



لا تضيعي على طفلك بهجته .. تعرفي على بعض المشاكل المتوقعة في العيد وعلى طرق تجنبها ..

يرتبط العيد بشكل خاص بالأطفال، فلا تكتمل فرحة العيد إلا بمشاركتهم وضحكهم ولعبهم، حيث يمثل الطفل بهجة العيد الحقيقية، لكن وفي بعض الأحيان يتعرض الأطفال خلال أيام العيد لبعض المشاكل الصحية، فتضطر بعض السيدات إلى تشديد الرقابة على أطفالهن ومنعهن من اللعب خارجاً وجعلهم أحياناً حبيسي البيوت فقط، الأمر الذي يحول فرحة العيد عندك وعند الأطفال إلى توتر وقلق.

بالسباحة من دون رقابة، لذا من المطلوب منك لحماية طفلك مراقبته باستمرار أثناء السباحة، وإذا كان غير ماهر عليك منعه من الذهاب إلى أماكن المياه العميقة، واحرصي على أن يلبس دولا الما، أو الفواش التي من شأنها أن تساعد في الطوف فوق سطح الماء، واجعليه يتبع عن أماكن الزحام في المسبح، لكي يبقى تحت ناظريك.

نصائح عامة للأيام في العيد..

«رافقي طفلك بنفسك عند اللعب بالمراجيح ومدينة الملاهي ذات الألعاب الخطرة.

«احرصي على لبس طفلك للخوذة أثناء لعبه وقيادته لدرجته الهوائية.

«لا تسمحي لطفلك بشراء البنادق أو المسدسات الصغيرة التي تطلق أجساماً مؤذية، كي لا يضر نفسه أو يؤذي غيره من الأطفال.

«لا تسمحي للأطفال بمغادرة المنزل وحدهم، دون وجود مرافق راشد معهم، ففي العيد تكثُر السيارات والحوادث المرورية، نتيجة الازدحام والسرعة، وطيش بعض الشباب أثناء القيادة.

«احرصي على شراء ألعاب تناسب عمر ابنك، وابتعدي عن الألعاب التي تحتوي على أجزاء صغيرة جداً، وراقبي طفلك جيداً أثناء اللعب.

«لا تجعلي مناسبة العيد وجلساتها المميزة مع الآخرين تنسيك طفلك.

«اشرحي لطفلك المخاطر المحتملة السابقة التي يمكن أن يتعرض لها خلال العيد، لكي يكون حذراً في كل شيء يقوم به.

«احرصي على تناول طفلك للحلويات المناسبة في المنزل، وعدم قيامه بتناول الكثير من الحلويات خلال يوم واحد.

«احتفظي دائماً برقم الإسعاف معك تحسباً لأي حادث طارئ؛



*الحروق:

من المعروف كثرة الألعاب النارية في الأعياد، والتي قد تتسبب أحياناً في تعرض بعض الأطفال للحروق، نتيجة توجيه هذه الألعاب عليهم من قبل أطفال آخرين، فتتحول بهجة وابتسامة العيد عند الطفل إلى ألم ودموع.

لذا يجب أن تحرص الأم على إبعاد طفلها عن الأماكن التي تكثُر فيها الألعاب النارية التي يستخدمها الأطفال، وأن تمنع طفلها من شرائها، مع ضرورة الحرص على توعية الطفل على المخاطر التي تنجم عن اللعب بها.

وفي حال تعرض طفلك إلى نوع من أنواع الحروق الناتجة عن الألعاب النارية، ما عليك إلا اللجوء إلى أقرب طبيب وبخاصة إذا كانت الحروق كبيرة، أو الاستعانة بأي دواء مخصص للحروق



*الغرق:

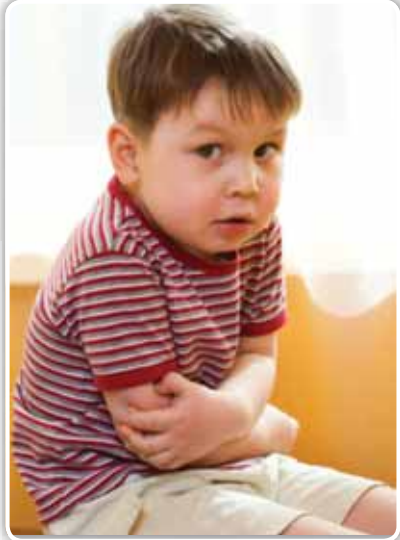
قد يكون طفلك عرضة لذلك مع ازدياد متعة ممارسة رياضة السباحة عند الأطفال في أيام العطل والأعياد حيث يصبح للسباحة نكهة خاصة بوجود الأصدقاء والأقارب، وعلى الرغم من الحقيقة المعروفة جيداً من أن أشهر الأطفال في السباحة عرضة للغرق، فإن كثيراً من الآباء والأمهات يسمعون لأطفالهم



ولتجنب الأمر ما عليك إلا التعرف على أهم المشاكل التي يمكن أن يتعرض لها الطفل، وطرق الوقاية منها وتجنبها، لتكوني دائماً حذرة وفي الوقت نفسه قادرة على جعل طفلك يعيش بهجة العيد كغيره من الأطفال، واليك سيدتي أهم هذه المخاطر والمشاكل وبعض النصائح التي يمكنك من تجنبها..

*المشاكل الهضمية

تعد من أكثر الأمور التي يعاني منها الطفل في العيد، نتيجة لكثرة الحلويات والمأكولات التي يتناولها ويصعب هضمها في هذه المناسبة، فلا يتحكم بالكميات التي يأكلها، كما أن طريقة أكل الطفل للحلويات بسرعة ليتمكن من متابعة اللعب دون أن يضع وقته في الأكل، ستؤدي أيضاً إلى هذه المشاكل، كذلك الأمر عند تناوله لأكثر من صنف في الوقت نفسه.



كما يمكن أن تحدث المشاكل الهضمية لطفلك نتيجة للمشروبات الغازية التي يتناولها بكثرة، أو نتيجة تناول بعض الأطعمة في صحن مشتركة مع أطفال آخرين، بالإضافة إلى أن كثرة التنقل من مكان إلى آخر ومن بيت إلى بيت، وتناول الضيافة خلال فترات قليلة من الوقت، يلبك المعدة ويجعل طفلك معرض لحالات الغثيان والإقياء والإسهال.

فيما يعد تناول الأطعمة المشوية والمملوثة من أخطر الأسباب المؤدية إلى حدوث اضطرابات معوية، والتي يمكن أن تتحول أحياناً إلى تسمم.

ولتجنب هذه المخاطر عليك الحرص على منع طفلك من تناول أي طعام مشوي أو مشاركة أي طفل آخر بما يأكله، كما يجب منع الطفل من شراء الأطعمة من الخارج بدون تواجد الأهل معه، مع ضرورة شرح مخاطرها عليه، ومنعه من الأكل واللعب في نفس الوقت، فالحركة الزائدة في مثل هذه الحالات تسبب غثياناً شديداً، كما يجب أن تحرصي سيدتي على أن لا يأكل طفلك كل الحلويات وأنواع الشوكولا التي تقدم إليه في منازل الأصدقاء والأقارب دفعة واحدة، لذا احتفظي له ليتناولها في وقت لاحق، كي لا يخلط بين عدة أنواع من الأطعمة.

*المشاكل التنفسية:

نتيجة للاختلاط والازدحام الكبير الذي يحصل في أيام العيد، يتعرض الأطفال أحياناً إلى التقاط العدوى والفيروسات من الآخرين، ويكتونون بالتالي عرضة للإصابة بالرشح والزكام، كما يمكن أن يتعرض الطفل لاستنشاق بعض الدخان الضار نتيجة لزخمة السير، أو أثناء تواجد في مكان مغلق لا يتعرض للهوية، بالإضافة إلى أن عدداً من الأطفال يتلعون ويستنشقون بعض قطع الألعاب الصغيرة، الأمر الذي يؤدي إلى دخولها في القصبات الهوائية، وتعرض الطفل للاختناق.

لذا يجب عليك سيدتي في هذه الحالة الانتباه وحماية طفلك من هذه المخاطر، فعند الزحام الشديد في السيارات أغلقي نوافذ السيارة، وفي الأماكن العامة ابتعدي عن الزحام الكبير قدر الإمكان، وعن أي طفل تجديته مصاباً بالزكام.

وإذا كان طفلك يعاني من حساسية قوية، فلا مانع من الاستعانة بالكمامات، كما يجب الحرص على إبعاده عن جو المدخنين.