

انرژی دریافتی توصیه شده:

در شیرخواران این افزایش کالری دریافتی ممکن است با غلیظتر کردن شیرخشک یا اضافه کردن سِراک برنج به غذاهای پوره شده، صورت پذیرد.

در کودکان نوپا (یک تا دو سال) می‌توانیم با اضافه کردن چربی‌های خوش طعم مثل پنیر، کره و خامه به غذای کودک کالری دریافتی روزانه را افزایش دهیم (قابل ذکر است که تمامی موارد توصیه شده باید تحت نظر پزشک صورت پذیرد). در مواردی که کودک سوء تغذیه داشته باشد پزشک مولتی‌ویتامین مکمل آهن و مکمل روی برای او تجویز می‌کند.

سرانجام کودکان دچار: FTT

کودکان دچار FTT عموماً پیش‌آگهی خوبی دارند اما FTT نتایج وخیمی چون کوتاهی قد، اختلالات رفتاری و تأخیر تکامل نیز دارد.

عملکرد شناختی، به ویژه مهارت‌های زبانی در ۵۰ درصد کودکانی که دچار FTT هستند زیر طیف طبیعی است. کودکانی که سنشان زیر شش ماه و زیر یک سال است در معرض خطر بیشتری قرار دارند. مشکلات رفتاری عمومی تقریباً در ۵۰ درصد از این کودکان وجود دارد. این کودکان به ویژه در رفتارهای مربوط به غذا خوردن و دفع ادرار و مدفوع دچار مشکل می‌شوند.

تشخیص اختلال رشد:

اندازه‌گیری منظم وزن، قد و دور سر کودک توسط پزشک و هر بار قرار دادن این اعداد روی رشد استاندارد و بررسی منحنی رشد کودک در طول زمان روش خوبی است برای این‌که ببینیم آیا کودک به طور طبیعی رشد می‌کند یا نه. وزن حساس‌ترین معرف وضعیت تغذیه‌ای کودک است و در اثر سوء تغذیه زودتر از همه تغییر می‌کند. کاهش رشد قدی بیانگر سوء تغذیه شدید و طولانی است و سرانجام کاهش رشد دور سر کودک که می‌تواند شاخصی برای رشد مغز باشد، بیانگر سوء تغذیه بسیار شدید و مزمن است.

درمان اختلال رشد:

اولین نکته در درمان FTT شناسایی علت زمینه‌ای و اصلاح آن است، اما دو اصل وجود دارد که بدون در نظر گرفتن علت FTT همواره باید به آنها توجه داشته باشیم. ۱- تمامی کودکان مبتلا به FTT برای دستیابی به رشد احتیاج به رژیم غذایی پرکالری دارند ۲- تمامی کودکان مبتلا به FTT باید به طور مداوم توسط پزشک، پیگیری شوند. معمولاً این کودکان تا زمانی که به رشد مطلوب دست یابند و این روند مثبت حفظ شود، حداقل ماهی یک‌بار توسط پزشک بررسی می‌شوند

سال‌های ابتدایی زندگی زمانی است که اغلب کودکان در آن بسیار سریع‌تر از آنچه که بعداً رشد خواهند کرد، رشد می‌کنند و وزن می‌گیرند. گاهی بعضی از کودکان به استانداردهای رشدی مورد انتظار برای سن خود نمی‌رسند، هر چند که اغلب این کودکان، از نظر رشد طبیعی هستند ولی عده‌ای نیز دچار وضعیتی هستند که به آن اختلال رشد گفته می‌شود.

رشد ناکافی FTT بهترین تعریف برای فیزیکی و وزن‌گیری ناکافی است که با بررسی رشد کودک در طول زمان با استفاده از منحنی‌های استاندارد رشد تشخیص داده می‌شود.

علل اختلال رشد

۱) علل کاهش دریافت کالری: بی‌اشتهایی یا امتناع از غذا خوردن، رژیم غذایی نامناسب و فقیر، طرز تهیه ناصحیح شیرخشک (خیلی رقیق یا خیلی غلیظ)، شیردهی ضعیف مادران، ناهنجاری‌های فیزیکی که باعث اختلال در بلع می‌شوند، فقر، استرس و سایر عوامل روانی- اجتماعی ۲) علل افزایش از دست دادن کالری: اسهال، استفراغ، دیابت قندی (با علائم کاهش وزن، پرنوشی، پراداری) و سایر اختلالات متابولیک ۳) علل افزایش نیاز به کالری: پرکاری تیروئید، عفونت‌های مزمن، کاهش اکسیژن خون (مثل بیماری‌های مادرزادی قلب و بیماری‌های مزمن ریوی)

۲. غذاهایی خوش طعم و دلخواه کودک خود را تهیه کنید اما توجه داشته باشید که این غذا تمام گروه‌های غذایی را شامل شود. همیشه یک نفر ثابت به کودک غذا بدهد.
۳. کودک را به سبب غذا خوردن، تحسین کنید.
۴. سعی کنید که شما هم همراه با کودک غذا بخورید.
۵. محیطی که در آن به کودک غذا می‌دهید باید آرام باشد مثلاً تلویزیون باید خاموش باشد، تا کودک حواسش به چیزهای دیگر پرت نشود.
۶. تا آنجایی که ممکن است بگذارید کودک خودش غذا بخورد.
۷. میان‌وعده‌ها را باید در زمانی که کودک بدهد که اشتهاش او را برای غذای اصلی کور نکند
۸. مایعات و به ویژه آبمیوه‌ها را بعد از خوردن غذا به کودک بدهید تا اشتهاش او را از بین نبرند.
۹. به جای آبمیوه و نوشابه از شیر که کالری و پروتئین بیشتری دارد استفاده کنید.

اگر کودک قبل از شش ماهگی دچار FTT شده باشد رشد مغز او دچار اختلال می‌شود و در نتیجه نیمی از این کودکان دچار مشکلات هیجانی و احساسی و همچنین مشکلات تحصیلی می‌شوند که تشخیص به‌موقع و درمان صحیح و کامل FTT می‌تواند از این عواقب وخیم پیشگیری کند.



چند توصیه برای بهتر غذاخوردن کودک:

۱. باید کودک را به غذا خوردن تشویق کنید ولی هیچ‌وقت با اجبار به او غذا ندهید.

بیمارستان آل جلیل آق فلا



0173-5226767



دانشگاه علوم پزشکی گلستان
بیمارستان آل جلیل آق فلا

اختلال در رشد
(FTT)



گرد آورندگان:
پرسنل بخش اطفال