

أخطاء شائعة في صحة الطفل

إعطاء الطفل الماء قبل ٦ شهور الأولى

دائرة التثقيف وبرامج التوعية الصحية



❖ المحتويات:

كلنا معزز للصحة

- مخاطر إعطاء الطفل الماء قبل ٦ شهور الأولى.
- أعراض التسمم بالماء.
- العمر المناسب لشرب الرضيع للماء.
- إذا أصيب الرضيع بالجفاف قبل عمر ٦ أشهر.
- كيفية إعطاء الرضيع الماء.



❖ مخاطر إعطاء الطفل الماء قبل ٦ شهور الأولى :

كلنا معزز للصحة



- علمياً لبن الأم يحتوي على ٩٨% تقريباً ماء ، وأغلب الرضعة للطفل تحتوي على ماء مزود بالبروتين والعناصر الأخرى اللازمة لبناء الطفل
- لذا فإن طفلك لا يحتاج لشرب الماء بشكل مستقل طالما يتناول رضعاته بانتظام
- لشرب الرضيع للماء قبل عمر ٦ أشهر يمكن أن يؤدي إلى شعور الرضيع بالشبع؛ وذلك بسبب صغر حجم معدته، ولذلك لن يتقبل طعامه بعد شرب الماء، مما يؤدي إلى خسارة وزنه، وارتفاع مستويات الصفار في دمه.



❖ مخاطر إعطاء الطفل الماء قبل ٦ شهور الأولى:

كلنا معزز للصحة

• إنَّ إعطاء الطفل الماء قد يؤدي إلى إصابته بحالةٍ تُسمَّى **تسمُّم الماء**.

• **حالة تسمم الماء :**

تحدث عندما تُسبب كميات الماء الكبيرة انخفاضَ تركيز الصوديوم وغيره من

العناصر الغذائية في الجسم، وقد تؤدي زيادة الماء إلى زيادة طرح الكلى للبول

والأملاح - بما في ذلك الصوديوم - ممَّا يؤدي إلى اختلال توازن الأملاح في الجسم.



❖ أعراض التسمم بالماء:

كلنا معزز للصحة



• التهيج، النعاس، والسبات (فتور الحركة).

• التقيؤ.

• التبول الزائد أكثر من 6 – 8 حفاضات مبللة في اليوم.

• انخفاض في حرارة الجسم: أقل من 36,1 م°.

• ورم في الأطراف، أي الذراعين والساقين والوجه

• التنفس غير المنتظم

• في الحالات القصوى، قد يؤدي تسمم الماء إلى نوبات وغيوبة.



❖ العمر المناسب لشرب الرضيع للماء:

كلنا معزز للصحة

- ينصح الأطباء الأمهات بالبدء في تقديم الماء لطفلها من بعد عمر الستة شهور، وذلك بالتزامن مع الفترة التي يتم بها تقديم بعض أنواع الأطعمة له، ويفضّل عدم إعطائه الماء قبل هذه الفترة، لأنّ ذلك قد يصيبه بعدد من المشكلات الصحية، كما يؤدي إلى تقليل شهيته للرضاعة.



❖ إذا أصيب الرضيع بالجفاف قبل عمر ٦ أشهر:

كلنا معزز للصحة

- إن عانى رضيعك من الجفاف لا تعطيه الماء مباشرة و عليكِ التوجه للطبيب، الذي سيقوم بتقييم درجة الجفاف عنده وبناء عليه سيتم تقديم الرعاية له.



❖ كيفية إعطاء الرضيع الماء:

كلنا معزز للصحة

في البداية على الأم إعطاء طفلها كمية بسيطة من الماء عند تناوله الطعام، ولا بد من

إعطائه ربع كوب أو ما يقارب أربع ملاعق كبيرة عند تناول كل وجبة.

دائرة التثقيف وبرامج التوعية الصحية





كلنا معزز

للصحة