

**نفذية الطفل**

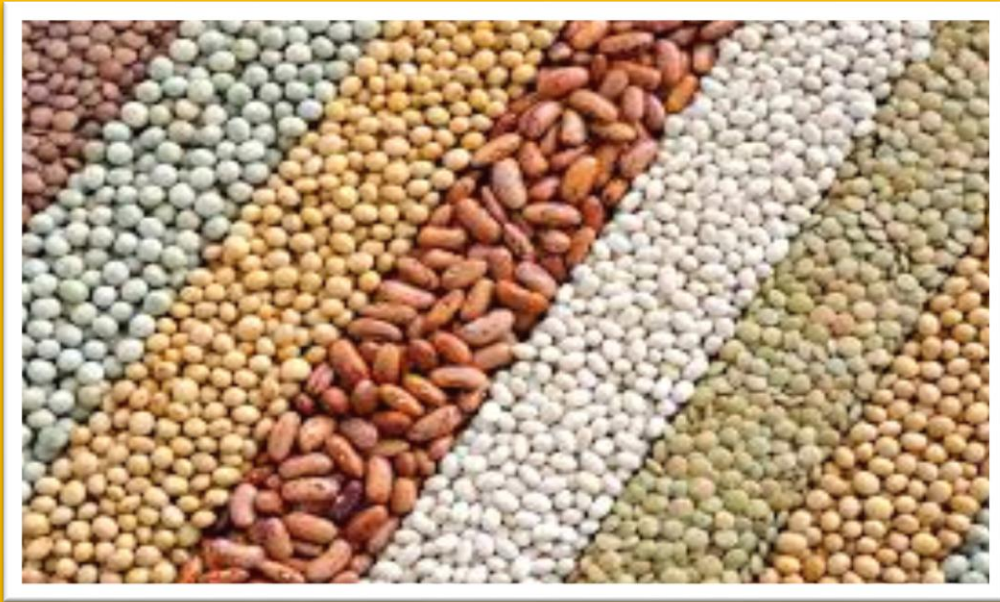
**الصف الأول - الفصل الدراسي الأول**

**قسع رياض الأطفال**

**(الدراسة الصبائية)-(2019 - 2020)هـ**

**مدرسة المادة: ه.د. إيمان يونس إبراهيم العبائي**

**حساسية البقوليات عند الأطفال**



## حساسية البقوليات عند الأطفال:

تعتبر البقوليات عائلة من النباتات التي تضمّ عددًا كبيرًا من المحاصيل النباتية كالفول السوداني وفول الصويا والفاصوليا الخضراء والبازيلاء والحمص والعدس واللوبيا، أما في ما يتعلق بحساسية الغذاء فهي ردّ فعل مسؤول عنه جهاز المناعة عند تناول طعام معين، وتنتشر حساسية البقوليات عند الأطفال بصورة أكبر من انتشارها عند الكبار، والأعراض تبدأ من خفيفة إلى شديدة، وتظهر في مدة تتراوح من دقائق إلى ساعات، وغالبًا ما يكون سبب الحساسية مرتبط بالبروتينات الموجودة في الغذاء، مما يؤدي إلى إفراز مواد تسبّب الحساسية مثل الهستامين، والجدير بالذكر أن هناك اختلافًا بين حساسية الغذاء وعدم تحمل الغذاء.



## أسباب حساسية البقوليات:

يصاب الشخص بحساسية الطعام عندما يتفاعل الجهاز المناعي في الجسم مع بعض الأطعمة، حيث يتعرف عليها وكأنها شيء ضار ومؤذي، مما يجعل الجسم يفرز أجسام

مضادة تسمى الجلوبيولين المناعي E ، فيقوم الجهاز المناعي بإفراز مادة كيميائية تسمى هيستامين تعبر مجرى الدم وتسبب الحساسية وفيما يأتي بعض الأغذية المحتوية على البروتينات والتي تسبب حساسية للطفل:

- القمح.
- البيض.
- الصويا.
- اللبن البقري.
- الفول السوداني.
- الجوزيات.

أعراض حساسية البقوليات عند الأطفال تختلف أعراض الحساسية من طفلٍ إلى آخر، كما تختلف كمية الطعام المطلوب حتى تظهر الأعراض، وتكون حساسية البقوليات عند الأطفال في شدة خطورتها عندما تؤثر على الجهاز التنفسي والتي تعرف بصدمة حساسية، ومن أعراضها:

- ضيق وصعوبة التنفس. ضعف النبض.
- الزرقة بسبب نقص الأكسجين.
- شحوب الجلد والإغماء.
- الضعف العام.

- الوفاة في بعض الأحيان.

ومن أعراض الحساسية البسيطة التي يعاني منها الأطفال هي الحكّة وظهور خلايا على الجسم تشبه خلايا النحل، أما أعراض الحساسية الشديدة فتظهر أعراضها على شكل تورّم في الحلق أو صعوبة في التنفس، ومن أكثر الأعراض شيوعًا:

- الأكزيما.

- تورّم في اللسان والشفاه والحلق.

- غثيان وإسهال.

- إغماء. دوخة.

- ألم في البطن.

- حكّة تتراوح ما بين بسيطة إلى شديدة.

**الوقاية من حساسية البقوليات عند الأطفال:**

إنّ حساسية البقوليات عند الأطفال لا تعالج بشكل نهائي، وإنما يتم ضبطها والسيطرة عليها، وللوقاية من حساسية البقوليات عند الأطفال وتجنب التعرض لها، ينصح بإرضاع الطفل طبيعيًا من الأم لمدة أربعة أشهر، أما إذا كان هناك مشاكل في الرضاعة الطبيعية ينصح بإرضاعه حليب خالي من أي بروتين بقري، وينصح باتباع بعض الإرشادات لضمان سلامة الطفل ولوقايته من حساسية البقوليات ومن هذه الإرشادات:

- يجب إعلام الأشخاص بأن الطفل مصاب بحساسية البقوليات، وذلك بإخبار من هم حوله كمعلمه وأصدقائه وزملائه والأشخاص الذين يتعاملون معه بشكل مستمر.
- يجب توضيح وتعريف الأشخاص المحيطين به، بأعراض حساسية البقوليات في حال ظهرت الأعراض على الطفل.
- يجب التحقق من المعلومات الموجودة على المنتج وعلب الأغذية وقرائها جيداً للتأكد من خلوّها من أي مادة قد تسبّب حساسية البقوليات عند الأطفال.
- يجب تحذير الطفل المصاب بحساسية البقوليات من أخذ الطعام من زملائه وأصدقائه.
- يجب متابعة الطفل دائماً عند الطبيب بالإضافة إلى إختصاصي تغذية لإعطائه المطلوب من الأدوية كمضادّات الهيستامين وإرشاده إلى الأغذية الخالية من مسببات الحساسية.