



النمو

النمو

لماذا نتابع نمو الطفل سنوياً؟

- النمو هو أحد أهم مؤشرات صحة الطفل. مراقبة الطول والوزن بشكل دوري تساعد في الكشف المبكر عن:
- نقص أو تأخر النمو
- السمنة أو النحافة
- أمراض مزمنة أو هرمونية مبكرة

متى يتم قياس الطول والوزن؟

- عند كل زيارة سنوية لطبيب الأطفال
- قبل دخول المدرسة
- عند وجود ملاحظات من الأهل أو المعلمين على النشاط أو الشهية أو اللبس

كيف يتم تقييم النمو؟

- يتم قياس الطول والوزن ومقارنتها بمخططات النمو العالمية حسب العمر والجنس
- للأطفال من عمر سنتين وأكثر يتم حساب مؤشر كتلة الجسم (BMI)
- في بعض الحالات يُطلب فحص إضافي مثل العمر العظمي أو تحاليل دموية

متى يجب القلق؟

- إذا كان الطفل قصيراً جداً مقارنة بأقرانه (أقل من ٣٪ في المخطط)
- إذا توقف أو تباطأ النمو بعد أن كان طبيعياً
- إذا زاد الوزن بشكل مفاجئ أو فقد الوزن بشكل مقلق
- إذا كان هنالك علامات بلوغ مبكر أو متأخر

نصائح للأهل:

- سجلي القياسات بشكل سنوي في دفتر خاص
- احرصي على التغذية المتوازنة والنوم الكافي
- لاتقارني نمو طفلك بأخوته أو أبناء الآخرين
- راجعي طبيب الأطفال إذا كان هناك قلق أو ملاحظة

فقيه.

مجموعة فقيه للرعاية الصحية
Fakeeh Care Group

