

ما هي متلازمة الرضيع المهزوز؟

متلازمة الرضيع المهزوز هي حالة تحدث عندما **يُهز الرضيع بعنف**. هز الرضيع هو أحد أوجه الإساءة للأطفال التي قد تكون *مميتة*.

إذا تعرض الرضيع للهز بقوة، قد يؤدى ذلك إلى حياة مليئة بالمشاكل:

- يمكن أن يؤدّي الهز إلى *تلف* في دماغ الطفل.
- يمكن أن يسبب الهز *إعاقات دائمة* كالعمى أو الشلل.
 - يمكن للهز حتى أن يسبب *الوفاة*.

إيّاك وهز الرضيع! يمكن أن يسبب هز رضيعك تلفاً في دماغه وقد يؤدي إلى الوفاة. لا يجوز هز الطفل في أي سن كان.

عندما يبكي الرضّع، قد تشعر بالرغبة بالبكاء أيضاً... هذا أمر طبيعي!

الأبوة والأمومة أو تقديم الرعابة ليس بالأمر السهل. قد يسبب بكاء الرضيع المتواصل التوتر و قد يكون ذلك حافزاً خطيراً بالنسبة لك. يبكي الرضيع أحياناً دون سبب، ولا يمكنك فعل شيء حيال ذلك.

بكاء الرضيع أمر طبيعي

إليك ما يجب معرفته حول بكاء الرضّع:

- أغلب الرضّع يبكون كثيراً: يدخل 80-90% من الرضع في نوبات بكاء تستمر من 20-60 دقيقة أو أكثر لا يعني ذلك أن رضيعك يعاني من المغص.
 - يزداد بكاء معظم الرضّع أثناء الليل، ويستمر ذلك أحياناً لساعة أو أكثر.
 - معظم الرضّع لديهم كل يوم فترة اهتياج واحدة على الأقل، غالباً ما تكون في المساء.
 - يزداد بكاء معظم الرضّع في سن 6-8 أسابيع عن بكائهم عند الولادة.
 - يشعر معظم الأهالي أو مقدمي الرعاية بالغضب والإحباط ويبكون أيضاً.
- خلال الأشهر الخمسة أو الستة الأولى، من الطبيعي أن تزداد شدة بكاء الرضيع، وقد لا تكون تهدئته ممكنة.

أحياناً، لا بأس في وضع الرضيع في سريره وتركه يبكي لفترة قصيرة لتعطي نفسك استراحة. حاول الاتصال بشخص يساعدك أثناء هذه الأوقات المرهقة.





البكاء وسيلة هامة يتواصل بها رضيعك معك قبل تمكنه من الكلام. قد تصعب معرفة سبب البكاء - إليك بعض الاقتراحات:

ما علیك فعله	الأسباب المحتملة
إطعام الرضيع. قد يشتد جوع الرضيع في بعض الأيام. تقديم الثدي للرض مراراً إن كان ذلك يساعد في تهدئته.	الجوع
حمل الرضيع وهدهدته وتدليكه والرقص معه وهو بين ذراعيك، والجلوس معه على كرة نطاطة أو كرسي هزاز، والتحدث معه والغناء له. حمل الرضي دون قميص وملامسة جلده لجلدك. الاستحمام مع الرضيع. الذهاب للمن مع الرضيع وهو بين ذراعيك أو في حمالة أو عربة. الاستلقاء جانب الرضي إرضاعه أو تدليكه أو لمسه بلطف أو التحدث إليه. حمل شخص آخر للرض	الرغبة بالقرب من الأشخاص أو بأن يلمسوه أو يرفعوه أو يحملوه أو يهدهِدوه
احمل الرضيع، سلّيه، غير له الحفاض، ساعده على التجشؤ، أو افرك ظهر قد يكون من المفيد أن تغير وضعية الرضيع.	الألم أو عدم الراحة
ينبغي أن يرتدي الرضّع ما يشعرهم بالدفء مثلك. ينبغي أن لا يكون جس الرضيع بارداً عند لمسه.	الحر الشديد/ البرد الشديد
احضن الرضيع، أطفئ الأنوار، حافظ على هدوء المكان المحيط. هدهدة الرضيع بلطف قد تكون مريحة لكليكما.	التعب أو فرط الاستثارة
اقرأ للرضيع ولاعبه وتحدث إليه وغنّ له واحمله كل يوم. اذهب إلى غرفة كي ينظر الرضيع إلى أشياء مختلفة.	الحاجة إلى التغيير
حمل الرضيع، الهدهدة، التحدث إليه، المشي معه، الغناء له، تحميمه، تد تقديم الثدي له، أو محاولة إسماعه موسيقى لتهدئته. محاولة تسلية الطف وإعطاؤه الوقت للاستجابة لكل شيء تقوم به.	"غیر معروف وحسب"
إذا كان بكاء رضيعك يبدو مختلفاً بالنسبة لك أو كانت تهدئته غير ممكنة محاولة كل الطرق، راجع طبيبك أو اتصل على: هيلث كونيكت أونتاريو 8-1-1 Health Connect Ontario (الهاتف النصي: 797-000-866-	المرض





PH1611GB1054