

ARABIC SUMMARY

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

السمنة في الأطفال تعتبر مشكلة صحية لعدة أسباب منها:

أولاً: الأطفال المصابين بالسمنة أكثر تعرضاً للآتي:- اختلاف المستويات بالدم - زيادة إفراز هرمون الأنسولين - زيادة في النسبة الكلية للكوليسترول - إرتفاع ضغط الدم - نقص في هرمون النمو.

ثانياً: الأطفال المصابين بالسمنة أكثر تعرضاً للمشاكل النفسية والاجتماعية

ثالثاً: الأطفال المصابين بالسمنة لا يستطيعون الخروج منها حيث أن ٨٠٪ من الأطفال المصابين بالسمنة في ثامنة من العمر ينمو لسن البلوغ مع الاحتفاظ بالسمنة في زيادة الوزن وهذا مما يجعلهم أكثر تعرضاً لمشاكل السمنة.

السمنة هي من أهم العوامل التي تؤدي إلى الإصابة بالأمراض المزمنة مثل أمراض الأوعية الدموية وارتفاع ضغط الدم واجهاد عضلة القلب وأمراض الشريان التاجي أيضاً ارتفاع نسبة السكر بالدم وأمراض الحويصلة المرارية والأمراض النفسية و أمراض العضلات والعظام.

علاج السمنة في البالغين يعد مشكلة فقط علاجية حيث أن أقل من ٥٪ فقط من البالغين الذين تم علاجهم من السمنة يستطيعون الحفاظ علي الوزن الجديد في خلال خمس سنوات من العلاج ومعظم النسبة الباقية يكتسبوا كل ما فقدوه من وزن في خلال خمس سنوات من العلاج.

السمنة هي زيادة عامة أي تخزين الدهون تحت الجلد وفي الأنسجة المختلفة

نسبة حدوث السمنة في الأطفال تنتمي بشدة إلى متغيرات الأسرة مثل السمنة في الأبوين - المستوى الاجتماعي - مستوى التعليم في الأبوين ونشاط الأسرة.

الأطفال لأبوين لهم نشاط رياضي واجتماعي دائما يكون وزنهم مناسباً للسن ويصبحون أقل وزناً من الأطفال لأبوين لهم أنشطة وحركة أقل.

زيادة الزمن أمام التلفزيون تتناسب طردياً مع السمنة في الأطفال وذلك يرجع إلى كثرة المأكولات أمام مشاهدة التلفزيون وقلة الحركة الجسمانية وأيضاً التأثير المباشر الإعلانات المرئية للمأكولات والمسليات.

توجد عوامل كثيرة تؤثر في حدوث السمنة في الأطفال مثل البيئة المحيطة والمستوى الاجتماعي والأسرى. على سبيل المثال إمكانية وجود أماكن للألعاب الرياضية وركوب الدرجات يحفد النشاط الرياضي للأطفال.

كل الأطفال تحت البحث تم فحصهم إكلينكياً وتم أخذ مقاييس الجسم المختلفة وتم عمل الآتي :

1. صورة الدم كاملة - بول وبراز.
2. - سكر الدم العشوائي.
3. إنزيمات الكبد
4. الدهون بالدم كوليستيرول الكلي و كوليستيرول عالي الكثافة والكوليستيرول منخفض الكثافة - ثلاثي الدهون - الأوليوبروتين A&B.
5. الهرمونات (الأنسولين - هرمون الغدة الدرقية - البارادرقية - الكورتيزول).
6. نسبة الكالسيوم بالدم.

السمنة بدأت في ٥٦٪ منذ الولادة وبأت في ١٤٪ في فترة الطفولة المبكرة وفي ٣٠٪ في سن المدرسة ٤-٧ سنوات.

٣٠٪ تمتعوا برضاعة طبيعية لفترة ١٠ شهور و ٢٩٪ تمتعوا بالرضاعة الطبيعية مع الصناعية و ٤١٪ رضعوا صناعيا فقط.

٦٨٪ من الذكور و ٧٦٪ من الإناث لديهم بما يسمى بإحتفالية الأكل.

كل الحالات تحت البحث لديهم تاريخ أسرى بجود السمنة في أحد الأبوين أو في كلاهما. ٦٩٪ من الحالات تحت البحث لهم أبوين يعانون من السمنة، ١٢٪ لهم أبناء يعانون من السمنة، ١٩٪ لهم أمهات يعانون من السمنة.

٨٠٪ من الحالات تحت البحث من الطبقة الاجتماعية البسيطة و ٢٠٪ من الطبقة الاجتماعية العالية.

٥٥٪ من الأطفال المصابين بالسمنة ولدوا لأم تعاني من مرض ارتفاع سكر الحمل.

٦٩٪ من المصابين بالسمنة يتأثروا بالمحيطين في طريقة التغذية وأوقاتها. هذا التأثير من خلال: ١- التجنيد بالكلام عند ميعاد الوجبات. ٢- الحفيد بوضع الأكل أمام الطفل. ٣- طريقة أكل البالغين. ٤- استخدام المأكولات لأغراض غير التغذية.

الآباء والأمهات والقائمين على رعاية الأطفال يستخدموا المأكولات كمكافأة وعقاب. ٨٢٪ من الآباء والأمهات يستخدموا المأكولات في أغراض غير التغذية ٧٦٪ منهم يستخدموا الأكل في المكافأة في صورة حلويات والمكسرات والفاكهة، ٢٤٪ منهم يستخدموا الأكل للعقاب.

كل الحالات تحت البحث يحبوا مشاهدة التلفزيون لأكثر من ٢٤ ساعة في الأسبوع.

٨٪ من الحالات يعانون من ارتفاع ضغط الدم الأولى.

وقد وجدنا خلال هذه الدراسة بعض التغيرات البيوكيميائية مثل الزيادة في الكوليستيرول والدهنيات الثلاثية وزيادة في الأبوليبوبروتين وزيادة في هرمون الأنسولين وهرمون الغدة البارادرقية.

الآباء والأمهات لابد من معرفتهم بالسمنة وأضرارها ومضاعفاتها ولابد من مشاركتهم في أي برنامج لعلاج الأطفال من السمنة

هدف أي برنامج علاجي حتي يكون ناجحا لابد من أن يستهدف تحسين السلوك الغذائي والاجتماعي الذي تنتمي إليه الأسرة.

ومن خلال هذه الدراسة وجد الآتي :

التعجل بإدخال الأكل بجوار الرضاعة الطبيعية أو بديلا عنها يكون سبب يرتبط بحدوث السمنة في الأطفال

نسبة حدوث السمنة البسيطة في الأسرة تتناسب عكسيا مع مستوى التعليم للأسرة وخاصة الأم.

نسبة حدوث السمنة تتناسب طرديا مع الوزن عند الولادة.

نسبة حدوث السمنة (الزيادة في الوزن) تكون أكثر في الشتاء عن الصيف.

نسبة حدوث السمنة في الأطفال تتناسب طرديا مع مرض إرتفاع سكر الدم للحوامل.

السمنة في الأطفال تتناسب طرديا مع المشاكل الاجتماعية الأسرية و مشاكل الأم

سلوك تناول الأطفال يتأثر بالأبوين ورعاية المحيطين خلال الآتي :

1- تحفيز الطفل بالطعام عند وقت الطعام

2- تحفيز الطفل بوضع الأكلات المختلفة

3- تحفيز الطفل بسلوك المحيطين أثناء تناول الطعام

4- إستخدام الطعام لاسباب غير التغذية مثل المكافأة أو العقاب

زيادة في تناول السعرات الحرارية يعتبر سبب مباشر لزيادة الوزن

نسبة حدوث السمنة في الأطفال تتناسب طرديا مع وجود السمنة في الأسرة

الأطفال المصابين بالسمنة أكثر عرضة لارتفاع ضغط الدم

من ضمن التغيرات الهرمونية في السمنة زيادة في نسبة هرمون الأنسولين

وزيادة في نسبة هرمون الغدة البارادرقية

من ضمن التغيرات البيوكيميائية في السمنة زيادة في الكوليستيرول

والدهنيات الثلاثية و الأبوليبوبروتين