

## چرا کودک به سسکه می‌افتد؟

مادر بزرگ‌ها می‌گفتند، سسکه نوزاد نشانه سلامت و به معنی آن است که شیرخوار معده گشاد می‌کند. در واقع این باور اشتباه است.



سلامت نیوز: مادر بزرگ‌ها می‌گفتند، سسکه نوزاد نشانه سلامت و به معنی آن است که شیرخوار معده گشاد می‌کند. در واقع این باور اشتباه است. سسکه، علامت سلامت یا بیماری نیست و هیچ تاثیر فیزیولوژیکی ندارد. معمولا پس از غذا به دلیل پر شدن معده، کودکان دچار سسکه می‌شوند، اما گاهی ممکن است کودک با معده خالی هم سسکه کند. دلیل آن هم بلعیدن مقدار زیادی هوا به خاطر مکیدن شیشه یا پستانک است. وقتی معده پر از هوا (در اثر گریه یا خنده) یا مایع (نوشیدن شیر) می‌شود، منبسط و باعث کشش عصبی می‌شود که به دیافراگم متصل است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از آرمان؛ این حالت باعث نافرمان شدن این ماهیچه و عامل به وجود آمدن حرکت‌های غیرقابل کنترل آن است. صدای ناشی از سسکه نیز در واقع صدایی است که در اثر بسته شدن ناگهانی نای بعد از هر اسپاسم به وجود می‌آید. سسکه در نوزاد زیاد دیده می‌شود و احتمالا به خاطر این است که پرده دیافراگم، هنوز به طور کامل رشد نکرده است. اما خود به خود و عموماً در دو ماهگی کاهش می‌یابد. شاید این حالت برای بدن کوچک نوزاد، حالتی عجیب و سخت باشد، اما در واقع این انقباضات، همراه درد نیست، مشکلی برای او به وجود نمی‌آورد و باعث گریه اش نمی‌شود. بین سسکه، باد گلو و سریع شیر خوردن نوزاد هیچ رابطه‌ای وجود ندارد، زیرا سسکه اصلاً به مشکلات گوارشی بستگی ندارد.

سسکه از چه زمانی شروع می‌شود؟

جالب است بدانید کودک در دوران جنینی نیز در رحم مادر سسکه می‌کند و این حالت چندان برایش عجیب نیست، با این تفاوت که سسکه جنین به خاطر بلعیدن هوا نیست، بلکه مایع آمنیون، موجب سسکه می‌شود. از هفته بیستم بارداری معمولاً زنان می‌توانند سسکه جنین‌شان را حس کنند. اواخر بارداری یک درصد از ساعت عمر جنین به سسکه می‌گذرد و بر خلاف زمان بعد از تولد که نوزاد در معرض هوا قرار دارد، جنین درون مایع آمنیوتیکی سسکه می‌کند. ظاهراً سسکه جزئی از تکامل اعصاب جنین است، اما بر خلاف لگدزدن که فقط قسمتی از شکم مادر تکان می‌خورد، هنگام سسکه جنین، معمولاً همه شکم مادر تکان می‌خورد. این وضعیت معمولاً چندان طول نمی‌کشد و ظرف 5 تا 10 دقیقه از بین می‌رود.

موقع سسکه چه کنیم؟

در مورد بزرگسالان معمولاً گفته می‌شود روش‌هایی مانند ترساندن، نوشیدن یک لیوان آب سرد یا گرم بدون نفس کشیدن، گذاشتن کلیدی سرد پشت کمر، نگاه داشتن نفس و... موثر است. روش‌هایی که به کودک آسیب نرساند یا باعث ترسیدن او نشود را می‌توان برای او هم به کار برد. گاهی دلیل ادامه سسکه در کودکان، جنب و جوش زیاد است. برای متوقف کردن سسکه شیرخواران و نوزادان، کافی است آنها را بغل کنید، به پشتشان بزنید یا آرام تکانشان دهید. با زدن ضربه‌هایی آرام به پشت نوزادان سعی کنید تا آروغ بزند و هوای بلعیده شده را از معده‌اش خارج کند. اما بهترین راه درمان صبر کردن است. فقط آرامش خود را حفظ کنید تا سسکه برطرف شود. توجه داشته باشید که اگر کودک در حال سسکه کردن است، بازهم می‌توانید با خیال راحت او را بخوابانید. در هر صورت سسکه بعد از چند دقیقه متوقف می‌شود. پس صبور باشید.

آیا سسکه نشانه بیماری است؟

سسکه دردی ندارد و نشانه بیماری نیست و در عرض چند دقیقه (حداکثر 30 دقیقه تا یک ساعت) تمام می‌شود. اگر سسکه بیش از 15 دقیقه طول کشید، می‌توان به کودک آب جوشیده سرد شده، آب قند یا شیر داد. در صورتی که سسکه با علامت دیگری همراه نباشد، جای نگرانی ندارد، اما اگر همراه با تب و حالت تهوع باشد، باید با پزشک مشورت کرد. در این صورت ممکن است کودک دچار

تحریک‌های موضعی، مسمومیت یا موارد نادرتر باشد.

نوزادان بیشتر سکسکه می‌کنند

دلیل اینکه نوزادان نسبت به بزرگسالان بیشتر سکسکه می‌کنند، اغلب مربوط به بدن‌های کوچک و به طور کامل رشد نیافته‌شان است. همان طور که در یک فرد بزرگسال، وقتی معده زیاد پر باشد می‌تواند باعث سکسکه شود، باید بدانیم در یک نوزاد هم با در نظر گرفتن اینکه بچه‌ها معده کوچک تری نسبت به بزرگ ترها دارند و سریع‌تر پر می‌شود، این اتفاق خواهد افتاد. از دیگر دلایلی که نوزادان سکسکه می‌کنند ممکن است تا حد زیادی به خاطر رشد نکردن قسمت تحتانی مری آن‌ها باشد. اسفنکتر تحتانی مری یک ماهیچه دایره‌ای است که در مری باز و بسته می‌شود و اجازه می‌دهد غذا وارد معده شود، در برخی از نوزادان این اسفنکتر، بسته نمی‌شود یا دیرتر بسته می‌شود. بنابراین غذا می‌تواند به داخل مری برگردد و باعث سکسکه شود.

این عارضه با گذشت زمان حل می‌شود و جای هیچ نگرانی ندارد. یکی دیگر از علل سکسکه، تغذیه نوزادانی است که به جای شیر مادر از شیشه استفاده می‌کنند و سکسکه وقتی اتفاق می‌افتد که سوراخ پستانک شیشه سوراخ درستی داشته باشد و نوزاد هوای زیادی را بلعد. در این گونه موارد تنها راه حل ساده‌ای که می‌توانید انجام دهید این است که با توجه به سوراخ نوک سینه، سر پستانک شیشه را سوراخ کنید و اگر متوجه شدید سوراخ پستانک گشاد شده است آن را تعویض کنید.