

# OSRATI

# السريري

العدد ١٥٩٥ السنة ٥١ سبتمبر ٢٠١٥  
Issue 1595 vol. 51 September 2015

الشيخة انتصار العلي:  
أدعو الناس إلى اكتشاف  
أجمل ما فيهم

المحققات الكويتيات..  
بلا انحياز للمرأة

الاستشاري النفسي «منى المطيري»:  
المذاكرة والدراسة.. بلا معارك

رسام من جيل ال iPad

النقوشات والإكسسوارات..  
جنون يجتاح الموضة

شمسنا قوية..  
فلماذا نعاني من نقص  
«فيتامين الشمس»؟!

راندا  
البحيري

مساواة المرأة بالرجل..  
«كلام فارغ»!

تشير الدراسات إلى أن 1 من بين كل 10 أطفال يعاني من الشخير أثناء النوم

# هل الشخير عند الأطفال أمر عادي أم حالة تدعو للقلق؟

تشير الدراسات إلى أن واحدًا من بين كل عشرة أطفال يعاني من الشخير أثناء النوم، لكن هل الشخير عند الأطفال أمر عادي أم شيء يدعو للقلق؟



للتعامل مع هذه المشكلة، فالطبيب العام يتعامل مع الأطفال عند مرضهم، ما يجعل من الصعب تقييم الحالة الطبيعية للطفل الذي يفحصه.

قد لا يعي الآخرون العلاقة بين المجاري التنفسية ونمو الأسنان، فانقطاع التنفس أثناء النوم يصاحبه في الغالب التنفس من الفم، الأمر الذي يؤدي إلى اضطراب في نمو الأسنان والفكين، نتيجة لذلك فإن أطباء الأسنان هم في الغالب أول من يرى تغييرات دقيقة من الممكن أن تؤثر إلى هذه المشكلة، وطبيب الأسنان العصبي العضلي المدرب يمتلك فرصة أفضل لتحديد ما الذي يجري وكيفية التعامل معه».

### الإنصات الجيد

وأضافت د.جوسيلين: «إذا كان لديك أطفال أو أحفاد في سن الطفولة، استمع جيداً إلى الأصوات الصادرة عنهم أثناء النوم، فالأطفال ينبغي أن يتنفسوا من الأنف والفم، كما أن عملية التنفس ينبغي أن تكون صامتة. فإذا وجدتهم يتنفسون من الفم أو سمعت أصوات تنفسهم لابد أن تفحص الأمر بدقة.

وإذا كنت تعلم أن الأطفال يجري علاجهم من قصور الانتباه وفرط الحركة، تحقق من ما إذا كانوا يعانون من الشخير أو يتنفسون من الفم، فقد تقذف هؤلاء الأطفال من التشخيص أو العلاج الخاطئ وغيرهما من المشكلات، التي قد يعاني منها الطفل طوال حياته».

### دور الاختصاصي

تقول د.جوسيلين: «بعد إجراء عملية الفحص، تقوم بتحويل طفلك، إذا استدعت الضرورة ذلك، إلى اختصاصي أذن وأنف وحنجرة، أو طبيب متخصص في النوم للتأكد من التشخيص السليم. ومن الممكن أن يكون العلاج إجراء عملية استئصال اللوزتين، إذا احتاج الأمر إلى ذلك، لإزالة العوائق أمام مجاري التنفس، وفي السنوات الأخيرة تم إدخال استخدام الليزر لإجراءات بدون ألم ونتائج أسرع في الشفاء. وفي مرحلة لاحقة، قد يتطلب الأمر توسيع سقف الحلق للمساعدة في نمو سقف الحلق لدى الأطفال».

«أسرتي» في كل مكان  
دبي - غادة الصاوي

## تقول طبيبة الأسنان د.جوسيلين شاريست، اختصاصية طب الأسنان العصبي العضلي، في العيادة الألمانية لطب الأسنان العصبي العضلي بدبي:

إنه لحسن الحظ، فإن الشخير عند الأطفال ليس كما هو الحال عند الكبار. فعند الأطفال يقتصر الشخير على الصفير أو صعوبة التنفس، لكن إذا ما سمعت صوت تنفس الأطفال فهذا يعني أن هناك عائلاً ما ينبغي التحقق منه.

### وأضافت:

«يعاني من ثلث إلى نصف الأطفال الذين يشخرون من انقطاع التنفس أثناء النوم، وهو ما يعني أنهم محرومون من الأوكسجين الكافي أثناء نومهم، وهذا أمر خطير قد يؤثر على تطوّر النمو الذهني والبدني والاجتماعي للطفل».

## اختبار درجة الذكاء IQ و قصور الانتباه وفرط الحركة ADHD

تشير الدلائل الطبية إلى أن الطفل الذي يعاني من انقطاع التنفس أثناء النوم أكثر عرضة تسع مرات لأن يكون ضمن نسبة ١٠٪ الأقل في التحصيل الدراسي عند سن السادسة، والطفل الذي يشخّر في النوم حتى عمر السادسة هو أكثر عرضة بست مرات لأن يكون من بين نسبة ٢٥٪ الأقل في التحصيل الدراسي قبل وصولهم إلى الثانوية العامة. إلى جانب ذلك، في اختبار تحديد درجة الذكاء يسجّل الأطفال الذين لم يعالجوا من انقطاع التنفس أثناء النوم معدلاً يقل عشر نقاط عن قدراتهم.

وأظهرت الدراسات أيضاً أن هناك صلة بين اضطرابات النوم عند الأطفال و قصور الانتباه وفرط الحركة، حيث من المحتمل أن يتحوّل الأطفال الذين لا يحصلون على قدر كاف من النوم إلى سلوكيات مصاحبة لقصور الانتباه وفرط الحركة كوسيلة للتعويض، لذا فإنه من الضروري مراقبة الأطفال الذين يعانون من قصور الانتباه وفرط الحركة لمتابعة مشكلات النوم مثل الشخير.

### الكشف المبكر

#### وأشارت د.جوسيلين:

«كلما جرى الكشف مبكراً عن الشخير عند الأطفال كان من الممكن التخلّص منه مبكراً، لكن لا تعتمد فقط على الطبيب العام أو طبيب الأطفال



د.جوسيلين شاريست

