكثر هدوءاً.



اللمس المساعد على تهدئة الطفل

سوف تساعدك مرضات طفلك على تقديم الدعم لطفلك لحين أن تزداد ثقتك بنفسك للقيام بذلك. احرصى على غسل يديك دائماً قبل لمس طفلك للحد من انتقال العدوى إليه واحرصى على تدفئة يديك قبل لمسه. يمكنك ذلك بغسل يديك بالماء الدافئ أو بوضعهما في الحاضنة لوضع دقائق أو فركهما ببعضهما البعض لزيادة الدورة الدموية.

يمكنك تهدئة طفلك باللمس بملامسته بشكل متواصل أو ملامسة جلدك لجلده.



اللامسة المتواصلة

يساعد **تقميط** (لف) طفلك ببطانية قماط على دعمه ويحد من حركته بشكل زائد، كما يساعد على تخفيف الألم من خلال التحفيز الرقيق لجهازه العصبي عبر الجلد. تحققى من أن التقميط يساعد طفلك، وإذا لم يكن كذلك، فتتحقي مما إذا كان القماط مشدوداً جداً أو مرتخياً جداً. ضمي يدي طفلك عند تقميطه برفق تحت ذقنه.

ومن المهم ترك مساحة لوركيه ليتسنى له تحريكهما بحرية وترك ساقيه مثنيتين. اتحي للطفل رفع ركيه إلى الأعلى في وضعية مشابهة للوضعية التي ولد فيها واتركي مساحة لساقيه لتتحركا بحرية.

وعلى سبيل المثال يمكنك استخدام القماط لتخفيف ألم طفلك عندما يتم أخذ عينة من دمه، حيث يساعد القماط على ترك إحدى قدميه خارج القماط لأخذ عينة الدم منها بينما يظل باقي جسمه مغطى بشكل مريح.



خفض الملامسة التي تسبب الإجهاد للطفل

- قد يبدي بعض الأطفال ولا سيما الخدج منهم ردة فعل تبيّن انزعاجهم من الملامسة الناعمة والتربيت الرقيق. لذلك حاولي تجنب استخدام هذا النوع من الملامسة، واطلبي من الممرضات أو معالجي طفلك اقتراحات بشأن أفضل الطرق لتهدئة طفلك باللامسة.
- في بعض الأحيان لا يحب الأطفال لمس بطنهم أو صدرهم لذا انتبهي إلى ردة فعل طفلك للملامسة وتجنبيها إذا زاد انزعاجه منه.

وضعية الشرنقة (Nesting) هي عبارة عن إحاطة الطفل داخل حدود تشبه العش. تمنح هذه الوضعية الطفل الشعور بوجود حدود مادية تعمل كدعامة له، كما تساعد على الحد من حركة الطفل الزائدة وتثبيت طاقته؛ لكن احذري من وضع طفلك في 'شرنقة' تقيد حركته. يمكنك استخدام هذه الوضعية عندما يكون طفلك مستلقياً على ظهره أو جانبه أو بطنه، كما ويمكن استخدام وسائل مساعدة على وضع الطفل في وضعيات معينة. سوف توضح لك ممرضات طفلك كيفية القيام بذلك. وينبغي أن تستخدم في وضعية 'الشرنقة' في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة فقط حيث يكون طفلك تحت المراقبة المستمرة، ولا ينبغي أبداً استخدامها في المنزل.

على سبيل المثال، يمكن وضع طفلك في 'شرنقة' عند خضوعه لإجراء طبي مؤلم، مثل وضع قنية (أي أنبوب للتسريب الوريدي) في وريد في يده أو قدمه.

ملامسة الجلد للجلد

يتم إجراء حمل الطفل وملامسة الجلد للجلد (يطلق عليه **وضعية رعاية الكنغر**) بضمّ الطفل إلى صدرك وتحت ثيابك بحيث يلامس جلده جلداً. وقد أثبتت هذه الوضعية أن الأطفال يهدأون بسرعة بعد خضوعهم لإجراء طبي مؤلم، وهي أيضاً طريقة جيدة لمنع الأطفال من الانزعاج أثناء إجراءات أخذ الدم.



وضعية ضم الطفل باليدين يمكنك القيام بذلك بوضع إحدى يديك تحت رأسه ثم وضع يدك الأخرى على ظهره أو مؤخرته. حافظي على يديك في مكانهما طالما كان ذلك مريحاً لك ولطفلك ثم اسحبي يديك برفق من تحت رأسه وظهره. وهناك طريقة أخرى للقيام بذلك وهي مسك ذراعيه ورجليه وضمهما برفق إلى جسمه.

قد تهدئ هذه الوضعية من روع الطفل بعد خضوعه لإجراء طبي مؤلم.



وقد تفيد القراءة أيضاً بإلهاء طفلك أثناء خضوعه لإجراءات أخذ الدم، إذ تشجعه على النظر إليك والتركيز على صوتك المسكّن والشعور بلمساتك المهدئة في نفس الوقت. وعليك التحقق من عدم شعور طفلك بإجهاد شديد من كل هذه الوسائل بالقيام أولاً بتجربة كل وسيلة على حدة (اللمس والنظر والصوت).



التهدئة الفموية

المصّ

يمكن أن يتعلم الطفل تهدئة نفسه بمص أحد أصابعه أو إحدى يديه أو البرّازة (المصاصة). وربما تكوني سمعت بتسمية هذا النوع من التهدئة "المص غير المغذي" ولكنه طريقة فعالة جداً لمساعدة الأطفال على تحمّل الألم أو الإجهاد. يمكنك مساعدة طفلك على تعلّم مهارة التحمّل هذه بمساعدته على إيصال يده إلى فمه أو بتقديم البرّازة له. ويعدّ تقديم البرّازة لطفلك قبل خضوعه للإجراءات الطبية المؤلمة وأثناءها وبعدها طريقة جيدة جداً للمساعدة على منع حصول الألم أو تخفيف شعوره به. ولن يؤثر تقديم البرّازة لطفلك عندما يخضع لإجراء طبي مؤلم على رضاعته الطبيعية.

وتساعد هدهدة الطفل بلطف على تهدئته عندما يكون بصحة تسمح بإخراجه من الحاضنة. عليك تقييد طفلك (راجعني الصفحة السابقة) أو حمله بحيث يلامس جلده جلدك مع دعم رأسه جيداً. وقد تكون الهددة أكثر نفعاً في تهدئة طفلك بعد خضوعه لإجراء طبي مؤلم، إذ ينجم عن حركة الهددة الطبيعية والسلسة تهدئة ثابتة غالباً ما تساعد الأطفال على النوم. ومع مرور الوقت سوف تجددين أنت وطفلك إيقاع الهددة المناسب لكما.

الصوت

يساعد صوتك المهدئ على تهدئة طفلك عند التحدث إليه. قولي لطفلك ما يحصل من حوله وما تفعليه لمساعدته. لن يفهم طفلك ما تقولينه ولكن صوتك سيمنحه شعوراً بالطمأنينة وسوف يشتت انتباهه. قد تعمل الذئذنة أو الغناء الهادئ على تهدئة طفلك أيضاً، كما ويمكن أن تكون القراءة مهدئة لطفلك لأنه يستمع إلى صوتك.

تساعد القراءة لطفلك على التقارب مع طفلك ونشوء ترابط عاطفي بينك وبينه وتقليل إجهاده بسبب تواجده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة، كما يمكن أن تساعد على نموه الذهني. وخلال الأشهر القليلة الأولى بعد الولادة يستجيب طفلك لصوتك، وتساعدك القراءة على التواصل مع طفلك بطريقة إيجابية وتوفر له إحساساً بالتقارب وأنه في جوّ عادي في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة. وتثير القصص والقصائد التي لها إيقاع جميل عند قراءتها بصوت عالٍ استجابة مهدئة لدى الأطفال.



ومن الوسائل التي يمكنك استخدامها لمساعدة طفلك على تعلم مص البُرّازة:

- تمسيد جانب فم طفلك برفق لحين أن يفتحه؛ لا تدخلي البُرّازة في فمه إذا لم يكن مفتوحاً.
- مسك يديّ طفلك وضّمّهما تحت ذقنه أو وجهه.

حليب الأم والرضاعة الطبيعية

يمكن أن تساعد قطرة صغيرة من حليب الثدي على لسان الطفل على تهدئته بسرعة بعد خضوعه لإجراء طبي، ولكن نظراً لأن حلاوته ليست بحلاوة الماء المحلى فلن يكون له غالباً ذات التأثير القوي. إذا كان طفلك قادراً على الرضاعة الطبيعية، فإن ذلك قد يكون فعالاً جداً لأنه يمنح طفلك ما يحتاجه لتهدئته، أي اللمس والرائحة والصوت بالإضافة إلى التنوُّق.

الطعم الحلو

إن إعطاء الطفل كمية صغيرة من الماء المحلى بالسكر (السكروز) على طرف لسانه أو داخل خده قبل خضوعه لإجراء طبي مؤلم، كأخذ عينة من الدم مثلاً، يساعد على تهدئته بسرعة. سوف تعطي الممرضة طفلك هذا الماء المحلى، وقد يفيد إعطاء طفلك البُرّازة في نفس الوقت.



الفصل الثاني

كيف يمكن اكتشاف معاناة الأطفال الرضع من الألم

علامات الألم

سيقدم لك هذا القسم معلومات عن الطرق التي يمكنك بها مساعدة طفلك على الشعور بقدر أكبر من الراحة ومعرفة ما إذا كان يعاني من الألم.

كيف يمكن معرفة ما إذا كان طفلك الرضيع يعاني من الألم

يستجيب كل شخص للألم ويعبر عنه بشكل مختلف عن الآخر. وهذا ما يقوم به طفلك أيضاً، إذ لا يبدي جميع الأطفال الرضع سلوكاً معيناً أو علامة معينة عامة لدى جميع الأطفال تنل على إصابتهم بالألم. لكن كونك والدة، سوف تتعرفين على طفلك، وسوف تصبحين مع مرور الوقت أكثر الأشخاص قدرة على معرفة ما إذا كان طفلك يعاني من الألم. وعلامات الألم المدرجة أدناه هي بعض العلامات التي يمكن أن تلاحظها لدى الأطفال حديثي الولادة الذين يتمتعون بصحة جيدة. وقد لا يبدي طفلك أي علامة من هذه العلامات إذا كان مريضاً جداً أو كان قد ولد قبل أوانه، بل قد يبقى ساكناً جداً أو قد يصبح جسمه مرتخياً أو متيبساً.

ومن المهم أن تتذكر أن الأطفال قد يبدون بعض السلوكيات نفسها عندما يكونون منزعجين، ولكن لا يوجد سبب للظن بأنهم يعانون من الألم. إذا لم تكوني متأكدة مما إذا كان طفلك يعاني من الألم، فعليك أن تطرحي على نفسك هذا السؤال: هل هذا الشيء يؤلمني؟ إذا كانت الإجابة بنعم، فمن المرجح أن يؤلم طفلك أيضاً.



البكاء

البكاء هو الطريقة الرئيسية التي يخبرنا بها الأطفال أنهم بحاجة إلى انتباهنا. وسوف تتعلمين التمييز بين بكاء الطفل عندما يكون جائعاً أو عندما يكون حفاضه متسخاً وبين بكائه عندما يعاني من الألم. وعندما يبكي طفلك نتيجة ألم مفاجئ يبكي بحدة شديدة ويكون بكأؤه على شكل دفعات قصيرة وبصوت مرتفع. ولكن إذا استمر الألم لفترة طويلة، قد يصبح بكأؤه أضعف وأقل تكراراً. وإذا كان الطفل يستخدم جهاز التنفس الاصطناعي، قد لا تتمكنين من سماع صوت بكائه لأن أنبوب التنفس (الأنبوب داخل الرغامى) يمنع الطفل من إصدار أي صوت، ولكن يظل بإمكانك أن تعرفي ما إذا كان يبكي من التغيرات التي تطرأ على تعابير وجهه. كما قد يكون بكاء الطفل المريض أو الخديج ضعيفاً.

تعبير الوجه

يمكنك عادةً معرفة أن الطفل يتألم من خلال ملاحظة وجهه، فغالباً ما ترسم "تعبير الألم" على وجه الطفل المتألم، بحيث يزمّ عينيه ويقطبّ جبينه وتظهر ما بين أنفه وزاويتي فمه تجاعيد عميقة، وغالباً ما يفتح فمه واسعاً على شكل مربع، ويقوّس لسانه.

حركات الطفل

بيدي الطفل عادةً ردة فعل للإجراءات الطبية المؤلمة التي يخضع لها وذلك بازدياد حركات ذراعيه ورجليه أو هز جسمه أو شدّ قبضتي يديه أو بسط أصابعه وتيبسها (فلطحها). وإذا كان ألم الطفل شديداً، قد تصدر عنه حركات انتفاضية أو يصبح جسمه متيبساً أو مرتخياً.

تغيير أنماط النوم والرضاعة

قد يعاني الطفل عند شعوره بالألم من اضطراب في النوم ويستيقظ مراراً أكثر، أو قد يستغرق في النوم وعندما يستيقظ يغلب عليه الشعور بالنعاس. وقد يكون أيضاً متعباً جداً أو

مستاءً جداً بحيث لا يمكن إرضاعه أو يطلب الرضاعة باستمرار دون أن يبدو عليه الشبع.

مقاييس تصنيف الألم

من المهم التذكّر أن كل هذه العلامات تظهر بشكل طبيعي في الأحيان التي لا يشعر فيها الأطفال بالألم، إلا أن ما يشير إلى أن الأطفال يعانون من الألم هو كثرة هذه العلامات ووقت حدوثها ونمطها. وبحكم أن كلّ طفل يختلف عن الآخر فإن معرفة ما إذا كان الطفل يعاني من الألم يتطلب الملاحظة الجيدة والتحري بعناية. سوف تقوم الممرضة بإجراء تقييم الألم لدى طفلك وتصنيفه وبناءً على النتيجة تعمل على تنفيذ الإستراتيجيات المناسبة. ويمكنك بكل ترحاب المساهمة في هذا التقييم.

يتم تدريب الممرضات والأطباء على اكتشاف علامات الألم عند الأطفال المرضى، وقد يستخدمون مقاييس تصنيف للألم للمساعدة في قياس الألم عند الأطفال. وتعتمد هذه المقاييس على العلامات المذكورة أعلاه وعلامات جسدية أخرى، مثل معدل ضربات القلب والتنفس وضغط الدم ومستويات الأكسجين.



ممرضة تقوم بتقييم الألم

الفصل الثالث

ما هو الألم وكيف يؤثر على الأطفال الرضع؟

ما هو الألم؟

يتكون الجهاز العصبي من شبكة من الأعصاب تتيح للجسم القيام بالعديد من الأمور كتنظيم المعلومات وإرسال التعليمات إلى أجزاء الجسم والتنفس والتفكير والشعور والإحساس، بما في ذلك الشعور بالألم.

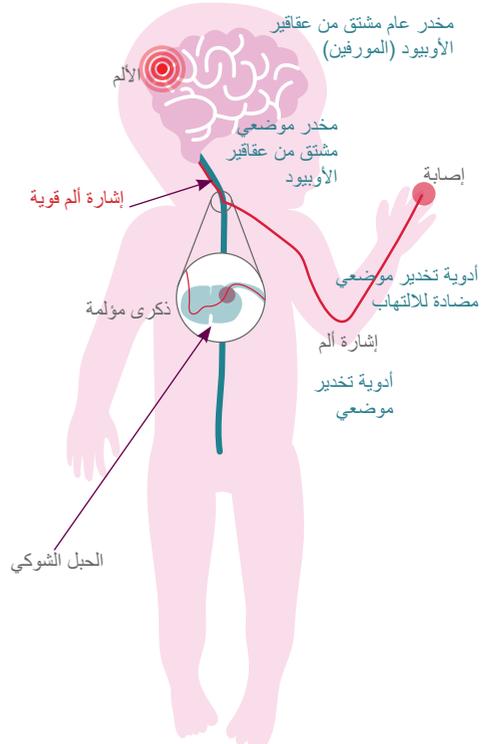
وينتج الألم عادة عن التعرض لإصابة أو أضرار أخرى في الجسم، وهو الوسيلة التي يحذر بها الجسم من وجود خلل ما. ويمكن أن تكون درجة الألم خفيفة، وتسمى غالباً انزعاج، أو يمكن أن تكون شديدة جداً.

وقد ساعدتنا البحوث على فهم كيفية حصول الألم ووظيفته. فعلى سبيل المثال، عندما نلمس شيئاً ساخناً، تحفز مواد كيميائية في الجلد التالف على إصبعنا خلايا عصبية خاصة لإرسال رسائل إلى النخاع الشوكي وإلى الدماغ. وعندما تصل رسالة الألم إلى النخاع الشوكي، نبعد أيدينا تلقائياً. وردة الفعل الانعكاسية هذه هي الوسيلة التي يحمينا بها جسمنا من إصابة أكبر. ولا نشعر بالألم ونصرخ "أخ" إلا عندما تصل رسالة الألم إلى الدماغ.

هذا ولا تصل كل رسائل الألم إلى الدماغ، ففي بعض الأحيان يمكن أن تصد الأعصاب التي تحمل رسائل غير رسائل الألم، كاللمس مثلاً، رسائل الألم في الحبل الشوكي. وهذا هو سبب سكون الألم أحياناً عندما نفرك موضع الألم أو الموضع المجاور له. كما تصد المواد الخاصة التي يفرزها الدماغ رسائل الألم وتتيح تجاهل الألم لفترة قصيرة. وخير مثال على ذلك هو عدم الشعور بالألم عند التعرض لإصابة في مباراة رياضية إلا بعد انتهاء المباراة.

يتضمن هذا القسم معلومات عن الألم وسبب ضرورة محاولة العمل على تخفيفه لدى الأطفال الرضع. ويتضمن القسم التالي معلومات عن الطرق التي يمكنك بها مساعدة طفلك على الشعور بقدر أكبر من الراحة والطرق التي يمكنك بها مساعدة طفلك من خلال مشاركتك بشكل أكبر في رعايته.

قد تتبادر إلى ذهنك بعد قراءة هذا الكتيب أسئلة إضافية. يمكن لممرضات طفلك وأطبائه مساعدتك في العثور على إجابات لأسئلتك، لذا يرجى طرحها عليهم.



ما السبب الذي يحتم علينا تسكين الألم لدى الأطفال الرضع

ما زلنا في بداية الطريق فيما يتعلق بمعرفة تأثير الألم الذي يصيب الطفل في المراحل المبكرة من حياته على نموه في المراحل اللاحقة منها، وما زال هناك العديد من الأمور التي نجهلها. وعلى الرغم من استمرار نمو الجهاز العصبي للأطفال أثناء فترة رعايتهم في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة، فإننا نجهل حتى الآن ما إذا كانت هذه الرعاية تمنحهم بعض الحماية أم أنها تزيد من احتمال تعرضهم لمشاكل في مراحل لاحقة من حياتهم. وإليك بعض النتائج التي خلصت إليها الأبحاث العلمية في هذا المجال:

التأثيرات المؤقتة للرعاية في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة

عادةً ما تؤدي "ردة فعل الإجهاد" الطبيعية للجسم نتيجة تعرضه لإصابة مؤلمة إلى تسارع معدل ضربات القلب والتنفس وزيادة ضغط الدم وتدفق الدم إلى العضلات وانخفاض تدفق الدم إلى الأمعاء. ويمكن أن تسبب ردة الفعل هذه ضرراً للطفل المريض الذي قد يتعذر عليه تحمّل معدل الإجهاد الإضافي الذي يتسبب به الألم.

وقد يحتاج الأطفال الذين يعانون من ألم شديد إلى عناية مركزة إضافية كالمساعدة على التنفس أو التحكم في ضغط الدم. ومع الوقاية الجيدة من الألم وعلاجه، يمكن أن يستهلك الأطفال كل طاقتهم من أجل التماثل للشفاء والنمو.

وفي أحيان أخرى، تعمل المواد الموجودة في الدماغ والحبل الشوكي على تقوية رسائل الألم ونتيجة لذلك يشعر بالألم أشدّ. ويمكن أن تحفّز مشاعر معينة، كالقلق النفسي أو الخوف، هذه المواد وتجعل الألم أشدّ. وتتوقّف الطريقة التي يصدّها الدماغ رسائل الألم على أمور عديدة مثل: مدى سوء الإصابة أو تجاربنا السابقة مع الألم، ما نفكر به، والمشاعر التي نتناوبنا.

حقائق جديدة عن الألم عند الأطفال الرضع

لقد اكتسبنا في السنوات العشرين الماضية معرفة كبيرة عن كيفية شعور الأطفال بالألم. قبل ذلك كان اعتقادنا السائد غالباً أن الأطفال الرضع لا يشعرون بالألم أو أنهم يشعرون به بدرجة أقل من الأطفال الأكبر سناً أو البالغين. أما الآن فأصبحنا نعلم أن الأطفال يشعرون بالألم حتى وإن ولدوا قبل أوأنهم.

وإليك بعض الحقائق التي نعرفها الآن:

- يتطور الجهاز العصبي في وقت مبكر من الحمل مما يعني أن الأطفال الذين يولدون قبل 3 أشهر من موعد ولادتهم سوف يكونون قادرين على الشعور بالألم.
- يمكن أن يشعر الأطفال بالألم بنفس القدر الذي يشعر به الكبار وربما بدرجة أكبر، لأن النهايات العصبية للطفل أقرب إلى سطح جلده مما يجعله أكثر حساسية للمس.
- يتعذر على الأطفال الرضع بحكم أن جهازهم العصبي قيد النمو حجب رسائل الألم بنفس الطريقة التي يستطيع بها الكبار القيام بذلك، مما يجعل الأطفال أكثر حساسية للألم.
- لا يمكن لأي شخص (سواء كان طفلاً رضيعاً أم شخصاً بالغاً) أن "يعتاد" على الألم؛ ونوبات الألم المتكررة يمكن أن تكون مجهدة جداً للأطفال الرضع.
- يستجيب الأطفال جيّداً لمجموعة من علاجات الألم التي يمكن أن تساعد على تماثلهم للشفاء.

من المسؤول عن الحفاظ على راحة الأطفال الرضع؟

تسكين الألم بالحفاظ قدر المستطاع على الهدوء في المحيط الذي يتواجد فيه طفلك الرضيع وباللمسات المهدئة له وإعطائه مسكن للألم إذا لزم الأمر.

تثقيف الوالدين بشأن الألم وكيفية تسكينه بمساعدتك على تعلم كيفية معرفة ما إذا كان طفلك يعاني من الألم وأفضل طريقة لتهدئته.

دعم الوالدين بالإصغاء إلى أية مخاوف قد تكون لديكما بشأن الألم الذي يعاني منه طفلكما، وأخذ تلك المخاوف على محمل الجد ومساعدتكما على التعامل مع الضغوط التي تترتب على وجود طفل مريض لديكما.

على عاتق من تقع مسؤولية الحفاظ على راحة الأطفال الرضع والمساعدة على تسكين الألم لديهم؟ الجواب هو أن المسؤولية تقع على عاتق الجميع، حيث يلعب الأطباء والمرمضات والمعالجون والوالدون جميعاً أدواراً مهمة في الحفاظ على راحة الطفل الرضيع بما في ذلك منع معاناته من الألم واكتشاف ما إذا كان يعاني من الألم والعمل على تسكين ألمه.

يمكن للممرضات والأطباء والمعالجين المساعدة من خلال:

منع حصول الألم بالقيام فقط بالإجراءات الطبية اللازمة لتمتثل الطفل للشفاء، أو بتحصير الطفل بحيث يكون مرتاحاً قدر الإمكان قبل خضوعه لأي إجراء طبي، أو بإعطائه دواء لمنع الشعور بالألم.

اكتشاف علامات الألم بالبحث عن علامات الألم لدى الطفل بصورة منتظمة. وقد يلجأ الأطباء والممرضات إلى استخدام مقاييس تصنيف الألم لمساعدتهم على معرفة مقدار الألم الذي يعاني منه طفلك.



دور الوالدين:

ومع مرور الوقت، سوف يشعر الوالدين براحة أكبر للتحدث مع الممرضات والأطباء بشأن رعاية طفلهم، وقد ينتابهما القلق على الأخص بشأن الطريقة التي يمكنهما بها المساعدة عندما يخضع طفلهم لإجراء طبي. وقد خُصت البحوث العلمية إلى أن بعض الوالدين يريدون التواجد مع طفلهم عندما يخضع لإجراء طبي يحتمل أن يسبب ألماً له، في حين يفضل البعض الآخر عدم التواجد مع طفلهم ولكنهم يرغبون بالمساعدة على تهدئته بعد ذلك.

يرجى إخطار الممرضات والأطباء بمشاعرهما، واحرصا أيضاً على إخبارهم عندما يطرأ أيّ تغيير في مشاعرهما أو برغبتكما بالمساعدة بشكل أكبر (أو أقل).

للوالدين دور مهم جداً في الحفاظ على راحة طفلهم الرضيع لأنه مع مرور الوقت ستصبح لديكما خبرة في فهم تصرفات طفلكما. كما وتساعد مشاركتكما في تهدئة طفلكما بمجرد أن يصبح باستطاعتكما ذلك. ويمكنكما المشاركة من خلال معرفة علامات الألم لدى طفلكما والمساهمة في القرارات المتعلقة بكيفية تخفيف الألم لديه. ويجب أيضاً عدم التردد في طرح الأسئلة والتعبير عن الآراء أو الأفكار وإن لم يُطلب منك ذلك.

وبعدّ هذا من الأمور الجديدة بالنسبة للعديد من الآباء والأمهات الذين سبق أن رزقوا بأطفال ولجميع الآباء والأمهات الجدد.



الفصل الرابع

ماذا أفعل إذا شعرت بأن إجراءات تخفيف ألم طفلي الرضيع غير كافية؟

شخص يدافع عن حقوق شخص آخر ويتكلم باسمه. لذا يحقّ لك ومن واجبك التأكد من ملاحظة الطاقم الطبي للآلم الذي يشعر به طفلك والعمل على تسكينه، وقد يعني هذا أنك قد تحتاجين إلى التحدث إليهم نيابة عن طفلك. وسوف ترخّب الممرضات والأطباء والمعالجون بأرائك ومقترحاتك بشأن تخفيف الآلم لدى طفلك، فأحرصى على إبلاغ أحد أفراد الطاقم الطبي إذا لاحظت عدم جدوى وسائل تخفيف الآلم المستخدمة.

وأنسب شخص يمكن التحدث إليه أولاً هو إحدى ممرضات طفلك، فهؤلاء الممرضات يقضين معظم الوقت معه. وإذا

قد يظنّ والدا الطفل حديث الولادة أنهما قادران على معرفة متى يعاني طفلهما من الآلم. إن وجود طفلكما في وحدة العناية الفائقة قد يسبب له بعض الآلم، وقد تكون هذه التجربة عصبية عليكما لذا نرجو ألا تكتبنا مشاعركما والبوح ببواعث قلقكما ومخاوفكما للممرضات والأطباء وطرح ما يتبادر إلى ذهنكما من أسئلة عليهم، إذ أنهم قادرون على مساعدتكما على تجاوز هذه المشاعر وعلى إيجاد السبل التي تساعدكما على مساعدة طفلكما الرضيع والشعور بالرضى عن دوركما كوالدين.

الآباء والأمهات هم مناصرو أطفالهم الرضّع، والمناصر



شعرت أنّ الممرضة لم تولي مخاوفك الانتباه أو التصرف حيالها، فعليك التحدث مع مدير(ة) الممرضات أو طبيب طفلك أو اختصاصي التمريض (Nurse Practitioner) أو موظف الخدمات الاجتماعية (Social Worker). وإذا كانت لا تزال لديك مخاوف، فعليك التحدث مع شخص من المستشفى، مثل "صديق المرضى" (Patient Friend) (المدافع عن حقوقهم) أو أحد المسؤولين الإداريين في المستشفى.

وإليك بعض النصائح العامة بشأن الحرص على الحصول على المعلومات التي تحتاجينها عن رعاية طفلك:

- دَوّني الأسئلة التي تريدين طرحها بمجرد تبادرها إلى ذهنك، إذ يتعذر أحياناً تذكّر كل شيء بدون قائمة.
- إذا كنت بحاجة إلى مزيد من المعلومات بلغتك، اطلبي من الممرضات أو الطبيب تأمين مترجم شفهي لك.
- إذا لم تفهمي الإجابة على سؤال طرحته، اطرحيه مجدداً. قد يتمكن شخص آخر من طاقم الرعاية توضيح الإجابة لك بطريقة مختلفة.
- خذي قسطاً من الراحة إذا كنت تعتقدين أنه لا يمكنك استيعاب المزيد من المعلومات. قد تصبحين قادرة على استيعاب المعلومات أو فهم الأمور بشكل أفضل في غضون يوم أو يومين.

لا تقلقي بشأن طلب تكرار المعلومات عدة مرات، فالطاقم المشرف على رعاية طفلك الرضيع يدرك بأنك تتلقين الكثير من المعلومات ولا يتوقع منك أن تتذكرها كلها. ولذا عليك أن تطلبي منهم تكرار أية معلومات لك أو إعطائك المزيد من المعلومات متى احتجت إلى ذلك.

الفصل الخامس

الأدوية المستخدمة لتخفيف الألم

ويشعر البعض بالقلق من احتمال أن يسبب إعطاء هذه الأدوية للأطفال مشاكل لهم في وقت لاحق من حياتهم. إلا أننا لا نعرف إلا النزر القليل عن هذا الأمر، ومن المحتمل أن تكون مخاطر عدم علاج الألم لدى الطفل أسوأ من مخاطر إعطاء الأدوية المسكنة له. فضلاً عن ذلك فإن الممرضات والأطباء لن يعطوا طفلك جرعات أكبر مما يحتاج إليه من مسكنات الألم القوية لتخفيف ألمه.

كذلك نعلم أنه عند استخدام المورفين أو الفنتانيل لفترة طويلة، أي أكثر من أسبوع، يمكن أن يعتاد الجسم على الدواء ويمكن أن يعاني المريض من أعراض الانقطاع عنه كالعصبية أو صعوبة الاستقرار عندما يتم تقليل جرعة الدواء بسرعة كبيرة أو إيقافه فجأة. للحيلولة دون حصول ذلك يقلل الأطباء من هذه الأدوية ببطء ويراقبون طفلك لاكتشاف أية ردود فعل لديه.

أسييتامينوفين (باراسيتامول)

يعدّ الأسييتامينوفين مفيداً لتسكين الألم الخفيف والموجع الذي تتراوح حدته ما بين الطفيفة إلى المتوسطة، ويُعطى في أغلب الأحيان عن طريق الفم (في أنبوب التغذية) أو على شكل تحميلة في الشرج.

تستخدم الممرضات والأطباء أحياناً الأدوية لتسكين ألم طفلك الرضيع. ويمكن إعطاء الطفل هذه الأدوية أما عن طريق الفم (أنبوب التغذية) أو عن طريق التنقيط (التسريب) بالوريد. وبالرغم من أن جميع الأدوية لها فوائد إلا أن لها بعض المساوئ أيضاً. ولذا قد يفضل كل طبيب يعمل في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة أدوية مختلفة عن الأدوية التي يستخدمها طبيب آخر. وتوجد أدناه قائمة ببعض الأدوية شائعة الاستخدام؛ وسوف يخبرك أطباء وممرضات طفلك عن مسكنات الألم التي قد يستخدمونها إذا عانى طفلك من الألم. وعلى الرغم من أن طفلك قد يُعطى مسكنات للألم، إلا أنه يظل بحاجة إلى جوّ هادئ وإلى لمسائك المهدئة.

الأدوية المخدّرة (المورفين والفنتانيل)

لهذه الأدوية مفعول قوي ولا تُستخدم إلا بكميات صغيرة للأطفال الذين يعانون من ألم مستمر. ويعدّ المورفين والفنتانيل الأكثر استخداماً في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة. وتعمل هذه الأدوية على تقليل رسائل الألم المرسل إلى الدماغ وتغيير طريقة تفاعل الدماغ مع هذه الرسائل. ويمكن استخدامها للألم الشديد أو لمنع الألم أثناء الإجراءات الطبية أو لتخفيف الألم بعد الجراحة، ويتم إعطاؤها في الغالب من خلال أنبوب صغير يوضع في وريد طفلك. ويمكن أن يساعد كلا الدوائين على تهدئة طفلك إذا كان يستخدم جهاز التنفس. ويعمل كل من الدوائين بشكل مختلف قليلاً عن الآخر وقد تتفاوت الاستجابة لهما من طفل لآخر. وهذه الأدوية فعّالة جداً في تخفيف الألم الشديد ولكن يمكن أن يكون لها آثار جانبية مثل خفض ضغط الدم ومعدل التنفس، أو النعاس، أو الإمساك. وقد يقوم الطبيب بتغيير الدواء إذا ظهر على طفلك أي من هذه الأعراض.



الأدوية المضادة للالتهابات

يمكن إعطاء الأيبوبروفين أو الإندوميثاسين لبعض الأطفال للمساعدة على إغلاق قناة شريانية مفتوحة. وتعمل هذه الأدوية أيضاً على تخفيف الألم الناتج عن الالتهاب، ولكن يتم استخدامها بحذر.

أدوية أخرى

يمكن أيضاً إعطاء المهدئات العصبية (ميدازولام) لمساعدة الطفل على النوم والهدوء أو لكبح حركته عند خضوعه لإجراء طبي معين. وليس لهذه الأدوية مفعول مسكن من الألم، لذلك قد تعطي الممرضات والأطباء طفلك أدوية إضافية مسكنة للألم أيضاً.

التخدير الموضعي

ويمكن إعطاء أدوية مُرخية للعضلات للمساعدة على إبقاء طفلك دون حراك عند استخدامه جهاز التنفس الاصطناعي. وليس لهذه الأدوية مفعول مسكن من الألم، لذلك قد تعطي الممرضات والأطباء طفلك أدوية إضافية مسكنة للألم أيضاً.

يتم استخدام التخدير الموضعي لتخدير الجلد. ويمكن إعطاؤه بشكل كريم لمنطقة صغيرة أو بواسطة إبرة لتخدير منطقة أكبر من الجسم (كالتخدير النصفي أو تخدير العصب). ويُستخدم التخدير الموضعي في إجراءات طبية معينة.



ممرضتان تتفقدان الأدوية قبل إعطائها للطفل

شكر وتقدير

تم إعداد محتوى هذا الكتيب من ضمن مشاريع بحثية مدعومة جزئياً بتمويل من مؤسسة Bliss الخيرية للرعاية الخاصة بالأطفال الرضع الكائن مقرها في العاصمة البريطانية لندن، ومنظمة March of Dimes بالولايات المتحدة الأمريكية وكلية التمريض بجامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو ومستشفى Benioff للأطفال التابع لجامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو.

وقد أعطى العديد من اختصاصيي العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة من جميع أنحاء العالم بسخاء نصائح تستند إلى خبراتهم عند مراجعتهم المسؤلات المتعددة لهذا الكتيب، كما فعل العديد من الوالدين المهتمين الذين تمت رعاية أطفالهم في وحدات العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة في المملكة المتحدة والولايات المتحدة.

قامت بمراجعة النسخة العربية من هذا الكتيب وتفتيحتها الدكتورة Priya Govindaswamy و Linda Kaye Spence AM بإذن من الدكتورة Linda Franck. وتمت ترجمة هذا الكتيب بواسطة خدمة الترجمة الخطية التابعة لمنطقة غرب سيدني الصحية المحلية، بدعم من مركز Grace لرعاية الأطفال حديثي الولادة ومستشفى الأطفال في ويستميد. شكراً لكم جميعاً.

الموارد

تتوفر الموارد التالية التي تتضمن المزيد من المعلومات المفيدة عن ردود فعل الأطفال حديثي الولادة للإجهاد والآلم.



شريط فيديو باللغة العربية

<https://www.youtube.com/watch?v=YMbHcjHCxn8>

أشرطة فيديو باللغة الإنكليزية

تخفيف الآلم لدى الأطفال حديثي الولادة:

<https://www.youtube.com/watch?v=L43y0H6XEh4&feature=youtu.be>

تخفيف الآلم لدى الأطفال الرضع أثناء تلقفهم لقاحتهم:

<https://www.youtube.com/watch?v=FrKmAth4ZGc&feature=youtu.be>

شريط فيديو عن تهدئة الطفل أثناء إجراء طبي له:

<https://www.youtube.com/watch?v=lpZNwP7bnkg&feature=youtu.be>

المؤسسة الأوروبية لشؤون رعاية الأطفال حديثي الولادة

www.efcni.org

تم إعداد هذا المورد اعتماداً على خبرات الآباء والأمهات وهو موجه للآباء والأمهات واختصاصيي الرعاية الصحية. وقد تمت كتابة مجموعة من المعايير للاستشارة بها بشأن آلم الأطفال وإجهادهم في وحدات العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة. وقامت شبكة عموم أوروبا التي تضم ممثلين عن الآباء والأمهات واختصاصيي الرعاية الصحية بوضع المعايير الأوروبية للرعاية الصحية للأطفال حديثي الولادة،

<https://newborn-health-standards.org/> standards/standards-english/care-procedures/support-during-painful-procedures-and-pain-assessment/ المعايير معالجة التفاوت في تقديم خدمات الرعاية وجودتها في البلدان الأوروبية والعالم أجمع.

الأطفال زينة الحياة الدنيا (Life's little Treasures)

<https://lifeslittletreasures.org.au/> هذا المورد مكرس لدعم العائلات التي ولد لها طفل خديج أو مريض، حيث يقدم للوالدين ما يحتاجونه من توعية للحصول على أفضل النتائج الممكنة لأطفالهم كما يمكنهم من لعب دور المناصر لحقوق أطفالهم.

الأطفال المعجزة (Miracle Babies)

<https://www.miraclebabies.org.au/> يساعد هذا المورد على توجيه الوالدين والعائلات أثناء فترة الحمل عالي الخطورة، ويوفر الدعم والإرشاد للوالدين الذين ولد لهم طفل خديج أو مريض، كما ويعمل على تعزيز ثقمتهم ويمنحهم العزيمة في فترة تواجد طفلهم في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة.

المركز الأسترالي للأسبوي للتدريب التابع لبرنامج الرعاية وتقييم النمو الفردي للأطفال حديثي الولادة (NIDCAP)

<https://www.schn.health.nsw.gov.au/professionals/learn/nidcap> على تحسين تجارب الأطفال حديثي الولادة وذويهم من خلال تقديم التوعية والدعم المنظم الخاص برعاية النمو العصبي للأطفال وتقديم الدعم لاختصاصيي الرعاية الصحية العاملين في وحدات العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة.

تم تقييم مدى فائدة هذا الكتيب في مساعدة الوالدين وطواقم رعاية الأطفال على تقديم رعاية أفضل للألم، ونُشر هذا التقييم في المقالات البحثية التالية:

المراجع:

Franck LS, Oulton K, Bruce E. Parental involvement in neonatal pain management: An empirical and conceptual update. J Nurs Scholar 2012 Mar; 44(1):45-54. doi: 10.1111/j.1547-5069.2011.01434.x

Murdoch M, Franck LS. Gaining confidence and perspective: A phenomenological study of mothers' lived experiences caring for infants at home after neonatal unit discharge. J Adv Nurs 2012 68(9):2008-2020. doi: 10.1111/j.1365-2648.2011.05891.x

Franck, LS, Oulton, K, Nderitu, S, Lim, M, Fang, S, Kaiser, A. Parent involvement in pain management for NICU infants: A randomized controlled trial. Pediatrics. 2011 Sep; 128(3):510-8. doi: 10.1542/peds

حقوق الطبع وشروط الاستخدام

حقوق الطبع

إن النسخة الإلكترونية ونسخة نسق PDF لكتيب "تهنئة طفلك أثناء الرضيع أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة"، بما في ذلك النصوص أو الرسوم التوضيحية أو المواد التصويرية أو التصميم أو الصور الفوتوغرافية أو أشرطة الفيديو أو المقاطع الصوتية الواردة فيه محمية بموجب حقوق الطبع. ويُسمح بتنزيل النسخة الإلكترونية ونسخة نسق PDF لكتيب "تهنئة طفلك أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة" لأغراض الاستخدام الشخصي غير التجاري فقط. وخلافاً لذلك يحظر صراحةً السماح بإعادة طبع هذا الكتيب أو نسخه أو إعادة نشره إلكترونياً أو استخدام أية مواد واردة فيه جزئياً أو كلياً ما لم يتم الحصول على موافقة خطية مسبقة من الدكتورة Linda S. Franck.

وللحصول على الموافقة الخطية يرجى الاتصال بالدكتورة Linda S. Franck على العنوان البريدي التالي: Dr. Linda S. Franck, Professor & Chair, Department of Family Health Care Nursing, University of California, San Francisco School of Nursing 2 Koret Way, N411F, Box 0606, San Francisco, CA 94143 أو على عنوان البريد الإلكتروني التالي: linda.franck@nursing.ucsf.edu.

شروط الاستخدام:

تتطلب شروط الاستخدام هذه على استخدام النسخة الإلكترونية ونسخة نسق PDF لهذا الكتيب "تهنئة طفلك أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة" وأية مواد واردة فيه. وبتنزيلك لهذا الكتيب الإلكتروني ونسخته بنسق PDF توافق على شروط الاستخدام التالية.

المعلومات والمواد الواردة في كتيب "تهنئة طفلك أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة" هي لأغراض تثقيفية ولتقديم المعلومات فقط ولا يعدّ شرح أي من المواضيع الطبية وغيرها من الموضوعات المتعلقة بالصحة بدلاً عن المشورة الطبية المتخصصة. وفي حين أن المؤلف قد حرصت كل الحرص على التأكد من أن المعلومات تتوافق مع المعارف الحالية عند إصدار الطبعة الأولى، فإن هذا لا يعفيك من مسؤولية اتخاذ قراراتك الخاصة المبنية عن دراية بعد التشاور مع اختصاصيين طبيين مربين. ولا يهدف محتوى "تهنئة طفلك أثناء وجوده في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة" إلى إعطاء تشخيص طبي أو المساهمة فيه، وينبغي عليك طلب المشورة من الأطباء المؤهلين واختصاصيي الرعاية الصحية قبل بدء أي علاج أو إيقافه. ويُنصح بملاحظة تاريخ التوقيع الموجود في الصفحات الأخيرة للوثائق، إذ أن التقدم المتواصل في المجالات العلمية والطبية وفي مجال الرعاية الصحية والتكنولوجيا وغيرها من المجالات ذات الصلة قد يبطل أو يعدّل الفائدة الإجمالية لمواد هذا الكتيب ودقته.

الترجمة الى العربية

منحت الدكتورة Linda Franck الإذن لشبكة مستشفيات سيدني للأطفال لترجمة محتوى هذا الكتيب إلى اللغة العربية، وتم استخدام فكرته ومحتواه الأصليين في الترجمة.

نبذة عن المؤلفة

كانت وظيفتي الأولى بعد حصولي على درجة البكالوريوس في التمريض عام 1980 في وحدة العناية الفائقة حيث كنت أقدم الرعاية للأطفال المرضى والحدج. وكان من غير المألوف حينذاك أن يتلقى هؤلاء الأطفال أبة أدوية مسكنة للألم حتى عند خضوعهم لعملية جراحية كبرى، وذلك لأن الرأي الطبي السائد كان أن هؤلاء الأطفال الرضع لا يشعرون بالألم أو ليس لديهم القدرة على تذكره، ولأن الأطباء كانوا يخشون الآثار الجانبية للأدوية. وأقضت مضجعي ملاحظتي اليومية لما بدا لي بأنه علامات واضحة على الألم وعدم معرفة كيفية المساعدة كثيراً أثناء عملي، مما دفعني إلى متابعة الدراسة للحصول لدرجات علمية وبحثية متقدمة في مجال طبي جديد وهو التحكم بالألم. ونشرت في منتصف ثمانينيات القرن الماضي واحدة من أولى الدراسات من نوعها على الإطلاق تتعلق بقياس ردة فعل الأطفال الرضع للألم الناتج عن وخز إبرة في الكعب. ومنذ ذلك الوقت، واصلت دراسة كيفية قياس ومراقبة وعلاج الألم عند الرضع والأطفال في المستشفيات وفي المنزل.



Linda S. Frank

وانصب التركيز الرئيسي لأبحاثي على مدار العقد الماضي على فهم الدور المهم جداً الذي يلعبه الوالدون في تهدئة أطفالهم وكيف يمكن للممرضات ومقدمي الرعاية الصحية الآخرين دعم الوالدين وإشراكهم بشكل أفضل بحيث يتلقى الأطفال باستمرار أفضل رعاية متاحة لهم لمنع حصول الألم أو تخفيفه لديهم. وهذا الكتيب هو حصيلة سنوات طويلة من الدراسة والخبرة التي اكتسبتها في العمل مع العديد من الأطفال الرضع وأسرها وطواقم الرعاية الصحية في وحدات العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة في الولايات المتحدة والمملكة المتحدة.

Kaye Spence الحائزة على وسام الشرف الأسترالي
اختصاصية وممرضة سريرية استشارية وبروفسورة مساعدة
مختصة ببرنامج الرعاية وتقييم النمو الفردي للأطفال حديثي الولادة
(NIDCAP). ولدى Kaye اهتمام بألم الأطفال حديثي الولادة
منذ عقود وأجرت العديد من الدراسات البحثية المتعلقة بالألم كباحثة
رئيسية أو مشاركة. وقد نُشرت أبحاثها على نطاق واسع في مجلات
علمية محكمة وشاركت في كتابة العديد من الفصول في كتب علمية.
ومن أهداف أبحاثها تقليل إجهاد الطفل الرضيع إلى الحد الأدنى
وإستخدام إستراتيجيات التهذنة الداعمة للطفل من خلال دعم الوالدين.



Kaye Spence AM
الحائزة على وسام الشرف
الأسترالي

Priya ممرضة مختصة بمجال التوعية والتثقيف في مركز
Grace لوحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة. تهتم
Priya بشكل خاص بتعليم التمريض وطرق إجراء البحوث في مجال
التمريض. تناولت أطروحة الدكتوراه التي أنجزتها Priya احتياجات
الوالدين الذين خضع أطفالهم لعملية جراحية كبرى لعلاج التشوهات
الخلقية في وحدة العناية الفائقة للأطفال حديثي الولادة وعوامل
الضغط التي مروا بها. وهي ملتزمة بدعم الوالدين في وحدة العناية
الفائقة للأطفال حديثي الولادة، وتشمل مجالات خبرتها التحكم بالألم
لدى الأطفال الرضع ودعم الآباء والأمهات في وحدة العناية الفائقة
للأطفال حديثي الولادة والمحاكاة متعددة التخصصات.



الدكتورة
Priya Govindaswamy PhD

