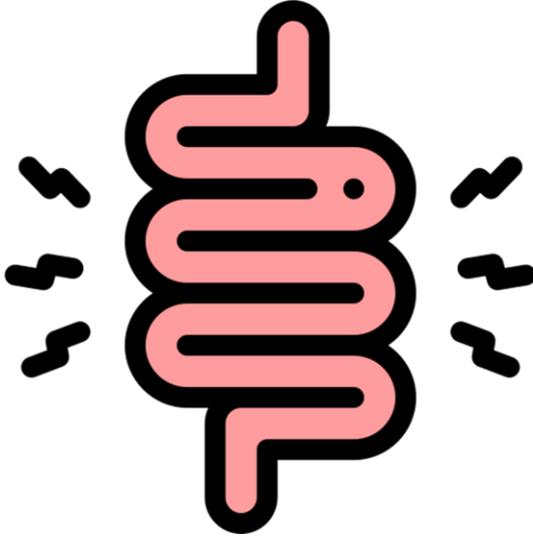




مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City



إسهال سوء امتصاص  
الجلكوز والغالكتوز

Glucose and Galactose  
Malabsorption

## ما هو إسهال سوء الامتصاص الجلوكوز والغالكتوز؟

هو مرض وراثي يؤدي الى سوء امتصاص الجلوكوز والغالكتوز من الأمعاء، فإذا تناول الطفل غذاء يحتوي على الجلوكوز أو الغالكتوز ينتج عن ذلك إسهال شديد يؤدي إلى الجفاف، وحموضة في الدم.

## هل هو مرض وراثي؟

نعم، وهذا يعني أن كلا الوالدين (الأم والأب) حاملان للمرض بدون أعراض. هناك احتمال بالإصابة بهذا المرض عند كل حمل جديد بنسبة ٢٥%.

يعتبر هذا المرض من الأمراض النادرة ولكن يكثر في المملكة العربية السعودية بسبب زواج الأقارب.

## ما هو سكر الجلوكوز والغالكتوز؟

هما نوعان من أنواع السكريات ويُسميان سكاكر أحادية، وهما ينتجان من هضم بعض انواع السكاكر الأخرى مثل: سكر الحليب.

فالحليب يحتوي على سكر يسمى "لاكتوز" وهو عبارة عن سكر الجلوكوز مرتبط بسكر الغالكتوز وعند هضم سكر الحليب (اللاكتوز) في الأمعاء ينفصل سكر الجلوكوز والغالكتوز عن بعضهما.



## أعراض مرض سوء الامتصاص الجلوكوز والغالكتوز:

- ✱ اسهال شديد منذ الولادة مصاحب بانتفاخ في البطن.
- ✱ نقص في الوزن.
- ✱ الجفاف.
- ✱ سوء التغذية.
- ✱ التهاب واحمرار شديد حول فتحة الشرج.

## علاج مرض سوء الامتصاص للجلوكوز والغالكتوز:

تجنب إعطاء المريض أي مأكولات أو مشروبات تحتوي على سكر الجلوكوز والغالكتوز ولهذا يحتاج الطفل الرضيع إلى حليب خاص حيث يتم نزع سكر اللاكتوز منه واستبداله بسكر الفواكه (الفركتوز).

## الرضاعة الطبيعية للطفل المصاب:

حليب الأم يحتوي على سكر اللاكتوز، لذلك لا يُنصح بالرضاعة الطبيعية للطفل المصاب. كما يجب تجنب الأنواع الأخرى التي تحتوي على الجلوكوز أو الغالكتوز.

## هل يستمر الإسهال مع الطفل طول العمر؟

أغلب الأطفال في سن المدرسة يكونون قادرين على أكل بعض أنواع الطعام التي تحتوي على السكريات بدون إسهال.

ما الذي ينبغي أن أقدمه لطفلي المصاب بهذا

المرض؟

يجب الالتزام بالحمية وإعطائه الحليب الخاص في الأشهر الأولى من العمر وذلك لتجنب حدوث سوء تغذية والجفاف، بعد ذلك يمكن إطعام الطفل بعض أنواع الأغذية قليلة السكريات، ومتابعة الطفل.

حيث أن الأطفال يختلفون في قدرتهم على أكل هذه الأنواع من الأغذية بدون حدوث إسهال.

في حالة حدوث نزله معوية شديدة فإنه يجب إحصار الطفل للمستشفى حيث أنه لا يستطيع أخذ محلول الجفاف وذلك لاحتوائه على سكر الجلوكوز.

عندما يصبح الطفل قادر على أكل أنواع الأطعمة  
يجب اتباع حمية خاصة بالأكل، كما يلي:

✗ الأغذية التي يجب تجنبها لاحتوائها على نسبة  
عالية من سكر الجلوكوز والغالكتوز

### مجموعة الحليب و مشتقاته

- جميع منتجات الحليب، مثل: الحليب البقري،  
حليب الماعز، حليب الإبل.
- اللبن.
- الزبادي.
- الجبن.
- حليب الأم.
- الحليب الصناعي للرضع.



## مجموعة الحبوب و مشتقاتها

- المكسرات.
- فول الصويا.
- البقوليات.
- البازلاء.
- السميد.
- حبوب الإفطار والمخبوزات وجميع الأكلات التي تحتوي على الحليب والسكر.
- حبوب للأطفال الرضع بجميع النكهات لاحتوائها على الحليب.



## مجموعة الخضار و الفواكه

- عصير الفواكه.
- الخضار مثل: الجزر والشمندر، البنجر، الخرة الحلو.
- البطاطس بجميع أنواعه (الأبيض، الأحمر، الحلو)
- الزهرة.
- الملفوف.
- معظم الفواكه مثل التفاح، والخوخ، والموز، والجريب فروت، والشمام، والبطيخ الأحمر، ومانجو، والبرتقال، البرقوق، البخارى، الأناناس، اليوسفي.



## أغذية أخرى متفرقة

- الحلويات.
- المحليات البديلة عن السكر.
- المشروبات الغازية.
- مشروب النكتار.
- مشروب الفاكهة.
- سكر الطعام (سكر القصب)
- قصب السكر
- الجلوكوز
- المالتوديكسترين
- شيرة الذرة
- شراب الذرة
- سكر ستيفيا
- سكر المائدة.
- الآيس كريم
- كل أنواع الصلصات.
- الحلويات والشوكولاتة.
- المربى.
- حلى الجلي.
- الزبدة لاحتوائها على الحليب.
- عرق سوس.

✓ الأغذية تحتوي على نسبة قليلة من سكر

الجلكوز والغالكتوز وهذه الأغذية تعطى

بحرص ومتابعة للأطفال

### مجموعة الحليب و مشتقاته

- اسيدوفيلوس.
- القشطة.
- الكريمة.

### مجموعة اللحوم

- الكبد.
- المحار.
- الربيان.

## مجموعة الخضار و الفواكه

- مجموعة الطماطم.
- الخضار الورقية الخضراء، الخس، السبانخ،  
الهلين، براعم الخيزران، كرنب بروكسيل و  
قرنبيط، الكرفس، الكوسة.
- الخيار.
- الفطر.
- الخرشوف.
- الليمون و عصير الليمون.
- الافوكادو.

## مجموعة الدهون

- الزبدة التي تحتوي على الحليب و مشتقاته.

✓ الأغذية التي لا تحتوي على سكر الجلوكوز

والغالكتوز

### مجموعة الحليب و مشتقاته

- الحليب الخاص منزوع اللاكتوز.
- جبنة تاليجيو.
- جبنة فونتينا.
- جبن بروفولون.
- جبن جورجونزولا
- جبنة بارميجيانو.
- جبنة ريجيانو.
- جبنة بيكورينو.
- جبنة جرانو.
- جبنة بادانو.
- الجبنة السويسرية.

## مجموعة الحبوب ومشتقاتها

- الأرز.
- المعكرونة.
- الخبز الخالي من الحليب والسكر.
- الشوفان.
- الذرة.
- حبوب الإفطار الخالية من السكر والحليب.
- القمح.
- الكنيوا.
- الشعير.

## مجموعة اللحوم

- اللحوم.
- الدواجن.
- الأسماك.
- البيض.

## مجموعة الخضار و الفواكه

- كل أنواع الخضار و الفاكهة غير المذكورة في قسم الممنوع.
- الفواكه مثل التوت البري، الكرز، التين، العنب، الكيوي، البابايا، الكمثرى، الفراولة.
- الزيتون.

## مجموعة الدهون

- كل أنواع الزيوت النباتية والحيوانية.
- الجلاتين.
- حلويات الجلاتين الخالية من السكر.
- الزبدة التي لا تحتوي على الحليب و مشتقاته.

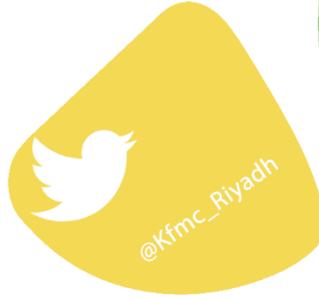
## متفرقات

- الملح.
- البهارات.
- الفلفل.
- الخل.
- ملونات الطعام.
- المحليات بسكر الفاكهة ( الفركتوز).
- العسل.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم التخصصات الدقيقة للأطفال



HEM3.22.0001454

