



كلية تمريض  
قسم تمريض الاطفال  
2016-2015

## تغذية الطفل المصاب بالسرطان



عمل / **A4**

تحت اشراف

د/دعاء عبدالجواد

## المقدمة

### ما هو سرطان الأطفال؟

السرطان مصطلح عام يشمل مجموعة من الأمراض التي يمكنها أن تصيب كل أجزاء الجسم، ويشار إلى تلك الأمراض أيضًا بالأورام. ومن السمات التي تطبع السرطان التولد السريع لخلايا شاذة يمكنها النمو خارج حدودها المعروفة واقتحام أجزاء الجسد المتلاصقة والانتشار إلى أعضاء أخرى، ويطلق على تلك الظاهرة اسم (النقلة)، والتي تمثل أهم أسباب الوفاة للأشخاص المصابين بالسرطان

### هل يصيب السرطان الأطفال؟

نعم، فهناك 12 نوعًا من السرطان قد يُصيب الأطفال، ويعد اللوكيميا وسرطان الدماغ من أشهر أنواع السرطان التي تصيب الطفولة وتزيد مخاطر الإصابة بالسرطان لدى الأطفال الرضع وتقل كلما كبروا..

### ما أسباب الإصابة بسرطان الأطفال

أسباب السرطان في مرحلة الطفولة غالبًا غير معروفة ولكن يوجد هناك بعض الحالات المؤدية إلى الإصابة بسرطان الطفولة كمتلازمة داون أو غيرها من التشوهات الكروموسومية.

التقدم في السن لدى الوالدين قد يزيد خطر الإصابة بسرطان الطفولة، وذلك لأن الأمهات المتقدمات بالسن قد ينجبن أطفالاً لديهم متلازمة داون في بعض الأحيان.

التعرض للعدوى خاصة العدوى الفيروسية يلعب دورًا كبيرًا في الإصابة بسرطان الطفولة كسرطان الكبد (التهاب الكبد وساركوما كابوزي (فيروس نقص المناعة البشرية)

## ما أهم أعراض وعلامات المرض؟

تعتمد أعراض سرطان الطفولة على نوع السرطان فتختلف حسب العضو المصاب في الجسم، فسرطان الدم يمكن أن يسبب فقر الدم والتهابات متكررة أو نزفًا غير طبيعي أو كدمات ونادرًا جدًا وجود كتلة صلبة كعلامة أولية للمرض، أما سرطان الدماغ فيسبب صداعًا متكررًا وغيثان عند الاستيقاظ من النوم في الصباح وضعفًا عامًا ومشاكل في الرؤية، بينما تتورم الغدد الليمفاوية عند الإصابة بسرطان الجهاز الليمفاوي.

الجسم وفي معظم حالات السرطان يكون أفضل وأضمن طريقة لتشخيص المرض

يساعد تشخيص سرطان الطفولة في مرحلة مبكرة على سرعة علاج الحالة ومن ثم الشفاء بإذن الله.

يساعد الفحص الطبي الدوري على اكتشاف السرطان في مرحلة مبكرة ويجري بصورة منتظمة للفئات الأكثر عرضة للإصابة بالمرض.

## خيارات علاج سرطان الأطفال

1-العلاج الجراحي بغرض التخلص من الورم

2-العلاج الكيميائي وهي أدوية كيميائية تعمل على قتل الخلايا السرطانية

3-العلاج الإشعاعي باستخدام أشعة عالية الطاقة مثل أشعة إكس

4-زراعة خلايا الجذع وذلك من خلال نقل نخاع العظم ويمكن أن يؤخذ من الجسم

أو من متبرع

## هل لعلاج سرطان الأطفال آثار جانبية على الطفل؟

نعم لعل أبرزها:

1-فقدان للشعر خلال فترة العلاج

2-فقدان الشهية للطعام

3-يكون الطفل أكثر عرضة للعدوى من غيره

4-غثيان وقيء

5-ظهور تقرحات في الفم

6-نقص عدد كريات الدم الحمراء إمساك

7- تلف الجلد خاصة لمن تعرض للإشعاع

وقد يحدث بعض الآثار الجانبية الأخرى كظهور طفح جلدي، أو صعوبة في التنفس، أو نزول دم في البول وغيره

كيف يمكننا وقاية أطفالنا من السرطان؟

لا توجد طريقة محددة للوقاية من سرطان الطفولة لكن هناك عوامل تقلل من فرصة حدوث المرض بإذن الله وهي:

إجراء الفحص الطبي بانتظام.

بإمكان التطعيم أن يقي طفلك من هذه

## التغذية السليمة للطفل المصاب بالسرطان

أن الأطفال المصابين بالسرطان يكون لديهم بصفة عامة حاجة مرتفعة

للبروتين والكربوهيدرات والدهون والفيتامينات والمعادن والماء.



## البروتينات

لقد أجمع بعض الخبراء أن الطفل الذي يعالج من السرطان قد يحتاج للبروتين بنسبة خمسين في المائة أكثر من الطفل السليم في نفس سنه وهذا بسبب أن جسمه يستخدم البروتين لإصلاح ونمو الأنسجة وبناء خلايا الدم. إن حصول طفلك على كفايته من البروتين قد يجعل عملية تعافيه من آثار العلاج الكيميائي أسرع، كما أنه قد يساعده على مقاومة أنواع العدوى المختلفة. وهناك مصادر جيدة يمكن لطفلك أن يحصل منها على البروتين مثل الجبنة والبيض واللبن والزبادى واللحوم والدجاج والأسماك والمكسرات والعدس.



## الكربوهيدرات

تعتبر الكربوهيدرات هي الطاقة التي تعمل بها خلايا الجسم والتي تساعد أيضا على عمل كافة أعضاء الجسم. ويجب على الأم أن تدرك جيدا أن الطاقة التي يستهلكها جسم طفلها المصاب بالسرطان كبيرة ولذلك فإنه سيحتاج لزيادة في كمية الكربوهيدرات. ويمكنك أن تمدى طفلك بالكربوهيدرات عن طريق الخبز والباستا والبطاطس والأرز والفواكه والذرة. ومن الأفضل أن تقدمي لطفلك أنواع الخبز والباستا كاملة القمح أو الحبوب لأنها تحتوي أيضا على الألياف التي تعتبر مهمة أيضا لمعدة الطفل وعملية الهضم عنده وهي تمنع أيضا الإمساك الذي يعتبر من أعراض السرطان.



## الدهون

تساعد الدهون الجسم على تخزين الطاقة وحماية الأنسجة وحمل الفيتامينات عبر الدم، وتعتبر الدهون أيضا غنية بالسعرات الحرارية التي تعتبر مهمة للطفل الذي قد يفقد الوزن أثناء العلاج. وتعتبر الدهون غير المشبعة الموجودة في الأسماك، المكسرات، زيت الزيتون والخضروات مثل الأفوكادو صحية أكثر للطفل من الدهون الموجودة في اللحوم الحمراء والأطعمة المقلية.



## الفيتامينات والمعادن

تلعب الفيتامينات والمعادن دورا مهما في نمو الطفل وفي امتصاص جسمه للعناصر الغذائية المختلفة. ولكن أحيانا قد لا يحصل طفلك المصاب بالسرطان على كفايته منها بسبب نظام غذائي ليس صحيا أو بسبب أن هناك بعض الأدوية التي تعالج السرطان والتي تسحب من الجسم فيتامينات مثل فيتامين د ومعادن مثل الكالسيوم. يجب ألا تعطى لطفلك أى مكملات أو فيتامينات خارجية إلا بعد استشارة الطبيب لوجود بعض الفيتامينات التي قد تتعارض مع علاج الطفل.



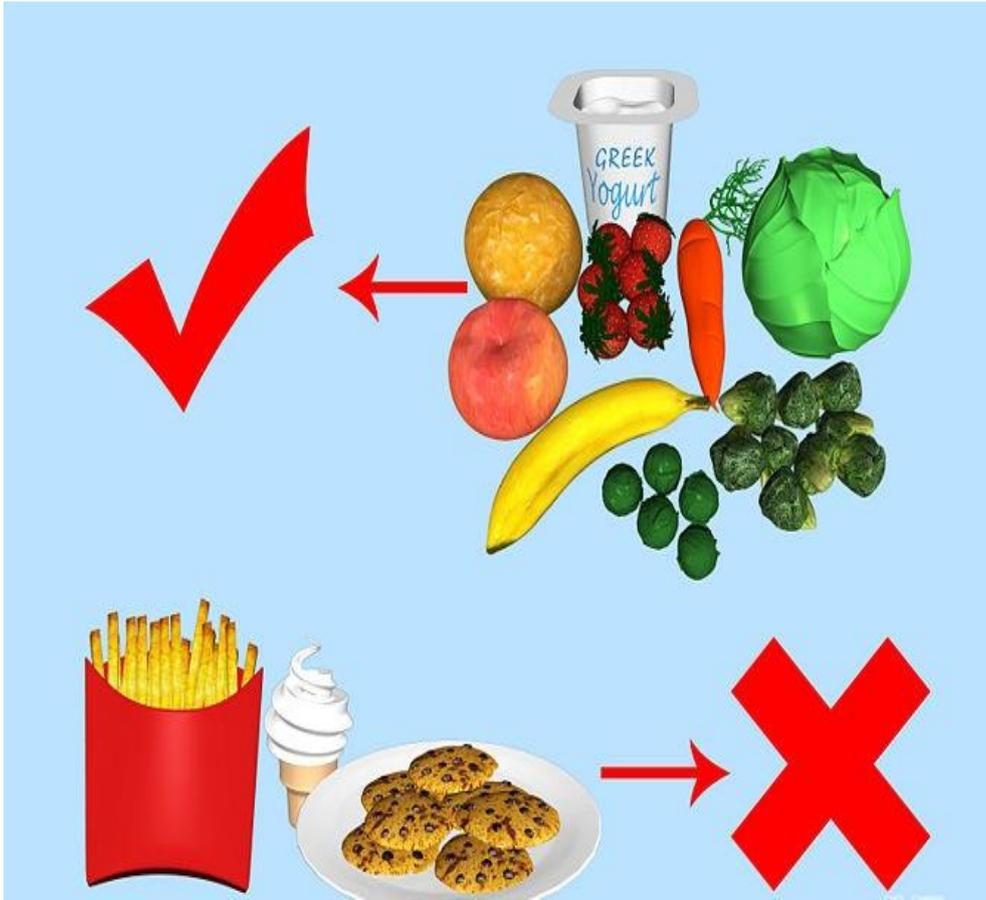
## الماء

يساعد الماء فى عملية الهضم والحفاظ على درجة حرارة الجسم وتخليصه من السموم، وقد يفقد الطفل المصاب بالسرطان الكثير من نسبة السوائل فى جسمه بسبب القيء والإسهال ولذلك فمن المهم جدا أن تمدى طفلك بالكثير من السوائل يوميا.



## الاكل الممنوع للطفل المصاب بالسرطان

- تجنب الأطعمة الدسمة والمقالي لأنها تسبب الغثيان
- تجنب المشروبات الغازية، الكحول، الأطعمة الدسمة عالية الدهون والمقالي، القهوة، الشاي المركز والإكثار من التوابل في الطعام وخصوصاً البصل والثوم لأنها تسبب الاسهال
- تجنب الأطعمة الغنية بالألياف مثل؛ الملوخية، الملفوف، الزهرة.
- تجنب تناول الأطعمة الخشنة مثل الفشار الخبز المحمص، الخضار النيئة القاسية الملمس.
- تجنب الأطعمة الحامضية مثل الليمون والبندورة، والأطعمة الحريفة والكثيرة البهارات والتوابل
- تجنب تناول السوائل بكثرة أثناء الوجبات لمنع الشعور بالشبع
- تجنب تناول أي صنف طعام في حال عدم تقبله
- احرصى على أن تختبرى جيداً درجة حرارة الطعام المناسبة لطفلك لأنه أحيانا قد لا يتقبل الأشخاص الذين يخضعون لعلاج السرطان الطعام إلا إذا جاء بدرجة حرارة الغرفة ليس شديد البرودة أو شديد السخونة. إذا كان طفلك المصاب بالسرطان يعاني من قرح فى الفم فعليك ألا تقدمى له الليمون، عصير البرتقال أو الطماطم، وحاولى أن تكون الأطعمة التى تقدمينها لطفلك سهلة البلع مثل البيورية وأنواع الحساء المختلفة
- قدمى لطفلك أكثر من وجبة فى اليوم على أن تكون ذات حجم صغير، ويمكنك أيضاً أن تقدمى لطفلك وجباته فى أطباق صغيرة لأن الطبق الكبير قد لا يتقبله الطفل الذى تكون شهيته منخفضة.



وجبة الإفطار



خبز النخالة



الخضروات والفواكه



المشروبات الغازية



الطعام المقلّي



الوجبات السريعة

