

العید فرصة رائعة للعب مع الأطفال، وهو مهم لتنمية مهارات متعددة لديهم، ورغم ذلك فقد تكون بعض الألعاب خطيرة.. فكيف يمكن أن يلعب طفلك بأمان؟

# ألعاب العيد

## بعضها خطر على طفلك فاحذرهما



### سحر طلعت

اللعبة مهم جداً للأطفال، إذ يُحسّن اللعب المهارات الإدراكية والجسدية والاجتماعية والعاطفية للأطفال والشباب، ومن خلال اللعب، يتعلم الأطفال عن العالم وأنفسهم، ويتعلمون أيضاً المهارات التي يحتاجونها للدراسة والعمل والعلاقات مثل: الثقة - الاحترام الذاتي - المرونة - التفاعل - المهارات الاجتماعية - الاستقلال - حب الاستطلاع - التعامل مع المواقف الصعبة - تنمية الصحة الجسدية من خلال اللعب. يساعد اللعب الجسدي، مثل الجري والقفز وركوب الدراجة، الأطفال على تطوير اللياقة البدنية الجيدة والرشاقة والقدرة على التحمل. كما يمكن أن يساعد اللعب الأطفال على تطوير مهاراتهم الاجتماعية مع الآخرين. من خلال الاستماع والانتباه ومشاركة تجارب اللعب، يساعد هذا الأطفال على استكشاف مشاعرهم وتطوير الانضباط الذاتي وتعلم كيفية التعبير عن أنفسهم والعمل على الجوانب العاطفية للحياة. وفي موسم الأعياد يحب الآباء أن يهدوا أطفالهم ألعاباً جديدة، ورغم أهمية الألعاب وكونها جزءاً مهماً وممتعاً من نمو كل طفل، لكن يمكن أن تأتي مع مخاطر أيضاً. لذلك من المهم أن يقوم الآباء بفحص ألعاب أطفالهم والإشراف على وقت لعب الأطفال.. حتى يمر العيد بسلام.

### اختيار الألعاب الآمنة لطفلك

في ما يلي بعض الإرشادات العامة التي يجب وضعها في الاعتبار عند شراء الألعاب: يجب تمييز الألعاب المصنوعة من القماش على أنها مقاومة للهب أو منجبة للهب. يجب أن تكون الألعاب المحشوة قابلة للغسل. يجب أن يكون الطلاء على أي ألعاب خالياً من الرصاص.

يجب أن تكون المواد الغنية غير سامة. يجب أن تذكر على عبوات أقلام التلوين والأسوان الأخرى هذه العبارة ASTM 4236-D، ما يعني أنه تم تقييمها من قبل الجمعية الأمريكية للاختبار والمواد. ابتعد عن الألعاب القديمة، حتى الألعاب اليدوية من الأصدقاء والعائلة. ربما تكون لهذه الألعاب قيمة عاطفية وهي بالتأكيد أقل كلفة، لكنها قد لا تفي بمعايير السلامة الحالية، ويمكن أن تكون مستهلكة من اللعب السابق بحيث يمكن أن تنكسر وتصبح خطيرة. وتأكد من أن صوت اللعبة ليس مرتفعاً جداً بالنسبة لطفلك. يمكن أن يكون صوت بعض الخشخشيات والألعاب الصرير والألعاب الموسيقية أو الإلكترونية مرتفعاً مثل بوق السيارة، وحتى أعلى إذا كان الطفل يصلها مباشرة بالأذنين، ويمكن أن يؤدي إلى فقدان السمع.

### العاب آمنة للرضع والأطفال الصغار ومرحلة ما قبل المدرسة

اقرأ الملصقات دائماً للتأكد من أن اللعبة مناسبة لعمر الطفل، وضع في اعتبارك مزاج طفلك وعاداته وسلوكه عندما تشتري لعبة جديدة. حتى الطفل الذي يبدو متقدماً مقارنة بالأطفال الآخرين في العمر نفسه يجب ألا تستخدم الألعاب المخصصة للأطفال الأكبر سناً. يتم تحديد المستويات العمرية للألعاب من خلال عوامل الأمان، وليس الذكاء أو النضج.



ابتعد الأطفال عن الألعاب الآتية واهود الكيربت والمقصات الحادة (Getty)

### ضع هذه الإرشادات الخاصة بالعمر في الاعتبار عند اختيار لعبة لطفلك

يجب أن تكون الألعاب كبيرة بما يكفي، بقطر لا يقل عن 1 بوصة (3 سم) وطول 2 بوصة (6 سم)، بحيث لا يمكن ابتلاعها أو وضعها في القصبة الهوائية. يمكن لمختبر الأجزاء الصغيرة، أو أنبوب الاختناق، تحديد ما إذا كانت اللعبة صغيرة جداً. تم تصميم هذه الأنابيب لتكون بمستوى قطر القصبة الهوائية للطفل. إذا دخل الجسم داخل الأنبوب فهو صغير جداً بالنسبة لطفل صغير. إذا لم تتمكن من العثور على أنبوب الاختناق، فاطلب من مندوب المبيعات المساعدة، أو استخدم أنبوب لفاقة ورق التواليت. تجنب الكرات المعدنية والعملات المعدنية والكرات والألعاب ذات الكرات التي يبلغ قطرها 1,75 بوصة (4,4 سم) أو أقل لأنها يمكن أن تعلق في الحلق فوق القصبة الهوائية وتجعل التنفس صعباً. يجب أن تحتوي الألعاب التي تعمل بالبطاريات على حقايب بطارية يتم تثبيتها بمسامير حتى لا يتمكن الأطفال من فتحها. تشكل البطاريات وسوائل البطارية مخاطر جسيمة، بما في ذلك الاختناق والزيف الداخلي والحروق الكيميائية. عند فحص لعبة لطفل صغير، تأكد من أنها غير قابلة للكسر وقوية بما يكفي لتحمل المضغ. تأكد أيضاً من عدم احتوائها على:

في الكرنفالات والمعارض وفي آلات البيع لأنها لا تستوفي معايير السلامة. تحقق من ألعاب الكرنفال بعناية بحثاً عن أجزاء مفكوكة وحواف حادة قبل إعطائها لطفلك.

### الاستخدام الآمن للألعاب

بعد أن تشتري ألعاباً آمنة، من المهم أيضاً التأكد من أن الأطفال يعرفون كيفية استخدامها. أفضل طريقة للقيام بذلك هي من خلال الإشراف على اللعب. إن اللعب مع أطفالك يعلمهم كيفية اللعب بأمان أثناء الاستمتاع، ومن ثم يجب على الآباء ما يلي: - علموا الأطفال أن يضعوا الألعاب بعيداً. - افحصوا الألعاب بانتظام للتأكد من أنها ليست مكسورة أو غير صالحة للاستعمال: - يجب ألا تحتوي الألعاب الخشبية على شظايا. - لا ينبغي أن تصدأ الدراجات والألعاب الخارجية. - يجب ألا تحتوي الألعاب المحشوة على طليقات مكسورة أو أجزاء قابلة للإزالة مكشوفة. - تخلص من الألعاب المكسورة أو أصلحها على الفور.

النص الكامل على الموقع الإلكتروني



## الصحة العالمية ترصد تفشي التهاب الكبد الحاد بين الأطفال

علامات التهاب الكبد الحاد الشديد، وزيادة إنزيمات الكبد واليرقان. ولم تكن معظم الحالات مصابة بالحمى. ولم يتم ربط الإصابات بأي من الفيروسات الشائعة التي تسبب التهاب الكبد الفيروسي الحاد - فيروسات التهاب الكبد A و B و C و D و E. كما لم ترتبط بالسفر الدولي. وأشارت المنظمة في بيان إلى أن فيروس البرد الشائع، المعروف باسم الفيروس الغدي، اكتشف في 74 حالة على الأقل. حذّدت عدوى COVID-19 في 20 حالة، وكُشف عن الإصابة بكل من COVID-19 والفيروس الغدي في 19 حالة. وقالت: «في حين أن الفيروس الغدي فرضية محتملة، إلا أن التحقيقات جارية بشأن العامل المسبب».

أعلنت منظمة الصحة العالمية اكتشاف ما لا يقل عن 169 حالة إصابة بالتهاب الكبد الحاد لدى الأطفال في تفشٍ شمل 12 دولة هي المملكة المتحدة وإسبانيا والأراضي الفلسطينية المحتلة والولايات المتحدة وبلجيكا والدنمارك وفرنسا وأيرلندا وإيطاليا وهولندا والنرويج ورومانيا. ومن بين الحالات توفي طفل واحد على الأقل، واحتاج 17 شخصاً إلى زراعة كبد. وتراوح أعمار الأطفال بين شهر واحد و16 عاماً، وعلى الرغم من إمكانية حدوث التهاب الكبد الخفيف عند الأطفال، إلا أن التهاب الكبد الحاد عند الأطفال الأضواء نادر الحدوث. وتضمنت العديد من الحالات أعراضاً معدية معوية، بما في ذلك آلام البطن والإسهال والقيء، قبل ظهور

### معلومة تهلك



### سؤال في الصحة

ابني عمره شهران، زاد محيط رأسه منذ الولادة من 33 سم إلى 40 سم، وفتحة اليافوخ صغيرة جداً، أو قد تكون مغلقة. زرت طبيبتين، أحدهما نصحتني بعمل أشعة مقطعية للرأس، لعمرة انغلاق اليافوخ، والآخر أجرى فحوصات الإدراك والاعصاب، واخبرني ان لا حاجة لإجراء أشعة الآن.

الأخ الكريم،

تحية طيبة وبعد...

إن ازدياد محيط الرأس من 33 سم إلى 40 سم في شهرين هو فوق الحد الطبيعي للأزدياد، ويعتبر عن خطأ أولي في القياس، أو أن عظام الجمجمة كانت متراكبة بشدة بعد الولادة، وابتعدت عن بعضها لاحقاً، وحتى القياس الحالي (40 سم) هو على الحد الأقصى للقياس الطبيعي في عمر شهرين. لذا، المراقبة وأجبة. أما كون اليافوخ الأمامي صغيراً جداً أو شبه مغلق، فقد لا يشكل مصدر قلق إذا ازدياد محيط الرأس باطراد، وبقي ينمو ضمن الحدود المسموحة، وهذا يدل على أن اليافوخ مفتوحة، ولكن تبدو صغيرة في الفحص السريري فقط. يجب مراقبة محيط الرأس دورياً كل ثلاثة إلى أربعة أسابيع، وفي حال الشك في تباطؤ ازدياد محيط الرأس، فعندئذ يجب إجراء أشعة مقطعية لنفي وجود أي التهام باكر في دروز الجمجمة، وهي حالة تحتاج للتدخل الجراحي. لا نستطيع الاعتماد على أن الفحص العصبي سليم، لأن الإصابة العصبية تأتي متأخرة، لذا، ينصح بالمراقبة الدورية، كما أسلفت.

د. سمير قنوع

استشاري طب الأطفال

لأسئلتكم:

health@alaraby.co.uk