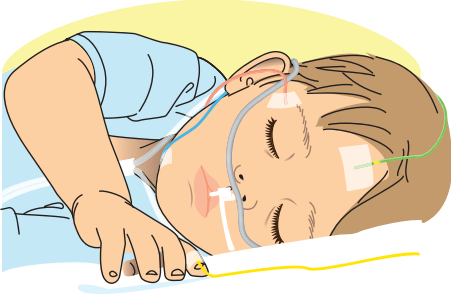


ثقافة المريض | سلسلة المعلومات

دراسات عن النوم لدى الأطفال



الدراسة عن النوم هي عبارة عن اختبار يسجل أنماط النوم لدى الطفل. هذا الاختبار مطلوب لتشخيص اضطرابات النوم لديهم. المسمى الطبي لهذا النوع من الدراسات هو «باليسومنوجرام». و يتضمن هذا الاختبار نوم الطفل في مختبر النوم تحت الملاحظة.

إذا كان الطفل بدأ في استعمال أدوية جديدة أو خاصة بالنوم. قد نطلب من الطفل أن لا يستعمل تلك الأدوية ليلة الإختبار.

ماذا يمكننا (نحن و الطفل) أن نتوقع أثناء إختبار النوم؟

عند الوصول سنقوم بتوفير غرفة لكم و للطفل بها سرير للطفل و سرير آخر للشخص المرافق للطفل أثناء الإختبار. جميع النشاطات الإعتيادية ما قبل النوم مسموحة مثل الرضاعة الطبيعية، قراءة الكتب، مشاهدة التلفاز و الطعام و الشراب. سيقوم الفني المختص بوضع الحساسات على الطفل قبل أن يدخل الى النوم. الحساسات ليست مثل الإبرة فهي لا تسبب ألم و سهلة الإنتزاع عند نهاية الإختبار. وضع الحساسات بالطريقة المناسبة قد يستغرق ٦٠ دقيقة. غالبا سنقوم بمراقبة المناطق التاية من جسم الطفل:

- (١) حساسات على الرأس و الوجه لمراقبة موجات الدماغ و حركة العين
- (٢) حساسات على الصدر لمراقبة القلب و على الأطراف لقياس الحركة
- (٣) أحزمة حول الصدر و البطن لمراقبة نمط التنفس. هذه الأحزمة لا تعيق التنفس لدى الطفل وهي مريحة للأطفال غالبا
- (٤) حساسات تحت الأنف و الفم لمراقبة حركة الهواء عبر الأنف
- (٥) لاصق على إصبع اليد أو القدم لمراقبة مستويات الأوكسجين

هذه الدراسة تسجل عدة أشياء أثناء نوم الطفل مثل نشاط الدماغ، حركة العين، نبضات القلب، حركة الأطراف، حركة الصدر و أنماط التنفس، مستويات الأوكسجين و ثاني أكسيد الكربون، حركة الهواء عبر الأنف و الشخير. لجمع هذه المعلومات، يتم استخدام عدة أنواع من الحساسات (أسلاك و وصلات مثل جهاز قياس وظائف القلب) على أجزاء مختلفة من جسم الطفل مثل الرأس، الوجه، الصدر و الأطراف.

من يقوم بهذه الإختبارات؟

يقوم فني مختص بهذه الإختبارات للدراسة. هؤلاء تم تدريبهم لغرض الملاحظة و جمع المعلومات أثناء نوم طفلك. الطبيب المختص يكون متواجدا عند الضرورة أيضا.

كيف يمكنني المساعدة في تجهيز طفلي لإختبار النوم؟

في اليوم المحدد للإختبار، حاولوا أن تحافظوا على النمط المعتاد لحياته قدر الإمكان. التغييرات في النمط المعتاد لن تساعد طفلك في هذا الإختبار. مثلا، إذا تعودَ الطفل أن يأخذ قيلولة أثناء اليوم فمن الضروري أن يأخذ قيلولة في يوم الإختبار أيضا. كما يجب الابتعاد عن أي مشروبات غازية أو عادية التي تحتوي على مادة الكافيين. غالبا سيتم سؤالكم قبل تحديد يوم الإختبار عن كافة الأدوية التي يستخدمها الطفل. نرجوا منكم أن تبلغوا مختبر النوم

خطة العمل:

ليتمكن الطفل من الاستفادة القصوى من هذا الإختبار، هناك عدة أشياء يمكن أن تفعلها لتهيئة الطفل له:

- ١) اشرح لطفلك ماذا سيحدث أثناء الإختبار
- ٢) بلِّغ مختبر النوم عن كل الأدوية التي يستعملها الطفل بما فيها الأدوية التجارية (التي تصرف بدون وصفة طبية)
- ٣) إذا كان الطفل يستخدم أدوية خاصة بالنوم، الرجاء التواصل مع الاخصائي لمعرفة إمكانية استعمال الدواء في يوم الإختبار.
- ٤) قم بإحضار كل ما يلزم طفلك لينام نوما هانئا

أرقام التواصل مع المستشفى:

(نرجوا مشاهدة الرابط التالي للتفاصيل : [http://www.thoracic.org/patients/information-series/en/](http://www.thoracic.org/patients/information-series/en/resources/ats-patient-ed-pulse-oximetry.pdf)

[thoracic.org/patients/information-series/en/](http://www.thoracic.org/patients/information-series/en/resources/ats-patient-ed-pulse-oximetry.pdf)

[resources/ats-patient-ed-pulse-oximetry.pdf](http://www.thoracic.org/patients/information-series/en/resources/ats-patient-ed-pulse-oximetry.pdf)

٦) حساسات على الصدر لمراقبة مستويات ثاني أكسيد الكربون

جميع هذه الحساسات تسمح للطفل أن يتحرك بحرية أثناء النوم. ما يثير الدهشة هنا أن معظم اطفال ينامون بشكل أفضل في مثل هذه الظروف. قد نقوم بتسجيل حركته طوال الليل أثناء الملاحظة عبر كاميرا آمنة لغرض مشاهدتها لاحقا. و تساعدنا هذه الخطوة لتسجيل أنماط النوم لدى الطفل كما يساعد الأشخاص المتواجدين في المختبر لمعرفة ما اذا كان الطفل لديه أي مشاكل بالتواجد في الغرفة، مع الحساسات أو أي مشاكل أخرى. الهدف من هذا الإختبار هو مراقبة نوم الطفل لمدة ٧ أو ٨ ساعات طوال الليل.

الفني المختص يكون متواجدا في المختبر أثناء الدراسة. يمكنكم طلب مساعدته أي وقت عبر السماعات الموجودة في الغرفة.

أحيانا قد يدخل الفني الى الغرفة لتعديل بعض الحساسات اذا لزم الأمر. في هذه الحالة، سنراعي قدر الإمكان عدم إزعاج الطفل أثناء نومه. كما يوجد طبيب متواجد طوال الوقت لأي مساعدة طبية. في الصباح التالي للإختبار، سيقوم الفني بإيقاظ الطفل عند الساعة ٦ صباحا و يقوم بنزع الحساسات و الأحزمة من جسم الطفل. يمكنكم بعدها أن تغادروا المختبر إذا أردتم ذلك. طبيب النوم الخاص بكم هو الشخص المخوّل لتحليل نتائج إختبار النوم للطفل و سيقوم بإطلاعكم على نتائج الدراسة في وقت لاحق.

المؤلفون: اندرا نارانج (MD) و رفيكا ارسو (MD)

المراجعة: سوزان لارو (RN, MS)

مصادر إضافية:

جامعة بايلور

<http://www.youtube.com/watch?v=AWIsDEW8piA>

جامعة روشستر

<http://www.urmc.rochester.edu/childrens-hospital/sleep-center/sleep-study.aspx>