

5 أسباب لآلام البطن عند الصغار وعلاجها



الأربعاء 12 أبريل 2017 10:04 م

إليك أشهر أسباب آلام البطن لدى الأطفال الصغار، وأفضل طرق التعامل معها:

الإمساك والغازات

عادة ما يكون الإمساك والغازات من أكثر مسببات آلام البطن شيوعًا خصوصًا لدى الأطفال، ففي كثير من الأحيان يمضي الطفل يومين أو أكثر دون تبرز، ما يتسبب له في الشعور ببعض التقلصات في المعدة، وحتى إذا داوم طفلك على دخول الحمام، فهذا لا يعني إنه يتخلص تمامًا مما في معدته.

عادة ما يكون الأطفال أكثر عرضة لتكون الغازات منا نحن الكبار، وفي أحيان كثيرة تسبب لهم هذه الغازات الشعور بالألم، خاصة إذا كان الطفل يعاني من عدم القدرة على تحمل اللاكتوز.

في هذه الحالة، لا يعاني الطفل من أي أعراض أخرى بجانب هذه التقلصات.

كيف أتعامل مع هذه الحالة؟

احرصي على أن يحصل طفلك على قدر كافٍ من الألياف والسوائل مع تجنب الأكلات المسببة للإمساك، مثل الخبز والأرز والمكرونات والبطاطس والألبان والموز.

الارتجاع المعدي المريئي

قد يعاني الأطفال من تكرار الارتجاع من وقت لآخر، وخصوصًا خلال الشهور الأولى، لكن من المفترض أن يتوقف ذلك ببلوغه شهره السادس، وإذا لم يحدث ذلك، فقد يكون السبب أن الطفل يعاني من اضطراب الارتجاع المعدي المريئي.

كيف أتعامل مع هذه الحالة؟

احرصي في المقام الأول على استشارة الطبيب للحصول على الدواء الأمثل لهذا الاضطراب، واحرصي أيضًا على تجنب الطعام المثير للارتجاع، مثل الأطعمة السريعة الدسمة والأطعمة الحارة والأطعمة الحمضية والشوكولاتة والكافيين، وإذا كان طفلك قد تجاوز عامه الثاني، فيُنصح بتقديم مضادات الحموضة له.

متلازمة الأمعاء المتهيجة

قد يشعر طفلك بأعراض أخرى إلى جانب آلام البطن، التي عادة ما تلاحقه أثناء الليل، ومن بين هذه الأعراض الانتفاخ والغازات، وكثيرًا ما يعاني طفلك أيضًا من الإمساك أو الإسهال مع إصابته بمتلازمة الأمعاء المتهيجة.

يعاني أصحاب هذه المتلازمة من أمعاء حساسة تجاه أطعمة معينة، وهو ما يتسبب في آلام البطن.

كيف أتعامل مع هذه الحالة؟

احرصي على الإكثار من الألياف مع التقليل من الدهون، إلى جانب تقليل الأطعمة والمشروبات التي تحتوي على كميات إضافية من سكر

الصداع النصفي البطني

عادة ما يصيب الأطفال ألم شديد في البطن، نتيجة الإصابة بما يسمى الصداع النصفي البطني، ويستمر هذا الألم لساعات وربما لأيام، ويدفعهم هذا الاضطراب إلى التقيؤ وفقدان شهيتهم، إلى جانب الشعور بالغثيان والصداع

هذا الاضطراب عادة ما تسببه مثيرات عصبية وعائية، لكنه في أحيان أخرى يكون متوارثًا في العائلة

كيف أتعامل مع هذه الحالة:

لا بد من استشارة الطبيب في الحال، وأن يحصل طفلك على الدواء الذي يحول دون إصابته بهذه الآلام، واحرصي أيضًا أن يحصل طفلك على القدر الكافي من النوم مع تنظيم وجباته، بما في ذلك الوجبات الصغيرة

آلام البطن الوظيفية

تُعد هذه الحالة من أكثر الآلام تكرارًا وشيوعًا بين الأطفال، وكثيرًا ما يكون الألم في أسوأ حالاته مع حلول الصباح ومع ذهاب طفلك إلى النوم، وهو ما يجعل هذه الحالة عذابًا حقيقيًا بالنسبة له

يرجع السبب في هذه الحالة إلى أن طفلك له أمعاء شديدة الحساسية، ومن ثم يتألم من أي شيء يصيب معدته، حتى لو كان فيروسيًا صغيرًا أو بعض الغازات العادية

كيف أتعامل مع هذه الحالة؟

ينصح الخبراء في مثل هذه الحالة بالعمل على تشتيت انتباه الطفل، عوضًا عن التركيز على شعوره بالألم والانصياع لرغباته في عدم الذهاب إلى المدرسة على سبيل المثال، لكن إذا استمر الألم ولم يساعد تشتيت الانتباه في شيء، فاحرصي على التواصل مع طبيبه

يُنصح بالإكثار من الألياف أو استخدام مكملات الألياف عوضًا عنها، وباستخدام الأدوية المضادة للتشنج إذا كان الطفل قد تجاوز عامه العاشر

هناك مسببات أخرى لآلام البطن، لكنها نادرًا ما تصيب الأطفال قبل مرحلة البلوغ ومنها القرح، التي تتسبب في آلام شديدة في المعدة إلى جانب الإسهال ونزول الدم مع البراز ومواجهة صعوبة في البلع والفقدان الملحوظ في الوزن، وفي هذه الحالة، يُنصح بالتواصل مع الطبيب على الفور