

بكاء الطفل بشكل متواصل من الممكن أن يسبب إلى إحباط، غضب، وفقدان السيطرة لدى الأهل، بالأخص في حالات التعب. ومن الممكن أن يلجؤوا إلى هزّ الطفل.

ما هي ظاهرة هزّ الطفل؟

الهزّ يحدث عندما يقوم شخص بالغ بالإمساك بجسم الطفل، بذراعيه أو بأضلاعه وهزّه هزّاً عنيفاً.

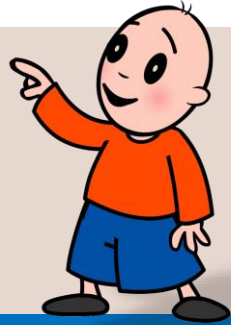
ماذا يحدث إثناء هزّ الطفل؟

رأس الطفل كبير وثقيل نسبة إلى باقي جسمه وعضلات رقبته ضعيفة. ونتيجة لذلك، يتحرك رأس الطفل إلى الأمام وإلى الوراء دون أن يستطيع أن يسيطر عليه، مما قد يؤدي إلى ضرر كبير لدماع الطفل. عندما نهزّ الطفل هزّاً عنيفاً يرتطم دماغه بجدار الجمجمة، والأوعية الدموية تتوسع، مما قد يؤدي إلى تمزّقها وإحداث نزيف داخلها. هزّ الطفل قد يؤدي إلى بقع دموية داخلية، أضرار دماغية دائمة، أو حتى الموت.

تذكروا،

البكاء ليس خطراً، الهزّ بلا!

ممنوع هزّ الأطفال!



بكاء الطفل ومخاطر الهزّ

من المهم:

من المهم أن نعرف أن بكاء الطفل طبيعي، حيث إنّه وسيلة للتواصل مع بيئته. غالبية الأطفال يبكون لبضع ساعات خلال اليوم، وهذا لا يعني أن الأهل مذنبون.

كيف علينا أن نتصرف عند بكاء الطفل؟

اهتموا بتلبية حاجاته الأساسية: جوع، تعب، وجع، برداخر، حفاظة ممتلئة.

حاولوا تهدئة الطفل عن طريق:

- ✓ عناق، طبطبة أو هزّ خفيف
- ✓ إسماعه موسيقى هادئة
- ✓ حمام دافئ
- ✓ نزهة في العربة

حاولوا تهدئة أنفسكم عن طريق:

- ✓ التنفس العميق
- ✓ ضعوا الطفل في مكان آمن، وأخرجوا من الغرفة وحاولوا أن تهدؤوا.
- ✓ اطلبوا المساعدة من شخص قريب
- ✓ إذا أحوح الأمر، توجهوا لطلب استشارة مهنية

