



د. محمد محمود العطار
أستاذ مساعد - جامعة الباحة

صيام الطفل المريض بالسكري

من المعروف أن مرض السكري هو مرض ينتج عنه خلل في التمثيل الغذائي للمواد النشوية، بسبب نقص هرمون الأنسولين الذي تفرزه غدد البنكرياس تسمى غدد لانجرهانز، مما يؤدي إلى عدم قدرة الجسم على الاستفادة من الجلوكوز الموجود في الدم نتيجة لهذا الخلل في التمثيل الغذائي، وبالتالي ظهور السكري في البول.

رمضان لابد أيضاً من الاتفاق مع الطبيب بخصوص تلك الجرعات .

ويجب ممارسة الأنشطة البدنية التي كان يتم ممارستها قبل رمضان ، وتجنب القيام بتمارين عنيفة لمنع انخفاض سكر الدم.

ونوصي إذا صام الطفل المصاب بالسكري بأنه لابد من الالتزام بتناول الوجبات كاملة وهي الإفطار والسحور ووجبة إضافية خفيفة عند منتصف الليل، وكذلك أيضاً نوصي بأنه إذا شعر الطفل الصائم بانخفاض السكر فيجب عليه الإفطار في الحال حتى ولو تبقى وقت قليل على الإفطار، حيث إن الانخفاض بالسكر قد يؤدي إلى أعراض سريعة قد تؤدي إلى الإغماء، أما في حال شعور الطفل الصائم بكثرة التبول والعطش الشديد وخاصة في أول اليوم، فمن الأفضل أن يفطر لكي لا يتعرض للجفاف، ولكن إذا حدث ذلك قبل الإفطار بقليل فلا بأس من الانتظار لموعد الإفطار .

في رمضان تتمثل في تناول الأطعمة الغنية بالألياف مثل خبز القمح الكامل (النخالة)، التقليل من تناول الحلوى، تناول الكثير من السوائل في فترات عدم الصيام لمنع حدوث الجفاف، وكذلك الحرص على تناول الخضراوات والفواكه. ويجب ترتيب اليوم الأول من صيام الطفل مع ما يقترحه الطبيب المعالج بخصوص جرعات الأنسولين، وكذلك عند الانتهاء من شهر

بشكل سلبي وخصوصاً على الصحة العامة للطفل، وهنا لابد عند صيام الطفل في رمضان تحويل الجرعة الكبرى من الأنسولين التي من المعتاد أخذها في الصباح إلى وقت وجبة الإفطار عند المغرب وتحويل الجرعة الصغرى إلى ما قبل السحور مع ملاحظة أن كمية الأنسولين عند السحور يجب أن تقلل إلى النصف أو على الأقل الثلثين .
وتغذية مريض السكري

ومما لا يخفى على أحد أن الإصابة بالسكري تحتاج لوعي كبير خاصة عند الطفل، حيث إن هناك عوامل ضرورية تحدد مدى قدرة الطفل على الصيام بشكل لا يؤثر على صحته العامة مثل نسبة السكر بالدم، فقد تحدث مشاكل عند الطفل المصاب بالسكري عندما تكون هذه النسبة مرتفعة .
وهناك نوعان رئيسيان لمرض السكري، النوع الأول ويظهر في سن مبكرة، ويحدث نتيجة خلل تام في غدة البنكرياس ينتج عنه عدم قدرة الغدة على إفراز هرمون الأنسولين.

والنوع الثاني تحدث الإصابة به في مرحلة عمر متقدمة، ولكنه بدأ يظهر في سن مبكرة بسبب زيادة الوزن ، بالإضافة إلى سكري الحمل الذي غالباً ما يختفي بعد الولادة. ونظراً لأن شهر رمضان يحتاج قدرة صحية ليتمكن المسلم من تحمل مشاق هذا التكليف الذي فرضه الله علينا، ولا شك أن للأطفال خصوصية في التعامل مع الصيام حيث يحتاجون لإعداد صحي واهتمام خاص بهم حتى لا يؤثر الصيام عليهم

