



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



التعامل مع العائلة عند مرض الطفل

**Dealing with the Family
during the Child Sickness**

من الطبيعي أن يمر الأهل بالعديد من المشاعر المتشابكة
والمربكة حال معرفتهم بإصابة الطفل بالسرطان.
التفاعلات وردود الفعل الاعتيادية في مثل هذا الموقف
تتضمن غالباً:

عدم التصديق

الرفض و الإنكار

الغضب

التوتر العصبي

الحزن

الشعور بالذنب

الارتباك

الخوف

المشاعر و تفاعلات قد تساعدكم في تفهم حقيقة الوضع
و ضرورة تقبل الأمر، ومن المهم أن نتذكر أن الطفل يحتاج
في هذا الوقت إلى دعمكم الكامل أكثر من أي وقت مضى.

الصدمة

- في لحظات المحنة الأولى، يتذكر أغلب الآباء و الأمهات القليل جداً من شروحات الطبيب الأولية عن مرض الطفل بسبب الصدمة و التشوش و الإرتباك
- يُنصح الوالدين بتدوين التعليمات أو طلب المساعدة من شخص آخر، لتدوين كل المعلومات الجديدة كلياً عليهم، و الواقع أن حالة الخدرهذه مفيدة في التخفيف من حدة صدمة النبأ و حدة المشاعر.

الرفض و الإنكار

- يُعد الرفض أو الإنكار عاملاً مساعداً جيداً و درع لحماية الوالدين من الحقيقة المؤلمة للواقع المستجد، و لكسب بعض الوقت للتعامل مع الأزمة و انفعالاتها، و لا يعتبر مشكلة إلا حين يؤدي إلى تأخير المباشرة بالمعالجات و تردد الأهل في اتخاذ القرارات.
- مما يساعد في التعامل مع حالة الرفض و عدم التصديق: أن يسعى الأهل إلى معرفة الإجابات عن مختلف تساؤلاتهم و شكوكهم و السعي إلى تحصيل المعلومات الكافية حول السرطان و معالجاته.

الخوف

- من الطبيعي أن يشعر الوالدين بالقلق من عدم القدرة على مواجهة الأزمة و أداء دورهم كوالدين، أو تتتابهم الهواجس و المخاوف حول مقدرة الطفل على تحمل المعالجات أو تأثيرها على جسمه و نظرته لنفسه، أو حول المستقبل المجهول.
- مما يساعد في التخفيف من المخاوف: أن يقوم الأهل بالبحث عن المعرفة و المعلومات الدقيقة حول المرض، و تنمية الثقة بالفريق الطبي المعالج، و التصريح عن دواعي قلقهم و خوفهم للأطباء للحصول على التأكيدات التي قد تزيلها، و من المفيد بشكل كبير التحدث إلى أهالي أطفال آخرين مصابين بنفس المرض و معرفة تجاربهم و كيف تمكنوا من التعاطي مع الوضع.

الشعور بالعجز

- يغير المرض نمط حياة العائلة الروتيني، و لحين التأقلم مع الوضع الجديد، يشعر الأبوين بالعجز التام عن فعل أي شيء. و تنتهي هذه المرحلة عند بدأ العلاج بحيث يتعمق الأهل في معرفة الحقائق و اتخاذ القرارات و الثقة في الفريق الطبي.

الشعور بالذنب

- يظهر الشعور بالذنب بعد تقبل الأهل لحقيقة سرطان الطفل، و يُعد من ردود الفعل و الأحاسيس الشائعة و العادية، و ينبع من اعتقادهم بأن إصابة طفلهم ناتجة عن أخطائهم أو تقصيره، و يلوم الوالدين أنفسهم و طبيبهم دائماً عن تأخر التشخيص، فالتشخيص المبكر يكون أحياناً صعباً حتى بالنسبة للأطباء.
- مما يساعد في التخفيف من مشاعر الذنب :
 - التحدث بشكل مفتوح مع الأطباء حول الشعور بالذنب، الذين بدورهم يقدمون إجابات واضحة تزيل مثل هذا الشعور.
 - البحث عن المعلومات المتعلقة بأسباب نشوء السرطان بشكل عام.
 - التحدث مع أهالي الأطفال المرضى الآخرين.
 - تقبل حقيقة أنه قد لا توجد إجابة واضحة و صريحة حول ما تسبب في نشوء السرطان لدى الطفل.

الغضب

- يصبح الكثير من الآباء و الأمهات متوترين جدا و يملؤهم الغضب، و يُعد ذلك من التفاعلات و ردود الفعل الشائعة عند تشخيص سرطان الطفل. ومن المهم تذكير الوالدين أن أفراد العائلة يعيشون نفس الأزمة، كما من المفيد التحدث عن مثل هذه المشاعر و الإفصاح عنها للغير كأفراد العائلة أو الأصدقاء أو الفريق الطبي المعالج.
- ومما يساعد في تخفيف الغضب والتوتر:
 - الإكثار من الدعاء و قراءة القرآن و اللجوء للصلاة.
 - التحدث مع أهالي الأطفال المرضى الآخرين بالمستشفى.
 - عدم كبت المشاعر مثل البكاء، لكن ليس أمام الطفل.
 - التقرب من الأبناء الآخرين و العائلة و عدم العزلة عنهم.
 - عدم مقارنة حالة الطفل المريض بحالات أطفال آخرين، فلكل حالته الصحية الخاصة.
 - القيام بنشاط بدني لتصريف التوتر المتراكم.

الشعور بالحزن و الأسى

• يُعاني الوالدين من شعور حاد بالضياح أو الخسارة حين تشخيص الطفل بالسرطان، و يشعرون بعدم المقدرة على مواجهة احتمال موت الطفل، و يُعد الشعور بالأسى مشاعر طبيعية عند حدوث الأزمات، و أغلبية الناس يتخطونها عندما تبدأ الآمال في الظهور و الازدياد.

الأمل

• ينمو لدى الوالدين الشعور بالأمل و الرجاء في شفاء الطفل و في غد أفضل، و ثمة أسباب قوية للشعور بالأمل؛ فأغلبية الأطفال الذين أصيبوا بالسرطان تغلبوا عليه، و عاشوا حياة طبيعية كالآخرين.



يُعد إعلام الطفل عن مرضه أحد أصعب القرارات التي تواجه الأهل بعد التشخيص، ولكن من المهم استيعاب الطفل لحالته، لزيادة تقبل المرض و علاجه. وتختلف طريقة إخبار الطفل حسب عمره ونضجه.

الأطفال دون سن الثالثة

لا يدرك الأطفال بهذه السن معنى السرطان، وأكثر ما يخيفهم هو التحاليل الطبية، يمكن القول مثلا أن وخزات الإبر ستكون مؤلمة لدقيقة و لا بأس من البكاء، فهذا يجعل الطفل يعرف أنك تفهم مشاعره و تتقبلها و يساعده في الثقة بك.

من المفيد أيضا إعطاء الطفل بعض الخيارات حيث أمكن، فمثلا إن كان الدواء يؤخذ عن طريق الفم، يمكن سؤال

الطفل عما إن كان يرغب في تناوله مع عصير ما، أو تركه يختار بنفسه موضع الحقن.

ما يمكن فعله للطفل:

- التواجد مع الطفل أثناء الفحوصات و الإجراءات الطبية.
- الإلهاء باستخدام الألعاب و الأشياء الملونة.
- زيارة الأصدقاء كلما أمكن ذلك و عدم عزل الطفل عنهم، و تحديد عدد الزوار الغرباء.
- جدولة وقت الطفل ما أمكن ذلك، كمواعيد النوم و الوجبات و ترتيب أوقات للعب.

الأطفال بين سن الثالثة و الخامسة

عادة يقوم الأطفال بالسن ما بين الثانية و السابعة من العمر بالربط بين الأحداث، و ينسبونها لشيء محدد، فمثلا يربطون بين المرض، و البقاء بالسرير و تناول الأدوية أو أطعمة معينة، و هم في هذه السن يظنون غالباً أن مرضهم حدث بسبب فعل محدد، لذا فهم يفكرون أن الشفاء سيحدث تلقائياً أو بإتباعهم قواعد محددة.

ما يمكن فعله للطفل:

- توجيه الطفل للتعبير عن انفعالاته القوية كالغضب بطرق مقبولة، مثل التحدث عنها أو الرسم أو (لكم الوسائد و المفارش اللينة).
- خلق فرص للقيام بنشاطات بدنية.

- مكافأة الطفل على سلوكه الحسن، أو على تعاونه عند إجراء التحاليل أو الإجراءات الطبية الأخرى.
- استخدام طرق مبسطة لشرح المرض، مثلاً محاولة شرح أن السرطان ما هو إلا معركة بين الخلايا الطيبة والخلايا الشريرة، وأن تناول العلاجات سيساعد الخلايا الجيدة لتكون قوية حتى تتمكن من التغلب على الخلايا السيئة.
- شرح أن المرض و معالجاته ليست عقاباً للطفل، عمّا قد يكون فعله أو قاله أو فكر به.
- شرح أن العلاج ضروري لإبعاد الألم، أو للتحسن و استئناف اللعب بدون الشعور بالتعب.
- شرح المعالجات و التحاليل بأكبر قدر ممكن من الصراحة، و تذكير الطفل أن عمل كل هذه الأشياء هو للتخلص من المرض، و أنها تساعد في تحقيق الشفاء.

الأطفال بسن السادسة إلى الثانية عشر

يبدأ الأطفال بهذه الفئة العمرية بفهم الروابط ما بين الأشياء والأحداث، فمثلا يرى الطفل بهذه السن مرضه كمجموعة من الأعراض، و لا يربطه كنتيجة لشيء فعله أو قاله، ويفهم أن الشفاء مرتبط بتناول الأدوية و فعل ما يقوله الطبيب، و يكون قابلا للتعاون مع إجراءات المعالجة، و يمكن إعطاء تفاصيل أكثر عند التحدث عن السرطان.

ما يمكن فعله للطفل:

- إشراك الطفل إن كان ذلك ملائما في المناقشات حول العلاج.
- طمأنة الطفل حول مسألة أنه غير مسؤول عن الإصابة بالسرطان.

المراهقون بسن الثالثة عشر إلى الثامنة عشر

غالبًا يفهم الأطفال ما فوق سن الثانية عشر العلاقات المعقدة و المتشابكة ما بين الأحداث، و يتجه المراهقون للتفكير بالمرض من زاوية أعراض محددة مثل الشعور بالتعب، و من زاوية تحديد نشاطاتهم اليومية المعتادة أو تغييرها.

تشخيص مرض الطفل بأنه سرطان، أمر يؤثر على كل العائلة، وقد تكون الفترة الأولى هي المرحلة الحرجة بالنسبة للأشقاء، فمن الأفضل دائما التبكير في شرح الوضع لهم بوضوح وصدق، حسب عمر كل منهم وقدرته على الفهم. ينبغي تشجيعهم على طرح الأسئلة والإجابة عليها، وإعلامهم بالمستجدات حسب مناسباتها، وعدم إهمال بقية الأطفال في الأسرة والإهتمام بهم لتجنب الحساسيات بينهم وبين أخيهم المريض.

الرُّضْعُ و الأطفال ما دون الثالثة:

- الاستعانة بالأقارب والأصدقاء أو الجدين أو المربية لمجالسة الطفل.
- رؤية الطفل لأحد الوالدين يوميا في كل الأحوال، وطمأنته بالتأكيد له أن الأب أو الأم سيأتي قريبا.
- زيارة الطفل المريض بشكل دوري.

الأطفال بسن الثالثة إلى الخامسة

- طمأنة الأطفال دوما حول غياب الوالدين.
- التنبه الدائم لأية تغيرات سلوكية لدى الأشقاء.

الأطفال بسن السادسة إلى الثانية عشر

- شرح حالة أخيهم المريض بشكل بسيط.
- التنبه للتساؤلات مما لا يقوم الطفل بالإفصاح عنها خصوصا التساؤلات الشخصية حول صحته، و هل سيصاب بالسرطان مثل شقيقه.
- إعلام مدرسة الطفل حول الوضع المستجد الذي تعيشه العائلة.
- تقديم التأكيدات و تكرارها حول مسالة أن الطفل غير مسؤول عن إصابة شقيقه بالسرطان لأي تصرف بدر منه تجاهه.

- حث الأشفقاء على الاستمتاع بوقتهم أو اللهو حين يرغبون بذلك بغض النظر عن مرض شقيقهم و عدم منعهم من ذلك.
- حث الأشفقاء للإفصاح عن مشاعرهم دون كبت أو إنكار.
- تشجيع الأشفقاء على كتابة رسائل للطفل المريض أو تسجيل أشرطة مسموعة أو إرسال رسومات أو المكالمات الهاتفية.

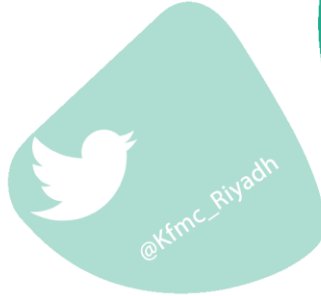
المراهقون بسن الثالثة عشر إلى الثامنة عشر

- شرح حالة أخيهم المريض بالتفاصيل الدقيقة.
- إقحام الأشفقاء في مناخ الأزيمة وإشراكهم في العملية العلاجية ما أمكن ذلك.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

شعبة التثقيف الصحي في مركز الأورام
الشامل



HEM1.16.000205

