



کولیک نوزادی چیست؟

- ❖ کولیک با گریه های مکرر و معمولاً روزانه همراه است و ظاهراً با درد شکم ارتباط دارد.
- ❖ این حمله معمولاً ناگهانی بوده و اغلب پس از شیر خوردن رخ می دهد. گریه کودک بلند و مداوم می باشد. این حملات معمولاً یک تا چهار ساعت طول می کشند و صورت کودک برافروخته و قرمز می شود.
- ❖ شکم کودک گاهی اوقات ورم کرده و برآمده می شود. پاهای نوبت خم و کشیده می شوند، در هر ساعتی از شبانه روز رخ می دهند معمولاً در اواخر بعد از ظهر و اوایل شب شروع می شود.
- ❖ به نظر می رسد برخی کودکان نسبت به سایر کودکان بیشتر مستعد کولیک هستند.
- ❖ کولیک معمولاً در هفته های دوم تا سوم تولد آغاز می شود و در چهار ماهگی برطرف می شود. از آنجایی که کولیک هم در نوزادان شیرمادر خوار و در نوزادانی که شیر خشک دریافت می کنند دیده می شود، پس نمی توان تغذیه را مسئول ایجاد کولیک دانست.
- ❖ مادر گرایی اگر نوزادان را با شیر خودتان تغذیه می کنید باید مواظب غذا خوردن خودتان باشید چون غذاهایی که می خورید روی شیرتان اثر گذاشته و مواد آن را تغییر می دهد. بینید در ۲۴ ساعت گذشته چه چیزهایی خورده اید که موجب بروز کولیک در کودک شده است.
- ❖ گفته می شود که مقدار شیری که هر دفعه نوزاد می خورد می تواند سبب بروز کولیک شود.
- ❖ همچنین نوزادانی که شیر خشک می خورند اگر شیرشان خیلی داغ یا سرد باشد و یا اگر غلظت شیرشان خیلی کم یا زیاد باشد، می تواند سبب بروز کولیک شود.
- ❖ سایر علل ایجاد کولیک عبارتند از: یبوست، اسهال، عدم هضم یا کرامپهای روده ای. هم چنین ممکن است بین تنشها و ناراحتی های عصبی و کولیک رابطه ای وجود داشته باشد که منجر به یک واکنش زنجیره ای می شود.
- ❖ پایان روز معمولاً برای خانم ها ساعات پر مشغله ای است و ممکن است خسته و عصبی شوند. نوزاد به این خلق و خوی مادر حساس است و ممکن است در پاسخ به این حالت گریه کند.
- ❖ شیردهی زیاد در تلاشی بی ثمر برای کاهش گریه کودک می تواند کولیک را بدتر کند.

برای رفع کولیک چه باید کرد:

- ❖ تلاش کنید تا عواملی که کولیک را بدتر می کند کاهش دهید.
- ❖ به کودک بیش از حد شیر ندهید.
- ❖ مادران شیرده باید از مصرف فرآورده های شیری، کافئین، پیاز، کلم، لوبیا و دیگر مواد نفاخ اجتناب کنند.
- ❖ در کودکانی که از شیر خشک استفاده می کنند باید از یک نوع شیرخشک غیر حساسیت زا استفاده شود.
- ❖ زمانی که اضطراب، ترس و فشارهای روحی در مادر خیلی زیاد می شود از فرد دیگری بخواهید که حتی برای یک ساعت از کودک مراقبت کند و مادر از خانه خارج شود.
- ❖ ارزیابی کودکی که به درد شکمی و گریه مبتلا شده توسط پزشک مهم است. پزشک می تواند سایر مشکلات جدی را تشخیص داده یا آن را رد کند.