

ما هو العلاج الضوئي؟

وماذا يحتاجه طفلي؟

يحتاج طفلك إلى العلاج الضوئي أو "العلاج بالضوء" لعلاج اليرقان (الصفرة) الناجم عن ارتفاع مستويات البيليروبين لديه بشكل كبير.

يساعد العلاج الضوئي على خفض مستويات البيليروبين، ومنع تفاقم اليرقان.

الجيد حقًا هو أنه عندما يحصل الأطفال على رعاية منتظمة من القابلات، عادةً ما يتم اكتشاف اليرقان الذي يحتاج للعلاج الضوئي وعلاجه مبكرًا.

معظم الأطفال الذين يعانون من مستويات مرتفعة من البيليروبين ويحتاجون للعلاج الضوئي لا يعانون من أي مضاعفات، ويكونون ليصبحوا أطفالًا وبالغين أصحاء.

احتمالات الإصابة عند طفلك

شائعة جدا		نادرة جدا	
اليرقان	مراقبة دقيقة	اليرقان الذي يستدعي العلاج بالضوء	اليرقان الذي يستدعي العلاج بالضوء
8-6 ولادات	1 بين كل 10 ولادات	5 بين كل 100 ولادة	اليرقان الذي يستدعي العلاج بالضوء
ولادات	ولادات	ولادة	اليرقان الذي يستدعي العلاج بالضوء
1 بين كل مليون ولادة	1 بين كل 1000 ولادة	1 بين كل 100 ولادة	اليرقان الذي يستدعي العلاج بالضوء
1 بين كل 10000 ولادة	12 بين كل 1000 ولادة	2.3 بين كل 100 ولادة	إعاقات طويلة الأمد
100000 ولادة	10000 ولادة	2.3 بين كل 100 ولادة	إعاقات طويلة الأمد
			فرط (زيادة) البيليروبين الحاد

يستخدم العلاج الضوئي أضواءً خاصة باللون الأزرق أو الأبيض، تُسلط على جلد طفلك. يمتص الجلد الضوء، مما يساعد على تكسير البيليروبين إلى جزيئات يمكن لجسم طفلك التخلص منها بسهولة أكبر من خلال البول والبراز.

هناك طريقتان لتقديم العلاج الضوئي: إما من خلال صندوق ضوئي أو بطانية من الألياف الضوئية.

كيف يعمل العلاج الضوئي؟



- يتم وضع صندوق ضوئي فوق السرير لتسلیط الضوء العلاجي على جسم طفلك بالكامل.
- يتم تغطية عيون طفلك لحمايتها من الضوء.



- يتم لف طفلك ببطانية مصنوعة من ألياف خاصة تسلط الضوء على جلد طفلك.
- من السهل حمل طفلك وإرضاعه أثناء العلاج الضوئي.
- عندما يكون اليرقان (الصفرة) أقل حدة، تستخدم بطانية الألياف الضوئية بمفردها.

أين سيتلقى طفلي العلاج الضوئي؟

من المرجح أن يتلقى طفلك العلاج الضوئي في المستشفى. ستقوم طاقم التمريض بمراقبة طفلك، ولكن الشخص الأكثر مسؤولية عن رعايته سيكون إما القابلة أو الطبيب.

في بعض المجتمعات، يمكن للقلبات تقديم العلاج الضوئي في المنزل باستخدام بطانيات الألياف الضوئية، ولكن هذا الخيار غير متوفّر في معظم أنحاء المقاطعة حاليًا.

ما مدة العلاج الضوئي التي سيحتاجها طفلي؟

يحتاج معظم الأطفال إلى العلاج الضوئي لمدة 24 ساعة تقريبًا. سيتم إيقاف العلاج بمجرد أن يصل مستوى البيليروبين لدى طفلك إلى الحد الآمن.



هل هناك آثار جانبية للعلاج الضوئي؟

العلاج بالضوء غير ضار لمعظم الأطفال.

قد يعني بعض الأطفال من بعض الآثار الجانبية الطفيفة بما في ذلك:

- الجفاف - إذا لم يحصلوا على كمية كافية من الحليب
- طفح جلدي
- ارتفاع درجة الحرارة أكثر من اللازم
- براز مائي رخو
- تغييرات في لون الجلد (متلازمة الطفل البرونزي)

كيف لي أن أعرف ما إذا كان العلاج الضوئي فعال؟

ستتم مراقبة طفلك عن كثب من قبل مقدم الرعاية الصحية (القابلة أو الممرضة أو الطبيب) للتأكد من ما يلي:

- فعالية العلاج الضوئي، وأن مستوى البيليروبين لدى طفلك آخذ في الانخفاض
- وصول مستوى البيليروبين لدى طفلك إلى مستوى آمن
- بقاء طفلك بصحة وحالة جيدة

أثناء العلاج الضوئي، سيقوم مقدم (مقدم) رعاية طفلك بما يلي:

- الفحص المنتظم لدرجة الحرارة والتنفس ومعدل ضربات القلب
- المساعدة في التأكد من أن الطفل يتغذى بشكل جيد
- إجراء فحص الدم للتأكد من أن مستويات البيليروبين تنخفض إلى مستويات آمنة

كيف يمكنني الاستعداد لعلاج طفلي بالضوء؟

يجب أن تستعدني للبقاء في المستشفى طوال الليل.

قد تساعد قائمة الأغراض المدرجة أدناه في جعل إقامتك في المستشفى أكثر راحة:

لوازم أخرى قد تجدينها مفيدة:	: لطفلك:	: لك:
<input type="checkbox"/> الطعام والوجبات الخفيفة	<input type="checkbox"/> ملابس حديثي الولادة	<input type="checkbox"/> ملابس مريحة
<input type="checkbox"/> مضخة الثدي	<input type="checkbox"/> حفاضات الأطفال حديثي الولادة	<input type="checkbox"/> جوارب ونعال
<input type="checkbox"/> الهاتف وشاحنه	<input type="checkbox"/> مقعد سيارة للرضع	<input type="checkbox"/> لوازم النظافة الشخصية
<input type="checkbox"/> وسائل إضافية		<input type="checkbox"/> فوط صحية
<input type="checkbox"/> وسادة الرضاعة		<input type="checkbox"/> فوط للرضاعة
<input type="checkbox"/> مواد للقراءة		<input type="checkbox"/> البطاقة الصحية أو بطاقة الهوية
<input type="checkbox"/> زجاجة ماء		<input type="checkbox"/> مسكنات الألم
المال للمشتريات الصغيرة (مثل الطعام)		<input type="checkbox"/> (مثل الإيبوبروفين وأو الأسيتامينوفين)
		<input type="checkbox"/> أي أدوية طبية تتناولينها

هل سأتمكن من الاستمرار بإرضاع طفلي أثناء العلاج الضوئي؟



يجب أن تتحاولى الإستمرار بإرضاع طفلك أثناء العلاج بالضوء.

يساعد الإرضاع على:

- توفير السوائل والغذاء الذي يحتاجه طفلك
- إزالة البيليروبين (الصفراء) من جسم طفلك
- إحساس طفلك بالقرب منك وأنه مرتبط بك

يجب أن تتحاولى الإستمرار بإرضاع طفلك أثناء العلاج بالضوء.

إذا لم ينخفض مستوى البيليروبين لدى طفلك بسرعة كافية، فقد يُطلب منك التوقف عن إرضاعه حتى يتمكن من قضاء المزيد من الوقت تحت الأضواء. خلال هذا الوقت، تستطيعين الاستمرار في إدرار الحليب باستخدام مضخة و / أو العصر اليدوي لإدرار الحليب. يمكنك إرضاع هذا الحليب لطفلك بواسطة كوب أو زجاجة أثناء وجوده تحت الأضواء.

حليب الإنسان هو أفضل غذاء لحديثي الولادة، ولكن إذا كان طفلك لا يشرب ما يكفي أو يفقد الكثير من وزنه، فقد يوصي مقدمو الرعاية الصحية بإضافة حليب صناعي إلى غذائه.

من المهم أن تستمري في إعطاء طفلك حليب مع الحليب الصناعي فهذا يساعد على:

- توفير العناصر الغذائية الهامة والجلوبولين المناعي الذي لا يحتوي عليه الحليب الصناعي
- يساعدك على الحفاظ على إمداد حليب لعين ما يعود طفلك إلى الرضاعة منك مرة أخرى

تحديٌ مع قابلتك حول تقنيات الإرضاع الناجح لطفلك أثناء تلقيه للعلاج بالضوء.

ماذا لو لم يستجيب طفلي للعلاج الضوئي؟

إذا لم يتحسن طفلك بعد تلقيه العلاج الضوئي، فقد يوصي الطبيب بعلاجات أخرى، مثل الدواء الوريدي (IV) أو نقل الدم.

قد تتطلب هذه العلاجات إدخال طفلك إلى وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة (NICU) في المستشفى للرعاية والمراقبة عن كثب.



ماذا لو عاد اليرقان (الصفرة) لطفل؟

في بعض الأحيان، بعد الانتهاء من العلاج الضوئي والعودة إلى المنزل، قد ترتفع مستويات البيليروبين لدى الطفل مرة أخرى. إذا حدث هذا، فعلى الأرجح أن يحتاج طفلك إلى المزيد من العلاج الضوئي.

سيتم فحص مستوى البيليروبين (الصفرة) لدى طفلك بعد العلاج الضوئي، عادةً بعد حوالي 24 ساعة. يمكن إجراء هذا الفحص في المنزل، أو في العيادة الخارجية، أو في المستشفى.

اتصل بقابلتك إذا لاحظت أن طفلك:



- لا يتغذى بشكل جيد أو لا يرغب في الرضاعة. يجب أن يأكل طفلك كل ساعتين إلى أربع ساعات، من 8 إلى 12 مرة في اليوم، بمعدل لا يقل عن 20 دقيقة في كل مرة.
- يشعر بالنعاس الشديد ويصعب استيقاظه. يجب ألا ينام طفلك أكثر من 4 إلى 6 ساعات متواصلة دون الاستيقاظ للرضاعة.
- قليل التبول أو التبرز. يجب أن تتوقعى استخدام طفلك للحفاضات على النحو التالي: اليوم الأول = حفاضة مبللة واحدة، اليوم الثاني = حفاضتين مبللتين، اليوم الثالث = ثلاثة حفاضات مبللة. و مجرد نزول الحليب (في اليوم الثالث إلى الخامس)، توقعى أن يبلل طفلك 6 إلى 8 حفاضات يومياً، و يتبرز مرتين أو أكثر براراً سائلاً باللون الأصفر أو الأخضر أو البنبي. يُعد البراز الذي يحتوي على حبيبات صغيرة (تشبه البذور) طبيعياً.
- تغير لون بشرته أو بياض عينيه إلى الأصفرار مرة أخرى.
- يبكي بكاء عالي النبرة.



أمور يجب على الوالدين أخذها بعين الاعتبار

أثناء وجودك في المستشفى مع طفلك، تذكر أنك ما زلت في فترة التعافي من الولادة. فحتى لو كان طفلك بحاجة إلى رعاية الطبيب، يجب أن تستمري في تلقي الرعاية التي تحتاجينها كتعافيين. يمكن لقابلتك مساعدتك في دعم راحتكم وتعافيكم خلال إقامتك في المستشفى.

تذكر:

- العلاج الضوئي آمن بشكل عام.
- معظم الأطفال الذين يتلقون العلاج الضوئي يتعافون تماماً من اليرقان.

مع ذلك، من الطبيعي أن:

- تشعري بالارتباك بشأن تشخيص طفلكِ و حاجته للعلاج الضوئي.
- تشعري بالقلق حيال تأثير اليرقان والعلاج الضوئي على صحة طفلكِ.
- تجدي صعوبة نتيجة عدم قدرتك على حمل طفلك لفترات زمنية.
- تشعري بالإرهاق تجاه رعاية طفلك الجديد أثناء العلاج الضوئي، بينما لا تزالين في طور التعافي من الولادة.

لتسهيل تجربة علاج طفلك بالضوء:

- استشيري قابلتكِ أو مقدمي الرعاية الصحية لطفلك للحصول على معلومات عن اليرقان والعلاج الضوئي وما يمكن توقعه.
- تحدثي مع قابلتكِ أو مقدمي الرعاية الصحية الآخرين حول أي مخاوف لديك بشأن طفلكِ
- اعنني بصحتك وراحتك عن طريق:
 - التحدث إلى قابلتك حول مخاوفك بخصوص تعافيكم
 - تناول الطعام بشكل جيد، وشرب الكثير من السوائل، والحصول على أكبر قسط من الراحة
 - طلب المساعدة من الأشخاص الداعمين لك (على سبيل المثال: إحضار الطعام أو احتياجاتك الأخرى، أو رعاية أطفالك الآخرين، وما إلى ذلك)

الأسئلة

إن كانت لديك أي مخاوف أو أسئلة بعد قراءة هذا الكتيب، فتحثثي إلى قابلتك. يمكنك كتابة أسئلتك أو أفكارك هنا للرجوع إليها في موعدك القادم:

