



تقارب الأعمال ونمو الجنين

للمباعدة بين الولادات بما لا يقل عن ثلاثة سنوات فوائد صحية للأم والطفل:

* لقد أُثبت أن الحالة الصحية للأم أثناء الحمل تؤثر على صحة الجنين ونموه داخل الرحم.

* تحتاج الأم ما لا يقل عن ثلاثة سنوات بعد ولادتها حتى تصبح مستعدة لحمل جديد أي تستعيد مخزون جسمها وتعود أعضاء جسمها إلى وضعها الطبيعي كاملاً.



لذا فإن تقارب فترات الحمل يؤدي إلى عدم حصول الجنين على كفايته من التغذية أثناء الحمل مع إزدیاد إحتمالية حدوث ولادة مبكرة «قبل الشهر التاسع» وبوزن أقل من الوزن الطبيعي، وفي هذه الحالة ممكن أن يعاني الطفل من مضاعفات نتيجة لعدم نضوج أجهزة الجسم مثل الجهاز الدماغي والتنفسي مما يؤدي إلى عدم القدرة على التنفس مع إزدیاد إحتمالية الوفاة.



كما يمكن أن تؤدي إلى إحتمال إصابة الطفل بضمور الدماغ نتيجة لنقص الأوكسجين مسبباً إعاقة دائمة لهف.

تقارب الأعمال ونمو الجنين

تقارب الأعمال والرضاعة الطبيعية

* لا شك إن الرضاعة الطبيعية هي أفضل سبل التغذية وأكثرها فائدة وفعالية للطفل وإن تباعد الولادات يعطي للأم الفرصة على التركيز على الرضاعة الطبيعية لمدة أطول.

* تعمل الرضاعة الطبيعية كوسيلة طبيعية مؤقتة لمنع الحمل ولكنها غير مضمونة تماماً إلا إذا توفرت فيها جميع الشروط وهي ارضاع الطفل ليلاً ونهاراً وحسب رغبته وعلى الأقل (١٠ - ١٢) مرة في اليوم خلال الأسابيع الأولى من ولادته ومن ثم (٨ - ١٠) مرات يومياً، وعدم إدخال أي من الأطعمة المكملة كغذاء للطفل، ولا حتى السوائل

عندما يكون عمر الطفل أقل من ستة أشهر، بالإضافة إلى شرط عدم عودة الدورة الشهرية خلال هذه الفترة.

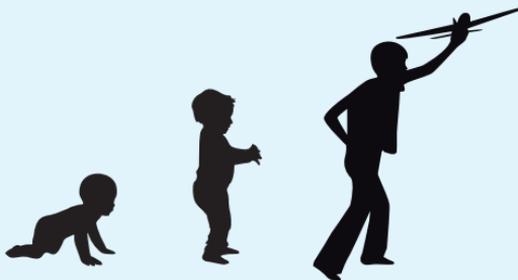
* ولقد أثبتت الدراسات العلمية أن أعلى كمية من المواد البروتينية في حليب المرضع تتحقق إذا كانت الفترة بين الحمل والآخر ثلاثة سنوات فأكثر، وإن حدوث حمل جديد يجبر الأم على قطع الرضاعة الطبيعية مما يجعل الطفل أكثر عرضة للإصابة بالإسهال وسوء التغذية والتهابات الجهاز التنفسي، ولقد تبين أن الأطفال الذين تلقوا رضاعة طبيعية خالصة لمدة ستة أشهر كانوا أقل عرضة لهذه الأمراض عن غيرهم من الأطفال.



تقارب الأعمال والرضاعة الطبيعية



* التباعد بين الأحمال بين طفل وآخر تؤمن صحة أفضل للإطفال فكلما إزدادت الفترة الزمنية بين حمل وآخر «من سنتين إلى ثلاثة سنوات» تزداد فرص تحسين صحة وسلامة الطفل وحصوله على الرضاعة الطبيعية وتقديم الرعاية التغذوية المتكاملة حيث يتوفر لدى الأم الوقت الكافي لتحضير الأطعمة المكملة الخاصة التي يحتاجها الطفل، كما تكون المرأة قادرة على إعطاء طفلها العناية الكافية والإهتمام الذي يحتاجه وخاصة أثناء المرض.



تقارب الأحمال ونمو الطفل





تقارب الأعمال والصحة النفسيّة للطفل

* للزوجين الحق في التمتع بصحة أحدهما الآخر وبصحة أبنائهم، وبذلك تسود الأسرة الصحة والراحة والإستقرار الذي ينعكس بشكل ايجابي على الصحة النفسية للأطفال.

* ولقد أثبتت الدراسات البحثية ان المباعدة بين الولادات التي لا تقل عن ثلاثة سنوات تحسن من صحة الطفل الجسمية والعقلية حيث إن الطفل يأخذ الوقت الكافي من الرعاية والعناية الصحية والنفسية من قبل الوالدين.





* شدد خبراء علم النفس على ضرورة إنتباه الآباء والأمهات الى الصحة النفسية لأولادهم خصوصاً فى المراحل العمرية الأولى..وأوضح الخبراء أن المعاناة من الكأبة لا تقتصر على البالغين والمسنين، بل ربما تصيب الأطفال لأن هذه الفئة تتأثر هي الأخرى بحسب الظروف الحياتية المحيطة بهم، علماً إنه من الصعب أن يجد الوالدين الوقت أو الجهد الكافي للعناية بأطفال صغار اعمارهم متقاربة.



تقارب الأعمال والصحة النفسية للطفل





تقارب الأعمال و ذكاء الطفل

* هنالك عوامل تؤثر على معدل ذكاء الطفل، بعض منها يتعلق بتغذية الطفل وهو جنين في بطن أمه والأخرى بالوضع الصحي والإجتماعي والنفسي للطفل داخل العائلة.

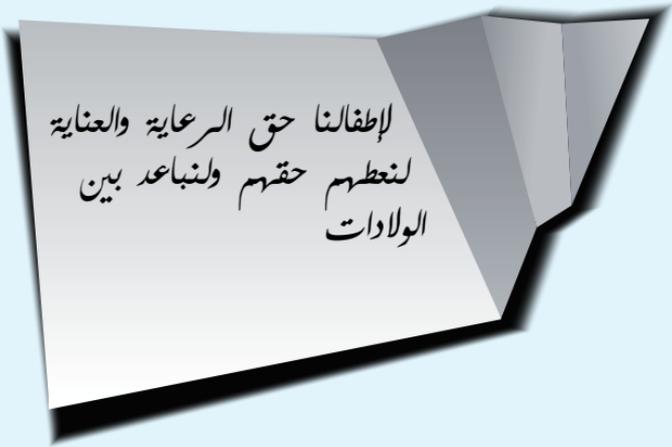
* عندما تكون صحة الأم طبيعية أثناء الحمل حيث حصلت على فترة المباشدة الكافية بين الاحمال والتي لاتقل عن ثلاثة سنوات سيكون جسمها مستعداً لنمو الطفل وتزويده بالمواد الضرورية لنمو الدماغ، وبذلك يكون معدل الذكاء لذلك الطفل أعلى بكثير من الطفل الذي عانت أمه من الهزال والضعف أثناء الحمل بسبب تقارب فترات الاحمال.



* ولقد أثبتت الدراسات الحديثة أن معدل ذكاء الطفل يتأثر بالظروف التي تعيشها العائلة حيث أن هناك علاقة بين معدل ذكاء الأطفال ونموهم والفترة العمرية بين طفل وآخر، فالأطفال في الأسر التي لديها أطفال بأعمار متقاربة يحصلون على علامات أقل في اختبارات الذكاء والتحصيل الدراسي، وبالمقابل سجّل الأطفال الذين سبقتهم أو تبتعمهم فترة مباحدة لا تقل عن ثلاثة سنوات علامات ذكاء أعلى.



تقارب الأعمال و ذكاء الطفل



سلطنة عُمان - وزارة الصحة
دائرة التثقيف وبرامج التوعية الصحية
دائرة صحة المرأة والطفل

٢٠١٩



HealthOman



OmaniMOH



مركز التثقيف وبرامج التوعية
CENTRE FOR HEALTH EDUCATION
24441999





وزارة الصحة
دائرة صحة الأسرة والمجتمع

لتقارب الأعمال آثار صحية ونفسية على الطفل ...

تعرفوا عليها

