

# إرشادات عملية لطبيب الأطفال

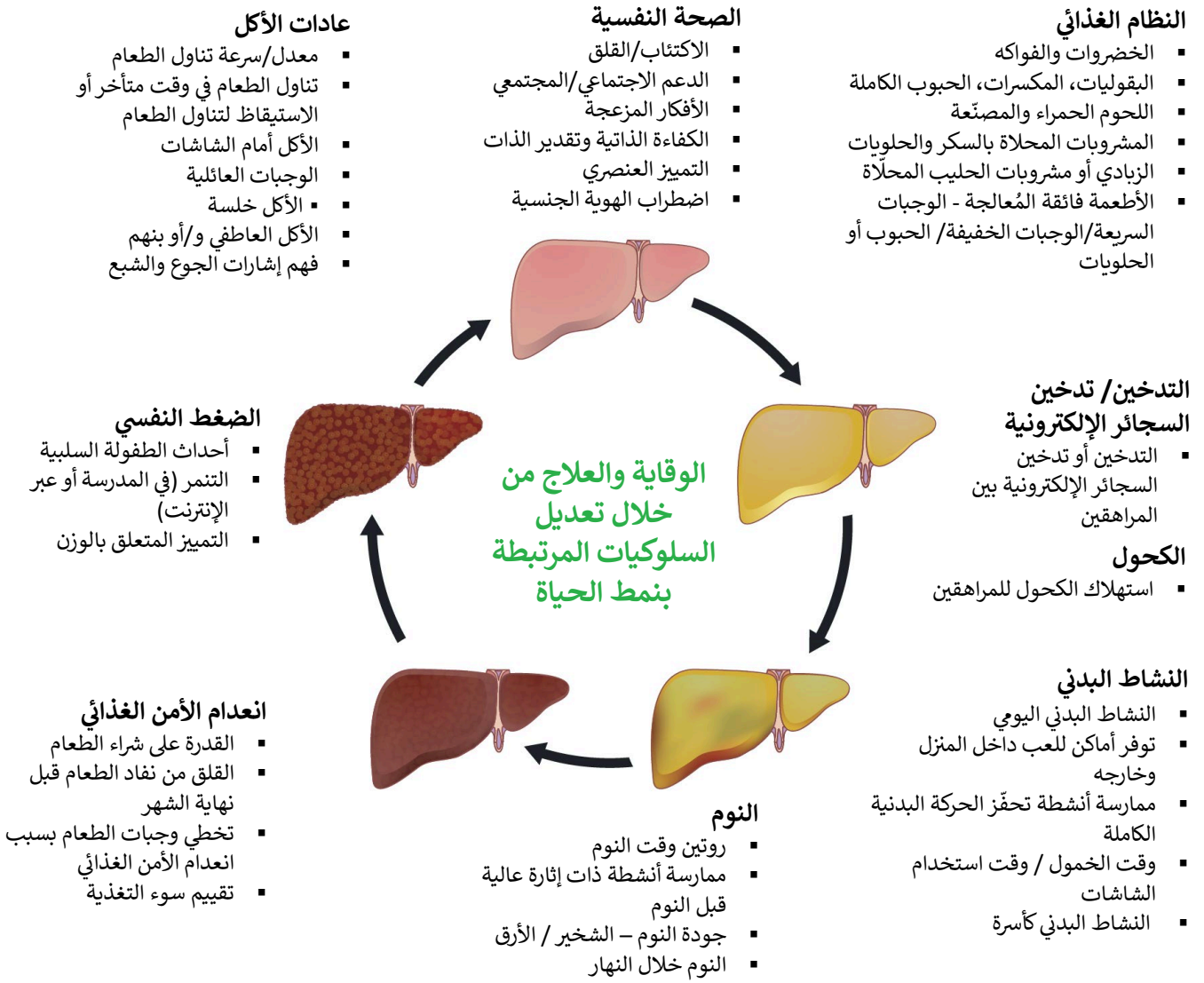
## الزيارة الأولى: التقييم

### ١ اطلب إذن المريض قبل تقييم نمط الحياة

وفقًا لمبادئ المقابلة التحفيزية، فإن طلب الإذن يُعد خطوة أساسية لزيادة تفاعل المريض مع الخطة العلاجية. كما يُوصى بشدة بتقديم شرح نفسي-تثقيفي موجز

مثال: "يُعد تعديل عادات نمط الحياة هو الخط العلاجي الأول لمرض الكبد المتدهن المرتبط بخلل التمثيل الغذائي. فالنظام الغذائي للأسرة، ومستوى النشاط البدني، وعادات النوم تُعدّ عوامل محورية في مرض الطفل وعلاجه. ويوجّه العلاج لجميع أفراد الأسرة، وسيؤدي والوالدان دور المحفزين الرئيسيين للتغيير. ولكي أتمكن من وضع خطة علاجية تتناسب مع قدرات الأسرة وتفضيلاتها، أرغب أولاً في تقييم الوضع الحالي. هل تأذنون لي بطرح بعض الأسئلة؟"

### ٢ اجمع معلومات عن نمط حياة المريض



### ٣ تقييم نمط حياة الأسرة وتقديم برنامج علاجي مناسب

- من الضروري الحفاظ على موقف محايد خالي من إصدار الأحكام، مع التأكيد على قدرة الأسرة على تغيير عاداتها، وأهمية الحصول على الدعم من مختصين في السلوكيات والتغذية
- يُوصى بإحالة جميع الأسر إلى أخصائي تغذية سريرية لديه خبرة في علاج الأطفال والمراهقين
- مريضك هو الأسرة بأكملها وليس الطفل أو المراهق فقط؛ لذا من المهم التأكيد على ضرورة إجراء تغييرات جماعية داخل الأسرة، وتجنّب استهداف الطفل وحده بالتغيير. فالوالدان هما القدوة، ويجب أن يُجسّدا نموذجًا لسلوك نمط الحياة الصحية
- يُوصى بتشجيع الأسر على زيادة النشاط البدني اليومي المشترك، وإدخال وجبات عائلية ضمن الروتين الأسبوعي، والحفاظ على روتين صحي لوقت النوم
- في بعض الحالات، قد يُوصى بالعلاج السلوكي و/أو توجيه الوالدين