

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Shabab magazine
DATE:	April-2022
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	75,000
TITLE:	How to protect your child from stomach flu
PAGE:	44
ARTICLE TYPE:	Agency-Generated News
REPORTER:	Mervat Abdel Rahman
AVE:	9,500

صحتك ثروتك



الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى، والصحة
نعمة عظيمة نتمني أن يتمتع بها كل إنسان بإذن الله، ويجب
علينا الحفاظ عليها لكي نعيش حياة صحية بلا أمراض،
ولذلك سوف نساعدك في هذه المساحة بتقديم أفضل وأحدث
الدراسات والاستشارات الطبية في مجالات الصحة والتغذية
السليمة والرياضة.

إعداد: مديفة عبد الرحمن



كيف تحمي طفلك من خطر الإصابة بالزلات المعوية؟ تعتبر ثاني سبب لوفيات الأطفال في العالم بنسبة 10 %



اكتشاف جديد ومهم خرج علينا في الفترة الأخيرة لصالح أمراض الزلات المعوية، حيث يعد التهاب المعدة والأمعاء أو ما يعرف بالزلة المعوية أحد الاضطرابات الشائعة لدى البالغين والأطفال وأحيانا تسمى «انفلونزا المعدة» وهو اضطراب الجهاز الهضمي الأكثر شيوعا بين الأطفال ويعرف طبيا بأنه التهاب يؤدي إلى حدوث القيء أو الإسهال أو كليهما، ويصاحب في بعض الأحيان ارتفاع الحرارة أو تشنجات البطن، كما أن التهاب المعدة والأمعاء الحاد يسبب الجفاف واختلال التوازن في مواد الدم الكيميائية بسبب فقدان سوائل الجسم، ولقد تم اكتشاف نوع جديد من أنواع العلاجات الآمنة التي تتيح نسب شفاء عالية فهو يقوم بتعزيز جهاز المناعة ويساعد على الحفاظ على الاتزان البكتيري داخل جسم المريض، تفاصيل أكثر نعرفها من الأطباء المختصين بهذا المجال، ونعرف منهم الأسباب المؤدية إليها وكيفية الوقاية منها.

في البداية يقول الدكتور أحمد بدر أستاذ طب الأطفال بكلية الطب جامعة القاهرة: يعد الإسهال واحدا من أكثر الأمراض شيوعا وأحد أهم مسببات الوفاة بين الأطفال، حيث بلغت نسبة وفيات الأطفال الناتجة عن الإسهال خلال عام 2015 نحو 10 %، أي وفاة طفل كل 60 ثانية، ويعد التهاب المعدة والأمعاء سببا رئيسيا للإصابة بالأمراض بين الأطفال حتى في البلدان المتقدمة، وقد يكون سبب هذه التهابات إصابة الطفل بفيروس الروتا أو بعدوى في الأمعاء فالفيروسات هي السبب الأكثر شيوعا للزلة المعوية وفيروس الروتا هو الفيروس الأكثر شيوعا لحدوث الزلة المعوية، وتعد الرضاعة الطبيعية هي أفضل الطرق البسيطة والفعالة للمساعدة في الوقاية من الزلة المعوية والتهاب المعدة والأمعاء، فمعظم الأطفال الذين يعانون من الزلة المعوية والتهاب المعدة والأمعاء لديهم أعراض خفيفة تتحسن في غضون أيام قليلة، ولكن المهم هو التأكد من تعويض السوائل المفقودة لتجنب حدوث الجفاف.

وأضاف قد ينتج عن العلاج بالمضادات الحيوية حدوث اضطرابات في توازن البكتيريا النافعة التي تعيش داخل المعدة والأمعاء، وهذا يؤدي بدوره إلى اختلال الاتزان البكتيري، لذا يجب أن تحرص الأم على الاهتمام بالرضاعة الطبيعية لمدة عامين، حيث يوفر حليب الأم للرضع مجموعة متنوعة من مضادات الميكروبات والعناصر الغذائية بجرعات مناسبة توفر لنظام المناعة كل ما يحتاجه لمكافحة العدوى.

ومن جانبه قال الدكتور إيهاب خيرى أستاذ طب الأطفال ورئيس وحدة التغذية الإكلينيكية بجامعة عين شمس: في الفترة الأخيرة تزايدت معدلات الولادة القيصرية على مستوى العالم من 7 % عام 1990 إلى 21 % عام 2021، أما في مصر، طبقا لأحدث بيانات منذ عام 2019 وصل معدل الولادة القيصرية إلى 52 %، وتجدر الإشارة إلى أن الأطفال المولودين قيصرية يتأخر لديهم تكون المجموعة الرئيسية من الكائنات الحية الدقيقة بالأمعاء والبكتيريا النافعة ومن أهمهم «البيفيدوبكتيريا»، بالإضافة إلى انخفاض ملحوظ في تنوع البكتيريا

النافعة بشكل عام، وبالمقارنة مع الأطفال المولودين طبيعيا، نجد أن الأطفال المولودين قيصرية لديهم قصور في تطور الجهاز المناعي. لذلك فإن مرور الطفل من قناة الولادة الطبيعية يكسب الجنين بكتيريا نافعة مماثلة لتلك الموجودة داخل جسم الأم، بينما يحصل الطفل المولود قيصرية على بكتيريا نافعة مماثلة لتلك الموجودة على بشرة الأم أو في البيئة المحيطة، ويمكن للبكتيريا النافعة الموجودة بالمكملات الغذائية «البروبيوتيك» التواصل مع الجهاز المناعي للطفل والتأثير عليه من خلال الخلايا المناعية الموجودة في الأمعاء. وأوضح الدكتور شريف علي عبد العال أستاذ طب الأطفال بكلية الطب جامعة القاهرة والأمين العام والمدير التنفيذي لجمعية طب الأطفال المصرية: هناك ترويلونات من البكتيريا والفيروسات والفطريات تعيش في القناة المعوية داخل جسم الإنسان، وتشكل مجتمعة ما يطلق عليه ميكروبيوم الأمعاء، الذي يتألف من مجموعة كبيرة ومتنوعة من البكتيريا التي تعيش داخل جسم الإنسان تصل لأكثر من 500 نوع، وتمثل نحو 100 تريليون خلية تحمل 3.3 مليون شفرة جينية مختلفة، والتي تحقق التوازن الجيد للبكتيريا في الجهاز الهضمي لدى الأطفال والرضع للحفاظ على سلامته، تركيبها ونشاطها يتأثر بعدة عوامل، منها عمر الإنسان ونظامه الغذائي وحالته الصحية، بالإضافة إلى عوامل وراثية أخرى، حيث يعمل الميكروبيوم الموجود في القناة الهضمية كحاجز ضد الميكروبات الضارة، ويساعد في مكافحة العدوى، كما تؤثر بشكل كبير على التمثيل الغذائي وتطور المرض، ومن الممكن أن نحصل على أفضل بروبيوتيك للأطفال إما على شكل مكملات غذائية، أو نجدها في بعض أنواع الطعام مثل الزبادي، وبعض منتجات الألبان الأخرى، الملفوف، الموز، الكرات، الخرشوف، وبعض أنواع المخللات الأخرى، والشيكلات الداكنة.