

## وضع الطفل وحمله

## المواد



بطانيات، ووسائد ومناشف، وأكياس الرمل، وسجادة على الأرض، ودُمية ذات أطراف مرنة يمكن وضعها في وضع معين، فلا تصلح دمية من البلاستيك الصلب، ومواد عرض.

## وسيلة التعارف



اطلب من المجموعة الوقوف أمامك في صفوف؛ حيث يتكون كل صف من ثلاثة أفراد. يجب على الشخص الأمامي أن يقف وظهره لك مواجهًا الاثنين الآخرين. والآن، اطلب من الشخص رقم ثلاثة في آخر الصف أن يتخذ أي وضع غريب يريده مستخدمًا الذراعين، الساقين، الرأس، الجسم، وكل ما يريده، ويثبت على هذا الوضع. يجب الآن على الشخص الأمامي محاولة جعل الشخص رقم اثنين في هذا الوضع نفسه، من خلال إعطائه تعليمات، باستخدام الكلمات فقط. ربما لا تُبدي تعليماته ما ينبغي على الشخص الثاني القيام به. دعهم يتبادلون الأدوار جميعًا، حسب ما يتوافر لديك من وقت.

## الشرح



اشرح لهم نتائج الوحدة (على سبورة ورقية).  
كمقدم رعاية، سوف:

1. تفهم أهمية الوضع الصحيح
2. يكون لديك ثقة أكبر عندما تضع طفلك المصاب بالشلل الدماغي، وستكون قادرًا على عرض طرق أفضل لوضع طفلك أمام الآخرين داخل عائلتك أو مجتمعك.

## مقدمة حول وضع الطفل

## المواد



الصور 01.3 أ، 01.3 ب، 01.3 ج، 01.3 د

**النشاط** اعرض الصور المختلفة واطلب من مقدمي الرعاية العمل في مجموعات صغيرة وإلقاء نظرة على الصور. اطلب منهم أن يُشيروا إلى بعض الصعوبات التي قد تواجههم عند إمساك طفل ووضعه في أي من هذه الصور. ناقشهم في الأسباب التي تجعل هذه الأوضاع غير مفيدة. وجّه لهم أسئلة كالتالي:



هل تعتقد أن هذا الطفل سيكون قادرًا على اللعب أو التواصل أو الاختلاط أو تناول الطعام؟ ركّز على إظهار الصعوبات، مثل: لا يستطيع الطفل أن يرفع ذراعيه، أو لا يستطيع أن ينظر حوله، أو لا يمكنه أن يتحرك، أو يلعب.



## الشرح



إن الأوضاع السيئة للإمساك بالطفل ووضعه:

- ستعوق نمو طفلك.
- ستجعل الأمر أكثر صعوبة بالنسبة لك عند التقاط طفلك وحمله والإمساك به كل يوم.
- يمكن أن تسبب لك مشكلات مثل التسبب في إصابته بما يلي:

**مناطق ضغط:** عند وقوع ضغط من الخارج على جزء من الجسم، لا يتدفق الدم بسهولة خلال العضلات في تلك المنطقة، ومن ثمّ تنشأ القروح. يبدأ ذلك بظهور مناطق حمراء داكنة أو أرجوانية اللون. ولا تميل هذه القروح إلى الشفاء بسرعة؛ نظراً لعدم تدفق الدم إليها بصورة جيدة، وهو ما يمكن أن يتسبب في إزعاج الطفل كثيراً.

**التقُّع:** إذا اتخذ أحد أطراف الجسم وضعًا واحدًا لفترة طويلة، تنكمش العضلات وتصبح المفاصل متصلبة. وهذا ما يُسمى بالتقُّع *contracture*.

**التشنُّجات:** عندما يقضي الطفل ساعات طويلة في وضع واحد، فقد يُصاب بالتشنُّجات، حتى لو كنت تهتم بطفلك جيدًا، مثل الحفاظ على نظافته وجفافه وخلوه من مناطق الضغط وإطعامه جيدًا... إلخ. ومن الممكن أن يصبح ظهره منحنيًا ومقوسًا، ومن الممكن أن يتحرك وركبتيه من مكانهما أو يُصاب بخلع في الفخذ.

## الأوضاع الجيدة للإمساك بالطفل ووضعه:

**السؤال** لماذا تعتقد أن الأوضاع الجيدة للإمساك بالطفل ووضعه أمر مهم بالنسبة للطفل المصاب بالشلل الدماغي ومقدم الرعاية له؟ ناقش الأسباب وتأكد من تغطية النقاط التالية:



- كيف يؤثر إمساك الطفل ووضعه فيما يمكنه القيام به وطريقة نموه؟
- تساعد هذه الأوضاع الجيدة على جعل الأكل والشرب واللعب والتواصل أسهل بالنسبة لطفلك.
- تجعل هذه الأوضاع الجيدة الأكل والشرب «أكثر أمنًا».
- تسهّل هذه الأوضاع الجيدة رعايتك لطفلك.
- إن هذه الأوضاع الجيدة هي الأساس لجميع الأنشطة التي تقوم بها مع طفلك.
- تساعد هذه الأوضاع الجيدة على تجنب الأوضاع التي تُضعف الطفل وتصيبه بالتشنُّجات
- تستحق هذه الأوضاع مزيدًا من التعلُّم، مع وجود معالج إن أمكن.
- يجب استخدامها مع طفلك في كل وقت.

## كيف تضع طفلك في الوضع الصحيح؟

**الشرح** اشرح لهم ما يمكنك القيام به لوضع طفلك وضعًا صحيحًا بطرق أكثر فائدة. شجعهم على النقاش. تناول بالنقاش النقاط الرئيسية التالية، وتأكد من أن المشاركين يدركون أن تحديد الأوضاع الصحيحة والمناسبة سوف يختلف من طفل إلى آخر. من المهم جدًا أن يفهموا أن جميع الأوضاع ليست مفيدة لجميع الأطفال.



### 1. تعلّم طرقًا مفيدة لنقل طفلك

- عليك أن تجعل الطفل يُرخي نفسه إذا كان متصلبًا.
- لا تجبره على اتخاذ وضع معين، ثم تتوقع منه أن يظل على ذلك الوضع. اطلب من معالج/ مرشد مجتمعي المساعدة في كيفية القيام بذلك.

### 2. حاول أن تضع طفلك في أفضل وضع ممكن

- استهدف «الأوضاع المثالية» (انظر أدناه).
- قد يشعر الطفل بعدم الراحة في وضع جديد في البداية. عليك بالمتابعة، واطلب المشورة من معالج أو مرشد مجتمعي إذا كان الطفل ما يزال يشعر بعدم الراحة.

### 3. غير وضعه كثيرًا، كل 30 دقيقة

- شجع طفلك على تغيير وضعه بنفسه أو ساعده في ذلك.
- تذكّر أنك إذا تركت طفلك في وضع واحد لعدة ساعات، فربما يُصاب بقروح ناجمة عن الضغط على مناطق معينة من الجسم، وربما يتصلب جسده في ذلك الوضع مما يتسبب في زيادة إعاقته. فالطفل بحاجة إلى أن يُوضَع في مجموعة متنوعة من الأوضاع المفيدة على مدار اليوم..



**النشاط** قَسِّمَ مقدمي الرعاية إلى مجموعات صغيرة، واطلب منهم مطالعة الصور التالية التي تعرض أوضاعًا مختلفةً. اطلب من المجموعات استخدام قائمة التحقق التالية لمساعدتك في اتخاذ قرار بشأن ما إذا كان الطفل في وضع سيئ أو جيد. ناقش لماذا يكون الوضع سيئًا؟ ثم لماذا يكون الوضع التالي جيدًا؟

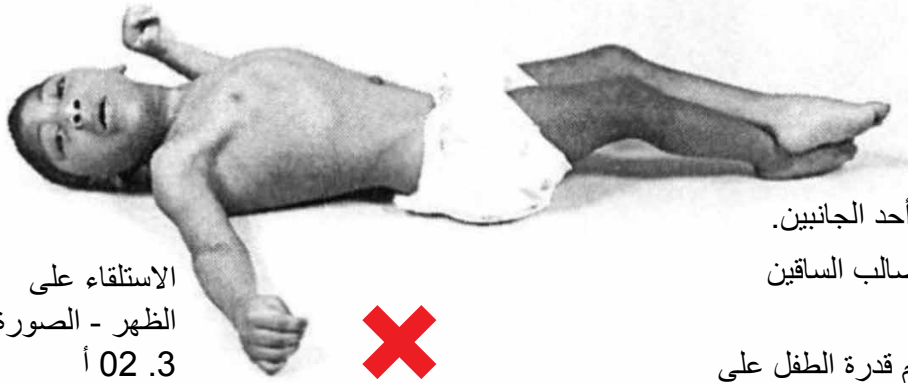


القائمة المرجعية (عرض سبورة ورقية):

- الرأس والجسم.
- الساقان والقدمان.
- الكتفان والذراعان.

## الاستلقاء على الظهر

### وضع سيء

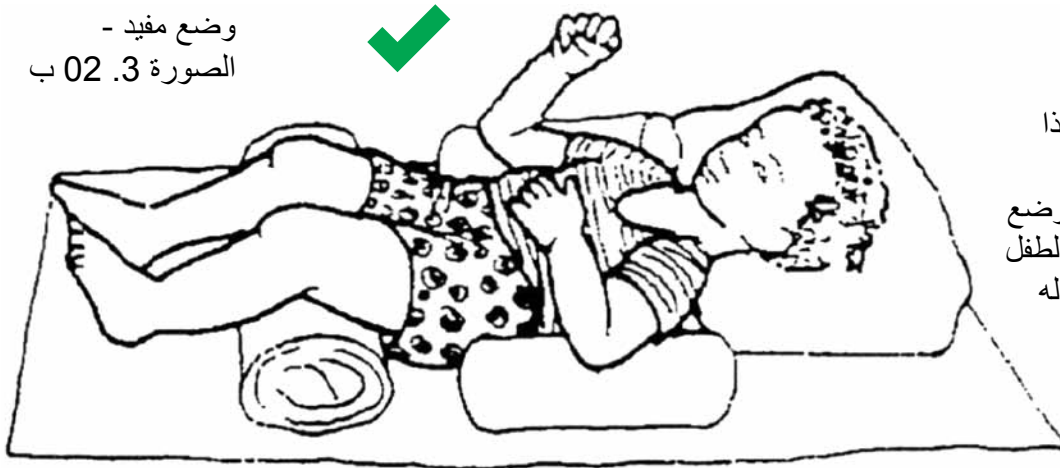


الاستلقاء على  
الظهر - الصورة  
02. 3 أ

تناول بالنقاش النقاط التالية. يُعد هذا الوضع سيئًا للأسباب التالية:

- اندفاع الرأس للخلف، ثم اتجاهها إلى أحد الجانبين.
- اتجاه الفخذين للداخل بما يؤدي إلى تصالب الساقين (مقص).
- اتجاه الأقدام لأسفل، وهو ما يعني عدم قدرة الطفل على جعلها في وضع مستوٍ حال جلوسه.
- تباعد اليدين والذراعين عن الجسم.
- قَبْض اليدين وإغلاقهما.

### وضع مفيد



وضع مفيد -  
الصورة 02. 3 ب

ناقش المشاركين لماذا يُعد هذا وضعًا أفضل للاستلقاء على الظهر؟ وَصِّحْ لهم أن هذا الوضع يمكن أن يكون مفيدًا لراحة الطفل على الرغم من أنه لا يسمح له بممارسة أنشطة أخرى.

### الرأس والجسم

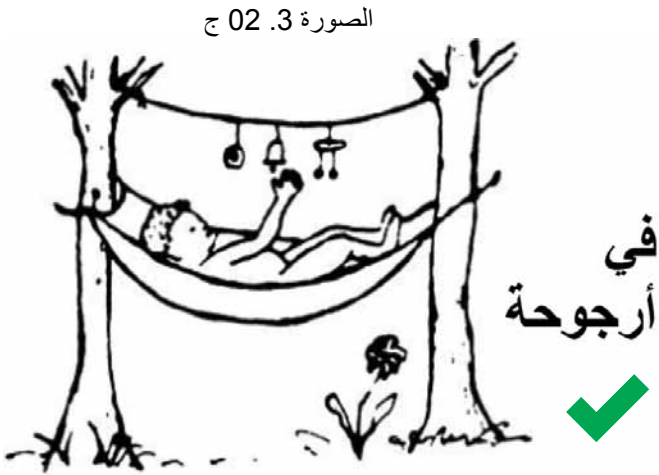
- إذا كان الطفل يستطيع تحريك رأسه بنفسه، فَتَأَكَّدْ أنه يشعر بالراحة.
- إذا لم يكن يستطيع تحريك رأسه بنفسه، فَتَأَكَّدْ أنه في المنتصف ويشعر بالراحة.
- يجب أن يكون جسده (عموده الفقري) منتصبًا؛ ضع مناشف مطوية على جانبي الطفل إذا لزم الأمر لتدعيمه والحفاظ عليه في وضع مستقيم.

## الساقان والقدمان

- أثن فخذي الطفل؛ فهذا الوضع يساعد على تخفيف الحمل على أسفل ظهره، الذي غالبًا ما يتعرض للتقوس، فضلًا عن أنه يساعد على إرخاء التصلب في ساقيه. ضَع دعامة تحت ركبتي الطفل (وليس تحت قدميه) للحفاظ على فخذه في وضع انثناء.
- حافظ على جعل ساقيه مفتوحين وغير متقاطعين.. استخدم وسادة بينهما إذا لزم الأمر.
- يجب أن تكون القدمان أقرب إلى وضعية الوقوف قدر الإمكان.. إذا كانت قدما الطفل تندفعان للاتجاه لأسفل، تحدّث مع المعالج حول الحاجة إلى جهاز تقويم عظام الكاحل/ القدم.

## الكتفان والذراعان

- ينبغي أن يكون الكتفان والذراعان للأمام ومدعومين، ولا سيّما إذا كان الذراعان يتراجعان للخلف. يساعد هذا الوضع أيضًا على إرخاء الجزء العلوي من ظهر الطفل، ويسمح له بفتح يديه بمزيد من السهولة.
- إن الرقود في أرجوحة يمكن أن يساعد على استرخاء العضلات المشدودة.
- يمكن أن يتدلى الرضع/ الأطفال الصغار في منشقة كبيرة (يرفعها شخصان بالغان) لإرخاء عضلات الطفل المشدودة.



## التمدد على البطن

**النشاط** يتطوع أحد أعضاء المجموعة ليمتد على الأرض مقلداً وضع سيئ للطفل المبين في الصورة. اطلب من المجموعة تغيير هذا وضع سيئ إلى آخر مفيد، وذلك باستخدام الوسائد أو البطانيات. شجع المجموعة على المناقشة أثناء إجراء التغييرات. بعد ذلك، اعرض عليهم الصور التي تظهر أوضاعًا أكثر فائدة وناقشهم في الأسباب.



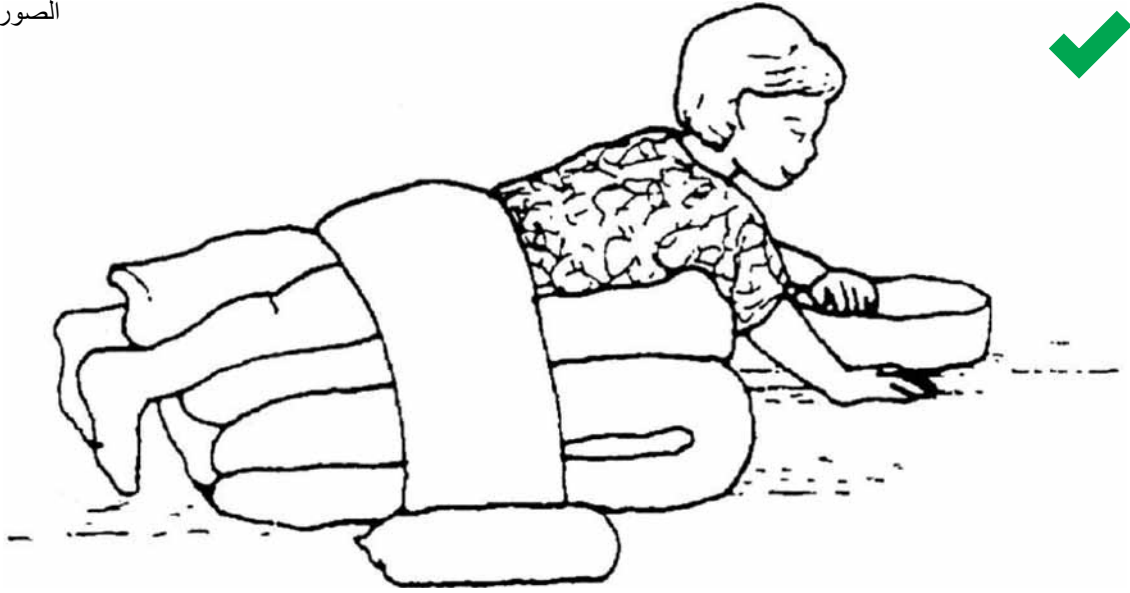
## وضع سيئ

ناقش الأسباب التي تجعل هذا الوضع سيئًا، وهي:

- جسم الطفل ليس مستويًا، حيث غير اتجاه رأسه لكي يتنفس.
- العضلات لا تعمل.
- لا يستطيع رؤية أي شيء.
- يمكن أن تتصلب القدمان.
- اليدين في وضع قبضة.
- لا يمكن للطفل القيام بأي شيء.



الصورة 3. 03 أ



### الرأس والجسم

- في خط مستقيم.
- شَجَّعَ الطفل على رفع رأسه، والنظر إلى شيء أمامه على الأرض. هذا هو الوقت المناسب ليلعب معه أحد أشقائه بالتمدد على الأرض أيضاً.

### الساقان والقدمان

- في وضع مستقيم؛ اضغط لأسفل على مقعدة الطفل من جانب إلى آخر في حركة هزازة لمساعدته على فَرْدَ الفخذين.
- يمكنك وضع أكياس أوزان على فخذي الطفل.

### الكَتِفَانِ والذراعان

- يجب أن يكون الذراعان متماسيين مع الكتفين أو أمامهما قليلاً (تَأَكَّدْ من أن الوسادة أو المناشف التي يتمدد عليها الطفل تصل إلى الإبطين لمساعدته في الحفاظ على ذراعيه إلى الأمام).
- شَجَّعَ الطفل على فتح يديه والضغط عليهما لأسفل إن أمكن (ربما تحتاج إلى مساعدته في فتحهما بلطف. أما إذا كانت يداه متصلبتين جداً بدرجة تعوق بقاءهما مفتوحتين، فاستمر في مساعدته في كل مرة تستخدم هذا الوضع).
- أهم شيء في هذا الوضع أنه غير مناسب لجميع الأطفال! يمكن مناقشة أنسب الأوضاع كجزء من التقييم المنزلي.

**النشاط** اشرح هذا الوضع باستخدام أحد أطفالك في المجموعة إذا كان هناك طفل على استعداد للتطوع. وناقش الفوائد المحتملة لهذا الوضع، على سبيل المثال استعرض كيف يكون الطفل في وضع أفضل بكثير للعب.



## التمدد على الجانب

### وضع مفيد

#### المواد

الصور 3. 04 أ



#### الرأس والجسم

- تُوضع الرأس على وسادة لدعمها بحيث يكون ذقن الطفل في وضع مستو (في الوسط، مع وجود الرأس والعمود الفقري في خط مستقيم).
- ضع دعامة جيدة لظهر الطفل، من أعلى رأسه إلى قدميه.

#### الساقان والقدمان

- إنَّ ثني إحدى الساقين وفرد الأخرى يساعد على إرخاء التصلب في ساق الطفل.
- حافظ على بقاء الساق السفلية مفرودة.
- ضع دعامة للساق العلوية، التي تكون منثنية عند الركبة، باستخدام الوسائد أو البطانيات حتى تكون الركبة على نفس مستوى الفخذ. وهذا مهم للمساعدة في منع حدوث إصابة بالفخذ (كالخلع).

#### الكتفان والذراعان

- يجب الحفاظ على وضع الكتف والذراع السفليين إلى الأمام حتى لا ينحسران تحت جسم الطفل.
  - حافظ على جعل كلا الذراعين إلى الأمام ليستطيع الطفل ضم يديه معًا. وشجعه على استخدام يديه باللعب معه أو وضع لعبة قربه ليلمسها ويصل إليها.
- ينبغي تغيير هذا الوضع خلال النهار من جانب إلى آخر، أو إلى وضع آخر كل نصف ساعة. وهذا الوضع جيد لنوم الطفل أيضًا.

كان من المهم جدًا متابعة المسائل المتعلقة بوضع الطفل وضعا صحيحا خلال الزيارات المنزلية، حتى تتمكن من ملاحظة كيف كان الطفل يقضي معظم يومه؛ فضلا عن العمل مع أفراد أسرته لمراجعة جميع المعلومات المتعلقة بوضع الطفل وتحديد الأوضاع المفيدة للغاية لكل طفل على حدة.

# الجلوس مع مقدّم رعاية

وضع سيئ

المواد

الصور 05.3 أ، 05.3 ب، 05.3 ج، 05.3 د



هذه أوضاع سيئة للأسباب التالية:

- رأس الطفل تتدلى إلى الوراء، أو إلى أحد الجانبين، أو تميل تجاه مقدم الرعاية.
- إنه يرقد فحسب، ولا يجلس على مقعدته.
- الوركان غير مثنيين، والعضلات الخاطئة هي التي تعمل.
- يداه غير حُرَّتِين للقيام بعمل أي شيء.
- ذراعه لا تساعداه على الجلوس.
- إنه غير قادر على القيام بأي شيء بيديه.





## وضع مفيد

### المواد

الصور 3. 13 أ، 3. 13 ب، 3. 13 ج



### الرأس والجسم

- إذا لم يتمكن من الاحتفاظ برأسه منتصبًا، فتأكد من جلوسه منتصبًا مع وضع دعامة للرأس والظهر.
- إذا كان الطفل يستطيع الاحتفاظ برأسه منتصبًا، فاستخدم يديك لدعم صدره و/ أو الفخذين بما يكفي لمساعدته على البقاء منتصبًا والتحكم في رأسه فحسب.
- يجب أن يحرك عضلاته لتحريك جسده والاحتفاظ بها منتصبًا.

### الساقان والقدمان

- اثن فخذي الطفل بزاوية صحيحة على الأقل. وسيساعده ذلك على إبقاء ظهره في وضع جيد؛ فضلًا عن إيقافه عن الاندفاع للخلف والانزلاق من حضنك. يمكنك وضع دعامة لقدميه إن أمكن.

### الكتفان والذراعان

- يجب أن يكون الكتفان إلى الأمام قليلاً بحيث يكون الذراعان واليدان أمام جسده، فيمكنه استكشاف جسده والأشياء. أهم شيء في هذا الوضع أنه غير مناسب لجميع الأطفال! يمكن مناقشة أنسب الأوضاع كجزء من التقييم المنزلي.

**النشاط** اطلب من أحد المتطوعين شرح أحد الأوضاع المفيدة مستخدمًا طفله، وشجّع بقية المجموعة على التدخل بالمساعدة والإضافة.



**الشرح** من المهم أيضًا لنمو طفلك أن تمنحه الفرصة لممارسة استخدام عضلاته التي يحتاج إليها في تحقيق التوازن أثناء الجلوس. العب لعبة معه، أو ساعده في استكشاف جسده أو أعباه أو غير ذلك من أشياءه. وتبين هذه الصورة طريقة أكثر نشاطًا للعب مع طفلك في وضع مفيد..



### المواد

الصور 3. 06 أ، 3. 06 ب، 3. 06 ج، 3. 06 د





# الجلوس على كرسي أو عربة أطفال

## وضع سيئ

### المواد

الصور 01.3 أ، 01.3 ب  
(انظر بداية القسم)



هذا وضع سيئ للأسباب التالية:

- رأسه تتدلى إلى الوراء، ويميل إلى الانزلاق خارج الكرسي.
- الفخذان مستقيمان ومتصلبان للغاية
- لا يوجد دعم للكتفين، فهما إما يرجعان للخلف وإما يندفعان للأمام جداً.
- يميل الطفل إلى جنبه ووضعه غير مستقر.
- يمكن أن تنشأ مشكلات في الساق بسبب التواء عظام الساق.



## وضع مفيد

### المواد

الصور 3. 07 ج، 3. 07 د، 3. 07 هـ



### الرأس والجسم

- يجلس الطفل منتصبًا وظهره مفردًا ورأسه منتصبًا.
- الردفان يرجعان بالكامل إلى الوراء.
- إذا كان هناك حزام حاضن، فتأكد من ربطه بحزم بما فيه الكفاية لمنع من الانزلاق لأسفل في الكرسي.

### الساقان والقدمان

- يجب تزويدهما بدعامات.

### الكفّان والذراعان

- يجب تزويدهما بدعامات لدفعهما إلى الأمام قليلاً أمام الجسم.



# الجلوس على الأرض

## وضع سيئ



المواد  
الصورة 3. 08 أ



هذه هي النقاط الرئيسية التي يجب مناقشتها:

- هذا الوضع يمكن أن يؤدي إلى إصابات في الركبتين والفخذين.
- لا يحتاج الطفل إلى كثير من التحكم ليجلس في هذا الوضع، لذا فإنه لا يحتاج إلى تعلم أو ممارسة موازنة الجزء العلوي من الجسم على الحوض.
- لا يتعلم الطفل تطوير توازنه جيداً أثناء الجلوس إذا اتخذ هذا الوضع على الدوام. ولذلك قد لا يتعلم أبداً الجلوس بتوازن جيد في أي وضع آخر للجلوس.
- ومع ذلك، إذا كانت هذه هي الطريقة الوحيدة التي تسمح لطفلك بأن يكون مستقلاً أثناء الجلوس، فينبغي دعمه، ولكن لا تدعه يجلس في هذا الوضع على الدوام.

## الوضع المفيد

المواد  
الصورة 3. 08 ب، 3. 08 ب



يمكنه الجلوس بشكل مستقل مغلقاً ساقيه.

يجب أن يجلس أحياناً وساقاه مفردتان غير منتبيتين على الدوام (حذارٍ من التققع العضلي).

## الجلسة التدريبية - الجزء الثاني الوقوف

### المواد

الصور 3. 09، 3. 09ب، 3. 09ج



### وسيلة التعارف

تبيين وسيلة التعارف للمجموعة لأهمية التوازن.



- اطلب من المجموعة الوقوف على ساق واحدة. وأعطِ ورقة لكل فرد، واطلب منه طي الورقة وتمزيقها إلى أربعة أجزاء متساوية مع التوازن على ساق واحدة.
- الآن اجعلهم يفعلون الشيء نفسه، ولكن بالوقوف على كلا الساقين.
- قارن مدى سهولة أو سرعة قيامهم بهذا النشاط في حالة عدم التوازن وحالة التوازن الجيد.
- والآن اربط تلك المقارنة بالصور التالية، وانظر إلى حالة التوازن، وكيف يؤدي عدم التوازن إلى صعوبة في قيام الطفل بعمل أي شيء بيديه.



وضع سيئ (الصورة 3. 09أ)

### وضع سيئ

- عضلات الساق متصلبة (إحدى الساقين أو كليهما)، ولذا لا يتمكن الطفل من الوقوف على قدم مسطحة مع فرد الركبتين والخصيتين.
- لا يمتلك توازنًا جيدًا بما يكفي لعمل شيء بإحدى يديه أو كليهما.
- عليه أن يمسك بشيء ليدعم نفسه.
- كل ما يمكنه القيام به هو الوقوف، مع ثني الفخذين والركبتين.

### وضع مفيد

- اشرح لهم أن هذه مجرد قطعة بسيطة من الخشب.
- وأن التوازن ليس صعبًا في هذا الوضع.
- وأن الفخذين والركبتين في وضع جيد، مما يساعد على الحفاظ على القدمين في وضع مسطح.
- وأن الكتفين والذراعين إلى الأمام.
- وأن الطفل لم يعد بحاجة إلى الإمساك بأي دعامة.
- فيداه الآن حُرَّتَانِ ويمكنه عمل أي شيء.
- انظروا إلى ابتسامة هذه الطفلة!



وضع مفيد (3. 09ب)



# جهاز إطار المساعدة على الوقوف

## وضع مفيد

اطلب من المجموعة مناقشة الأشياء الجيدة، وتناول بالمناقشة النقاط الرئيسية المبينة أدناه:

### الرأس والجسم

- يكون ظهر الطفل منتصبًا. إذا مال جسمه إلى اليسار أو اليمين، ضع منشفة مطوية على أي من جانبيه في الجهاز للحفاظ على جسمه منتصبًا.
- يتجه الفخذان للأمام. يمكنك ضبطهما بلطف إذا لزم الأمر.
- يغطي القميص بطن الطفل بحيث لا يتلامس الجلد مع الجهاز.

### الساقان والقدمان

- تكون أقدام الطفل ثابتة بقوة على الأرض (بما في ذلك الكعبان)، بحيث تتجه الأصابع إلى الأمام، ولا تنهار القدمان أو ترتخيان.
- إذا كان يمكنك تحريك قدميه بسهولة، فإنه لا يضع ما يكفي من الوزن عليهما. فك إطار المساعدة على الوقوف، واسمح للطفل بوضع وزن أكبر على القدمين قبل تهيئته في وضع الوقوف مرة أخرى وإغلاق الإطار. تحقق من وضع الفخذين والقدمين.
- إذا كانت أقدام الطفل في وضع سيئ جدًا، فلا يجب أن يقف إلا بعد تقييم حالته للحصول على جهاز تقويم عظام واستخدامه له.

### الكتفان والذراعان

- يجب أن تظهر ذراعا الطفل أمامه على الصينية/ الطاولة، والتي ينبغي أن تكون في ارتفاع حلمتي الصدر تقريبًا.
- سيكون من الجيد إذا كان الطفل يدفع ذراعيه أو يستخدمهما في لمس لعبة أو شيء يحبه على الطاولة.

السؤال المجموعة: لماذا تعتقدون أن الوقوف أمر مهم؟



تأكد من تغطية النقاط التالية في المناقشة:

- يُعد الوقوف وضعًا مهمًا للأطفال الذين يعانون من الشلل الدماغي.
- إذا وُضِعَ طفل على هيئة صحيحة في إطار مساعدة على الوقوف، فهذا يساعد في نمو مفصل الورك وتقويته ومنع الإصابة بالتقاع العضلي في مفاصل الساق.
- وإذا لم يقف طفل أبدًا، فلن ينمو وركاه جيدًا، وسيصبح ضعيفًا، ويمكن أن يتعرض للإصابة بخلع في أي مفصل عندما يكبر، مما يسبب له الألم ومشكلات أخرى.
- إن الطفل الذي لا يقف أبدًا، يصبح لديه عظام أضعف وأقل كثافة مما يسهل كسرها.
- يساعد الوقوف في التنفس ويساعد الدورة الدموية.
- يساعد الوقوف على إفراغ المثانة والأمعاء.
- يساعد الوقوف على تحمّل الوزن، وهو ما يمكن أن يساعد في تقليل التصلب والحركات غير المنضبطة للساقين.

إن العديد من الأطفال ذوي الإعاقة غير القادرين على الوقوف يقضون أوقاتهم في الرقود أو الجلوس. وبوضع الطفل في جهاز إطار مساعدة على الوقوف، يتمكن من رؤية العالم حوله بشكل مختلف، ويمكنه الانخراط والتفاعل مع أقرانه على نفس المستوى. وهذا يوفر تحفيزًا أوسع للطفل، وسيسهم في نموه الاجتماعي ومهارات التفكير لديه بوجه عام.

## التقاط الطفل

### المواد

الصور 3، 10، 3، 10 ب



### النشاط

اعرض الصورتين التاليتين واطلب من المجموعات أن تحدد الصورة التي تُظهر الوضع المفيد لالتقاط الطفل. تأكّد من تغطية النقاط التالية في المناقشة.



## العناية بظهرك!

تذكّر أن تلتقط طفلك بهذه الطريقة حتى لا تصيب ظهرك بأي ضرر.



### وضع سيئ

- الطريقة الضارة: يتسبب لك الانحناء إلى الأمام مع فرد الساقين بإصابات صغيرة في الظهر في كل مرة تقوم فيها بذلك. ومع مرور الوقت يمكن أن تُصاب بالآلام شديدة في الظهر..

### الوضع المفيد

التقط الطفل بطريقة تحمي ظهرك وتوفر أفضل وضع بالنسبة له:

- اثنِ ركبتيك وحافظ على ظهرك مفردًا أو مقوسًا قليلاً.
- من السهل أحياناً أن تلتقط طفلك مع تقديم قدم على الأخرى قليلاً.
- احتفظ بطفلك أقرب ما يكون من جسمك قبل رفعه.
- ارفعه مستخدماً العضلات القوية لساقيك، وليس ظهرك.
- إذا صار طفلك أضخم وأثقل، يُفضل أن لا ترفعه وحدك، ولكن اطلب المساعدة من شخص آخر.
- إذا كنت ترفع طفلك بمساعدة شخص آخر، فقم بالعدّ قبل الرفع حتى يرفع الشخصان الطفل في الوقت نفسه.





## حمل الطفل

### المواد

الصورة 3. 11أ، 3. 11ب، 3. 11ج، 3. 11د



### النشاط

اعرض مجموعة من الصور، وناقش أوضاع حمل الطفل الجيدة والسيئة، مُسلطاً الضوء على النقاط الرئيسية التالية. لإنهاء النشاط، قَسِّمْ مقدمي الرعاية إلى مجموعات صغيرة وامنحهم الفرصة لمناقشة الطرق المفيدة لحمل الطفل التي يرغبون في تجربتها بالمنزل مع أطفالهم. بعد ذلك، اطلب منهم إظهار براعتهم في الحمل مستخدمين دمية أو أطفالهم. شجّع مقدمي الرعاية الآخرين على دعم بعضهم بعضاً للوصول إلى أفضل وضع لحمل الطفل..



### وضع سيئ

تُظهر هذه الصورة وضع حمل سيئ.

- رأس الطفل يتدلى إلى الوراء.
- لا يستطيع أن يرى.
- جسمه متصلب ومفرد.
- لا يمكنه فعل أي شيء بذراعيه ويديه.

### وضع مفيد

#### الرأس والجسم

- إن اتخاذ وضع أكثر انتصاباً يساعد الطفل على رفع رأسه والنظر حوله، حتى لو كان الأمر لا يتجاوز فترات قصيرة في المرة الواحدة.

#### الساقان والقدمان

- استخدم الأوضاع التي تحافظ على بقاء الفخذين والركبتين في وضع انثناء جزئي والركبتين متباعدتين

#### الكَتِفَان والذراعان

- يمكن أن يتشبث الطفل بحامله بذراعيه أو يمكن أن يحررهما من أجل اللعب.





اطلب من كل عضو أن يقدم وضعًا مفيدًا جديدًا تعلمه اليوم وسيعرضه على فرد آخر من أفراد أسرته بالمنزل.



سبورة ورقية تعرض الدروس المستفادة.

### الرسائل المستفادة:

- ليس من الممكن حقًا أن تفعل شيئًا مع طفلك على الدوام. لذلك تحتاج إلى تركه في وضع واحد أو آخر في أوقات مختلفة.
- وضع الطفل في الوضع الملائم يساعد على جعل الأنشطة اليومية أسهل بالنسبة لطفلك.
- عليك بتوجيه طفلك إلى أكثر وضع مفيد قدر الإمكان بدلا من تركه في وضع سيئ، وادعمه لكي يتحرك بنفسه. أنت بحاجة إلى تجربة أوضاع مختلفة مع طفلك، وحدد الوضع المفيد أو الجيد بالنسبة له.
- استخدم معدات مثل عربات الأطفال ووسائل تثبيت الأطفال إذا كانت لديك إمكانية الحصول عليها. اطلب من المستشفى مساعدتك في الحصول على الأشياء الأكثر إفادة لطفلك.
- إذا كان لديك إمكانية التواصل مع معالجين في العيادة أو المستشفى، فناقشهم حول أفضل السبل التي يمكن أن يستفيد بها طفلك من الجمع بين أفضل الأوضاع والعلاج النوعي، والذي يمكن أن تُقدّم بعضها كمقدم رعاية.