

طرق تهدئ مغص الرضع 4



الشارقة: راندا جرجس

تعتبر مشكلة المغص من أبرز المشكلات والحالات الطبيعية الشائعة التي يتعرض لها حديثو الولادة، وخاصة في الأشهر الثلاثة الأولى، وينجم عنها دخول الرضع في نوبات بكاء طويلة ومستمرة، وربما تصل إلى أكثر من ثلاث ساعات يومياً، وتتكرر في أغلب أيام الأسبوع.

تبدأ حالة المغص التي تصيب حديثي الولادة عادة من عمر أسبوعين، وتبلغ ذروة الإصابة بها في عمر ستة أسابيع، ويختفي هذا العرض المزعج من تلقاء نفسه عند بلوغ الطفل عمر ثلاثة إلى ستة أشهر.

لا توجد أسباب واضحة حتى الآن لمعاناة الرضع من آلام المغص المفاجئة التي تستمر أعراضها لأوقات طويلة في بعض الأحيان، ولكن تشير بعض النظريات إلى أنها تحدث نتيجة عدم نضج الجهاز الهضمي عند الطفل، وهو مازال في مرحلة التعود على كيفية العمل، ووجد البعض الآخر أن المغص يمكن أن ينجم عن عدم تحمل الطعام.

على الرغم من عدم وضوح أسباب حالات المغص التي تصيب حديثي الولادة، فإن هناك طرقاً طبيعية يمكن أن تساعد - في تهدئة هذه الآلام؛ حيث ينصح الأطباء والخبراء ببعض التدابير الوقائية، التي تتمثل في

1. الحرص على إطعام الأطفال الذين يعتمدون على الرضاعة الطبيعية عند الطلب، خاصة في الأشهر الثلاثة الأولى، أما الذين يشربون الحليب الصناعي المدعم بالحديد فهم يعانون من مغص أقل من أولئك الذين يشربون الحليب الصناعي غير المدعم بالحديد.
2. يجب توفير بيئة مهدئة لحديثي الولادة، عن طريق الحرص على تشغيل الموسيقى الهادئة، وتخفيف الأضواء.
3. يلعب حمل الأم للطفل في أوضاع مختلفة على الكتف أو الساق عند المعاناة من المغص دوراً كبيراً في تخفيف الآلام، وخاصة مع الضغط قليلاً على بطنه.
4. يمكن استخدام الزيوت العطرية لتقليل المغص، مع محاولة تدليك بطن الرضيع باستخدام زيت الزيتون الدافئ أو زيت جوز الهند، مع إضافة قطرة من الزيت العطري إلى جانب الزيوت الأساسية التي تعمل بشكل أفضل لمشاكل البطن والمغص، مثل عطر الزنجبيل والخزامى والبابونج واللافندر.