

كساح الأطفال

ما هو كساح الأطفال؟

كساح الأطفال هو مرض في العظم يؤثر على الأطفال عندما يعانون من نقص في فيتامين د. فالجسم يحتاج إلى مزيج من فيتامين د ونوعين آخرين من الأملاح المعدنية تدعى الكالسيوم والفسفور، لكي تكون العظام قوية. فإذا لم يكن معدل فيتامين د كاف في الجسم عندئذ يكون التحكم بطريقة عمل الكالسيوم والفسفور مفقوداً فلا تقسى العظام ولا تحافظ على قوتها، ولا تكون قادرة على دعم وزن الجسم المتنامي بطريقة صحيحة. وفي بعض الأحيان ينشأ الكساح أيضاً لدى الأطفال الذين يعانون من أنواع نادرة من مرض الكلى والكبد أو كمضاعفات لاضطراب في الجهاز الهضمي. الكساح غير شائع لدى الأطفال حديثي الولادة غير أننا نراه لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين ٦ و٢٤ شهراً.

الأعراض

يسبب كساح الأطفال ألماً أو وجعاً في الذراعين، والساقين، والعمود الفقري والحوض. وقد تظهر أيضاً ساقا الطفل ملتوية، وصدرة مشوهة الشكل، ويعاني من مشاكل في الأسنان، وفقدان العضل وازدياد مخاطر حدوث كسور لديه (تتكسر العظام بسهولة). أما بالنسبة للتغيرات في الجمجمة فقد تحدث أيضاً مؤدية إلى مظهر الرأس بشكل "مربع".

حول فيتامين د

- إن فيتامين د هو فيتامين يذوب في الدهن يمكن أن يأخذه الجسم بطريقتين:
١. يمتصه الجسم من خلال الطعام الذي نتناوله. الأطعمة التي تحتوي على مصادر جيدة لفيتامين د هي منتوجات الحليب، والبيض والخضار الخضراء اللون.
 ٢. تفرزه البشرة عندما نتعرض لأشعة الشمس ما فوق البنفسجية. والأشخاص الذين تكون بشرتهم داكنة أكثر يحتاجون إلى التعرض الإضافي لأشعة الشمس ما فوق البنفسجية لكي تفرز بشرتهم نفس المستوى من الفيتامين د.

معالجة الأسباب الشائعة

رغم أن كساح الأطفال ليس شائعاً غير أن عدد الحالات الموجودة في أستراليا قد ازداد قليلاً. ويمكن تفسير هذه الزيادة بما يلي:

- حملات التوعية الخاصة بسرطان الجلد، وقد حملت بعض الأطفال على عدم التعرض لأشعة الشمس على الإطلاق أو نادراً وبالتالي فإن جسمهم غير قادر على إنتاج فيتامين د.
- الخليط الثقافي في سكان أستراليا. يحتاج الناس ذوي البشرة الداكنة إلى التعرض أكثر من غيرهم لأشعة الشمس ما فوق البنفسجية من أجل إنتاج فيتامين د. كما أن بعض الملابس التي يرتديها بعض الأشخاص نظراً لعاداتهم الثقافية والدينية تحول أيضاً دون تعرضهم لأشعة الشمس بالقدر اللازم.
- معظم الوالدين يختارون إرضاع الطفل من الثدي فقط حتى بعد بلوغه ٦ أشهر بدل تقديم الأطعمة العادية له، ونسبة الفيتامين د قليلة في حليب الثدي.

إن التعرض لأشعة الشمس بمقدار كافٍ كل أسبوع وتناول نظام غذائي غني بالفيتامين د يمكن أن يقيا من كساح الأطفال، وتستجيب العظام بسرعة كبيرة عندما يحصل الجسم على ما يكفي من الفيتامين د والكالسيوم. إذا تمت معالجة كساح الأطفال منذ الصغر فهناك مجال جيد لاختفاء أية تشوهات مع نمو الطفل وتقدمه.

أعدت كجزء من نشرة

مجلة صحة الأطفال **Community Paediatric Review**، وهي مجلة وطنية للمرضين والاختصاصيين المهنيين في مجال صحة الأطفال، بدعم من منحة تعليمية من شركة Wyeth Nutrition. هاتف 1800 55 2229

لمزيد من المعلومات إتصلوا بمركز صحة الطفل، مستشفى الأطفال الملكي، ملبورن. هاتف 03 93456150 أو فاكس 03 93472688 www.rch.org.au/ccch

© حقوق الطبع والنشر محفوظة ٢٠٠٥. يمكن نسخ هذه المطبوعة لتوزيعها على الوالدين.