

יום זכויות הילד

מגפת ההשמנה לא פוסחת גם על ילדים

זכות הילד לחיות ולשמור על בריאותו ■ גם גורמים סביבתיים חשפעים על בריאות ילדינו ■ כיצד נעצור את ההשמנה, הילדים לא חוזרים את הגוף, אוכלים ג'אנק פוד ורק הולכים ותופחים ■ ד"ר עדי קליין מספרת על המחלה המסוכנת ביותר של ילדים במאה ה-21



"הרפואה בעולם המערבי ובישראל מפותחת". ד"ר קליין

לחינוך לבריאות במערכת החינוך".
ומה לגבי אנורקסיה גם זו תופעה?
"זוהי הפן הקיצוני השני והוא בעייתי לא פחות הרורש מעורבות של גורמים מתחום בריאות הנפש. על ההורים להפעיל מערכת של איזונים ובקרה ולא לעודד נערות לעשות דיאטה ולהקפיד על יצירת תרמית גוף חיונית ולא רווקא מושלמת".
האם ישנן מחלות נוספות שאופייניות

היא הסכיבה. רעתם הרווחת והשגויה של ההורים היא כי ילד הגדל בסביבה נקייה וסטריילית יהיה בריא יותר. ילדים חייבים להיחשף לסביבה שאינה סטריילית בכדי לפתח נוגדנים באופן טבעי. הגנה מוגזמת יכולה ועלולה לעשות בריוק ההפך, הילד יגדל ויהפוך לרגיש יותר ויוכל לפתח אלרגיות שיתפתחו למחלה כרונית. שמירה על היגיינה היא הקפדה על אמצעים פשוטים כגון רחיצת ידיים, אוורור קבוע של סביבת התינוק בקיץ ובחורף וכו".
האם לחיסונים ישנה השפעה על בריאות הילד?

"החיסונים הניתנים לילדים בשנתיים הראשונות כגון חצבת, אדמת חודת, שעלת, דיפטריה, טטנוס ופרזיו הצליחו למגר את המחלות האלו, (נתקלים בהן רק לעיתים שכיחות). בשנים האחרונות התווספו לסל החיסונים לילדים חיסונים כגון אנבעועות רוח (לפני שנתיים-שלוש), חיסון לדלקת קרום המוח(לפני שנה) וחיסון נגד וירוס הרוטה (מחולל חום ושלושים בילדים, נכנס בימים אלו לסל). כתוצאה מהתחסנות, הילדים יוכלו להתמודד בצורה טובה יותר כנגד מחלות".

סכנה: ג'אנק פוד מחכה לכם בדלפק

כולם מדברים על השמנת יתר ב"מגפה הבאה", מה המצב בישראל?
"השמנה והשמנת יתר הן רעות חולות שהפכו למכה של ממש בקרב ילדים ובני נוער בשנים האחרונות. בין 10-2% מהילדים בגילאי 17-5 סובלים מסוגים שונים של השמנת יתר. השמנת יתר מוגדרת כמדד משקלי (BMI המחולק בגובה), אצל ילדים ההשמנה מוערכת בעקומת אחוזים שכאשר ילד מוגדר באחוזון מעל 85 הוא נחשב שמן, מעל 95 הוא נמצא במצב כמצב של השמנה מסכנת חיים".
מה הסיבה לכך?

"סיבות רבות גורמות להשמנה אך רק באחוז קטן ניתן למצוא קישור למחלה אנדוקרינית או גנטית שאחראית להשמנה, ברוב המקרים מדובר בגורמים כמו: תזונה לקויה המשולבת במחסור בפעילות גופנית. מחקרים הראו יחס ישיר בין צפייה מרובת שעות (טלוויזיה או מחשב) לבין השמנת יתר. גודם נוסף להשמנה הוא מצב סוציו אקונומי נמוך אשר מוביל לצריכת תזונה 'פשוטה' אך לא בהכרח בריאה".
מה הפיתרון לילדי הטכנולוגיה של היום?
"תחילה הגבלת שעות הצפייה בטלוויזיה, מתן אלטרנטיבות לפעילות גופנית מהנה לילד, בנוסף חשובה הביקורת על תזונת הילד. כהקשר למצב הסוציו אקונומי, הפתרון הוא הקצאת תקציבים



ילדים במאה ה-21

"קיימת כיום סוגיית אבחון של בעיות נזירונליות של ילדים ונוער כגון הפרעת קשב וריכוז, דיסלקציה וכו'. כיום הפתרונות הנותנים הם רחבים יותר ונעשה מעקב נכון ומובנה".
האם את או אנשי הצוות נתקלים במקרי אלימות בילדים?
"אחת הסיבות השכיחות לפנייה למיון בקרב ילדים היא תאונות לסוגיהן כאשר נפילה היא סוג התאונה השכיח ביותר (38%), תאונות דרכים (12%) והרעלות שונות (7%). כאשר מתעורר חשד שלא חלה בהכרח 'תאונה' כפי שדיווחו ההורים, אנו מערבים גורמי רוחה בהתאם לנהלים ברורים ובדיקה מדוקדקת".

כל המומחים לילדים

מחלקת הילדים מאגדת היום את כל המומחים ברפואת ילדים, מספקת מענה מקיף ומלא תוך התייעצות גם עם גורמים מבתי חולים אחרים. על האוכלוסייה לדעת כי יש לה כתובת קשובה בתחום רפואת הילדים שהיא זמינה וקרובה. נציגי המחלקה עונים בפורומים בנושא של רפואת ילדים, יוצאים להרצאות בקהילה ומעניקים את מידב האינפורמציה.
ד"ר קליין ממליצה להורים ולילדיהם לסגל אורח חיים בריא, תזונה מתאימה ופעילות גופנית, להקפיד על היגיינה ורחיצת ידיים בכדי להימנע מוירוסים מיותרים הן בתקופת החורף והן בקיץ. "הב"ריאות שלנו היא המפתח לכך שנצליח לעשות את כל שאר הדברים שאנו חפצים"

אפרת גוטפריד
efratg@gmail.com

לרגל יום הילד הבינלאומי המתקרב ובא מנינו לד"ר עדי קליין, מנהלת מחלקת הילדים בבית החולים חלל יפה על מנת לקבל נקודת מבט שונה על עולם הילדים.
לדבריה "סביבה שמותאמת לצורכי הילדים משפיעה על קצב ומהירות ההחלמה". מחלקת הילדים בבית החולים עברה לפני כחודש וחצי לבניין האשפוז החדש. "התלהבותם של הילדים המאושפים זיהם מהמשחקים בחצר, המחלקה ומהאווירה מקלה מאוד על הילד ומשפחתו וכמובן על הסגל שלנו במתן הטיפול".
ברור לכל כי מתן השירות הרפואי הטוב ביותר זהו ערך עליון, וחשוב שתהיה סביבה המותאמת לילדים, למשל חולי מחלת הקרון או אסטמה צריכים להגיע בתדירות גבוהה ולמשך פרקי זמן ארוכים לבית החולים, והם יגיעו למפגש עם הרופא במידה וסביבת המרפאה תזכיר לו גן ילדים מאשר בית חולים.
האם קיים שינוי באופי מחלות הילדים בשנים האחרונות?

הרפואה בעולם המערבי ובישראל היא מאוד מפותחת ומתקדמת אך כל נשכח כי עם העלייה בתוחלת החיים, המון זוגות בוחרים ללדת מאוחר (לעיתים נולדים עוברים במשקל לידה נמוך) וישנו סיכוי כי הילדים יוולדו עם בעיות כרוניות ותרודרשות טיפול ומעקב לאורך זמן. סיבה נוספת לעלייה בשכיחות של המחלות הכרוניות

ד"ר עדי קליין: "ילד מוגדר באחוזון מעל 85 הוא נחשב שמן, מעל 95 הוא נמצא במצב של השמנה מסכנת חיים"



צילום: אילנה צורני