

# المصاصات وعادة مص الأصابع عند الأطفال

## PACIFIER & FINGER SUCKING HABIT



المملكة العربية السعودية  
رئاسة الحرس الوطني للشؤون الصحية  
مدينة الملك عبد العزيز الطبية

يعتبر قسم طب الأطفال من الأقسام الكبيرة في مستشفى الملك فهد للحرس الوطني التابع لمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالرياض. ويضم هذا القسم عدداً كبيراً من الأطباء الاستشاريين في كافة تخصصات طب الأطفال الدقيقة - أمراض الحساسية ونقص المناعة، أمراض الغدد الصماء و السكري، أمراض الجهاز الهضمي والكبد، الأمراض الوراثية والاستقلابية، أمراض الدم والأورام، الأمراض المعدية، أمراض الكلى، أمراض القلب والأوعية الدموية، الأمراض العصبية، الأمراض الصدرية، الأمراض الروماتيزمية، الأمراض النفسية، وتخصص سلوكيات ونمو الأطفال وطب البلوغ والمراهقة، الأمراض الجلدية، بالإضافة الى العلاج المركز للأطفال، والعلاج المركز لحديثي الولادة والخدج، وطب طوارئ الأطفال و أمراض الأطفال العامة . و يوجد في المستشفى مختلف تخصصات جراحة الأطفال - الجراحة العامة، جراحة العظام، جراحة المسالك البولية، جراحة القلب، جراحة زراعة الأعضاء، جراحة الأعصاب، جراحة التجميل والحروق، جراحة العيون، جراحة الأنف والأذن والحنجرة، جراحة الفم والأسنان - بالإضافة الى التخصصات الصحية المساندة وهناك أكثر من ٤٠ متدرجاً في برنامج تخصص طب الأطفال للمقيمين وبرنامج الزمالات في تخصصات طب الأطفال الدقيقة وتدريب أطباء الامتياز وطلاب كلية الطب.

اقتستت معلومات هذه المطوية من مراجع و مصادر علمية موثوقة وتم تنقيحها بعناية من قبل لجنة التوعية والتثقيف الصحي في قسم طب الأطفال وبمشاركة الاستشاريين المختصين في موضوع المطوية .

قسم طب الأطفال (١٥١٠)  
مستشفى الملك فهد للحرس الوطني  
مدينة الملك عبد العزيز الطبية  
ص. ب ٢٢٤٩٠ الرياض ١١٤٢٦  
بريد إلكتروني peds1@ngha.med.sa  
موقع الإنترنت : www.ngha.med.sa

جميع الحقوق محفوظة - رقم ايداع (١٤٢٤/٧٣٤٩) - مكتبة الملك فهد الوطنية



- على الأصابع أو المصاصة.
- تغطية الأصابع ليلاً.
- في حالة استمرار هذه العادة لا تتردد في مناقشتها مع الطبيب المختص.

## نصائح عند شراء المصاصة

- إبحث عن مصاصة تتكون كلها من قطعة واحدة .
- تأكد أن حجم المصاصة مناسب لعمر الطفل وأن الجزء البلاستيكي الخارج من الفم عريض بطريقة كافية حتى لا يدخلها الطفل في فمه بحجمها الكامل.
- إقرأ التعليمات على المصاصة بشأن تنظيفها قبل استعمالها ( بعضها يتوجب غليها بالماء ) أما بعد سن ٦ أشهر يمكن الاكتفاء بغسلها بالماء والصابون.
- يوجد أشكال كثيرة للحلمات فمنها المربع ومنها شكل الحلمة التقليدي ، حاول أن تجرب أشكال متعددة حتى تجد ما يناسب طفلك .
- اشتر بعض المصاصات الإضافية لاستبدال القديمة في حال ضياعها أو سقوطها في مكان لا يمكن استعادتها .
- لا تستخدم حلمة رضاعة الحليب كمصاصة للطفل فقد تخرج من الحلقة البلاستيكية وتتسبب في الاختناق.
- إن المصاصات تُستهلك مع الوقت فلا بد من تغييرها إذا تغير لون المطاط أو تمزق.

تعتبر عادة مص الأصابع طبيعية عند الأطفال الصغار وتتوقف تلقائياً عند بلوغهم 6-7 أشهر. وقد تبدأ منذ الولادة ونسبة حدوثها في المواليد قد تصل إلى ٨٠٪ وتقل تدريجياً إلى نسبة ٥-٢٠٪ ببلوغ الطفل سن السادسة. وغالباً ما يقوم الطفل بمص أصابع يديه أو رجليه أو المصاصة. وهي وسيلة يستخدمها الطفل للأسترخاء أو لتخفيف التوتر يشعر به وليست كبديل غذائي. ولا يجب أن تشعر بالقلق من هذه العادة إلا إذا تجاوز عمر الطفل ٦ سنوات أو إذا أثرت على شكل فم الطفل أو أسنانه ويمكن للطبيب مساعدة الطفل في التوقف عن هذه العادة.

## الأضرار السلبية

- يختلف الأهل في موقفهم تجاه المصاصة فمنهم من يعارض استعمالها بسبب شكلها أو لاعتقادهم بأنها قد تتسبب بضرر للطفل وفي الغالب لا تتسبب في مشاكل صحية أو نفسية عند استخدامها بطريقة سليمة.
- تفادي استخدام المصاصة كبديل للوجبات الغذائية، ويمكن استخدامها بين الوجبات عندما يكون الطفل غير جائع و من الممكن استخدامها أحياناً كوسيلة لمساعدة الطفل على النوم.
- لا تحاول أن تربط المصاصة في سرير الطفل أو حول يده أو رقبته فقد يتسبب هذا في إصابة الطفل أو اختناقه، كما أنه يعزز الاعتماد عليها.
- هناك بعض الأضرار التي قد تظهر في حالة

الاستخدام المكثف ليلاً ونهاراً أو إذا تعدى الطفل عمر الست سنوات ومن هذه الأعراض:

- ◆ التأثير المباشر على الأسنان والفك.
- ◆ التأثير على الأصابع كالتهاب الأصابع وحدوث الأكزيما.
- ◆ التأثير النفسي السيء على الطفل بأن يكون موضع التكلم والسخرية من الآخرين.

## كيف تساعد طفلك على التوقف عن هذه العادة؟

- يجب معرفة الأسباب النفسية والعاطفية المؤدية الى هذه العادة ومحاولة استخدام حلول بديلة.
- يجب مشاركة الطفل وتعاونه في اختيار الطريقة المناسبة لترك هذه العادة.
- الدعم المعنوي والصبر وعدم التعنيف من قبل الوالدين له أكبر الأثر في التغلب على هذه العادة. مع نمو الطفل وتطوره يقل احتياجه للمص وعادةً ما تختفي هذه العادة عند بلوغهم سن السادسة.
- لا بد من تجاهل هذه العادة كخطوة أولى حيث أنها ستختفي تدريجياً. كما أن العقاب وسيلة غير ناجحة للتخلص منها.
- حاول لفت إنتباه الطفل لنشاط آخر فقد يستخدم بعض الأطفال المص لمعالجة الملل فحاول اجتذاب إنتباه الطفل لنشاط آخر يسليه .
- شجع طفلك على عدم مص الإصبع أو المصاصة فهي أحسن طريقة للتخلص من هذه العادة .

- إذا لم تفلح هذه الأساليب مع وجود الرغبة لدى الطفل بالتوقف عن هذه العادة ، فقد ينصح طبيب الأطفال بمحاولة إلهاء الطفل بواسطة تغطية الإصبع بغطاء بلاستيكي متحرك.
- لا بد أن يكون طفلك مساهماً في العلاج إذا سبب له العلاج الخوف فلا بد من التوقف فوراً .
- إن التوتر النفسي والضغط قد تؤدي الى استخدام طفلك للمصاصة أو مص الأصابع لوقت طويل.
- وعادة ما يتوقف الأطفال الكبار عن هذه العادة خلال النهار بسبب الحرج الاجتماعي وقد يستعملها فقط لمساعدته على النوم أو للتهديئة عند الغضب، إن الضغط الشديد على الطفل للتخلص من هذه العادة قد يضره أكثر مما يفيده.

## نصائح للأطفال فوق سن الرابعة

- يجب تشجيع الطفل على الكلام والتعبير عن مشاعره وأن نجعله يساهم في طريقة العلاج مع الدعم المعنوي من قبل الوالدين .
- إذا استمرت عادة مص الأصابع أو استخدام المصاصة واصبحت مشكلة للطفل قد نلجأ الى برنامج تعديل السلوك بإستخدام هذه الخطوات:
- ◆ برنامج تعزيز السلوك السليم والمكافئة في حالة التوقف.
- ◆ وضع جدول أو مفكرة يسجل بها تطور السلوك.
- ◆ وضع مادة غير مرغوب بها (غير مضرّة بالصحة)