

حقنة فيتامين ك: لماذا يحتاجها طفلي حديث الولادة؟

ما المقصود بفيتامين ك؟

يشكل فيتامين ك أحد العناصر الغذائية المهمة، إذ يستخدمه الجسم للمساعدة في تجلط الدم ووقف النزيف.

من أين نحصل على فيتامين ك بطريقة طبيعية؟

يُحصل البالغون على فيتامين ك من الأطعمة التي تتناولها ومن البكتيريا التي تعيش في أمعائنا. في حين يُولد الأطفال الرضع بمستويات منخفضة من فيتامين ك، ولا تفرز أمعاؤهم كمية كافية من البكتيريا لإنتاجه في الجسم،¹ لذلك تساعد حقنة فيتامين ك على زيادة مستوياته المنخفضة عند ولادة الرضع.

ما أهمية حصول الأطفال الرضع على فيتامين ك؟

يولد جميع الأطفال الرضع بمستويات منخفضة من فيتامين ك،² ولا تكفي هذه الكمية لمنع اضطراب النزيف المعروف طبيًا باسم "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" (vitamin K deficiency bleeding).

ما المقصود باضطراب "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك"؟

يُعرف "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" بأنه اضطراب نزيف يحدث للأطفال الرضع، ويمكن الوقاية منه عند حصول الرضيع على حقنة واحدة من فيتامين ك بعد الولادة بفترة قصيرة. وإذا لم يحصل الرضيع على هذه الحقنة، فقد يؤدي "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" إلى وفاته حتى في حال عدم تعرضه لإصابة جسدية. يحدث "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" عندما لا تستطيع أجسام الرضع إيقاف النزيف بسبب عدم وجود كمية كافية من فيتامين ك في الدم تسمح بتكوين جلطة. ويمكن أن يحدث النزيف داخل جسم الرضيع أو خارجه، إلا أنه عندما يكون النزيف داخل الجسم، قد تصعب ملاحظته. قد يحدث للرضيع الذي يعاني "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" نزيف في أعضاء الجسم الداخلية أو الدماغ، ما يؤدي إلى تلف في الدماغ وربما الوفاة. تحدث معظم حالات "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" خلال أول أسبوعين من ولادة الرضع، لكن الرضع الذين لا يحصلون على حقنة فيتامين ك قد يتعرضون لخطر "النزيف الناتج عن نقص فيتامين ك" حتى عمر ستة أشهر.¹

هل من الضروري حصول جميع الرضع في ولاية نيويورك على فيتامين ك؟

نعم. تطلب ولاية نيويورك من مقدم الرعاية الطبية المتابع لطفلك الرضيع إعطاء فيتامين ك خلال ست ساعات من ولادة الرضيع لمنع تعرضه "للنزيف الناتج عن نقص فيتامين ك". وتوصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (American Academy of Pediatrics) بإعطاء حقنة فيتامين ك في العضل للأطفال حديثي الولادة.³ يُسمح باستخدام حقن فيتامين ك منذ أن أوصت بها الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال لأول مرة في عام 1961.

هل تزيد الرضاعة الطبيعية من مستوى فيتامين ك لدى طفلي الرضيع؟

يُعد حليب الأم هو الغذاء الأكثر تغذية للرضيع، ولكنه لا يحتوي على ما يكفي من فيتامين ك. حتى إذا تناولت الأم المزيد من الأطعمة الغنية بفيتامين ك أو مكملات فيتامين ك خلال فترة الحمل أو الرضاعة الطبيعية، فلن يحصل الرضع على الكمية الكافية لمنع تعرضه "للنزيف الناتج عن نقص فيتامين ك".¹ لذلك توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بأن يحصل جميع الأطفال حديثي الولادة، الذين يرضعون رضاعة طبيعية أو صناعية، على حقنة فيتامين ك.⁴

ما مدى فعالية تناول جرعة فيتامين ك من خلال الفم؟

لا يؤدي تناول جرعة فيتامين ك من خلال الفم لحديثي الولادة إلى حماية طفلك الرضيع بفعالية، ولم توافق إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (United States Food and Drug Administration) على استخدامه بهذه الطريقة لحديثي الولادة.⁵ تُعد حقنة فيتامين ك التي يتم إعطاؤها للرضيع عند ولادته أفضل طريقة للوقاية من التعرض "للنزيف الناتج عن نقص فيتامين ك".

هل توجد أي مخاطر محتملة مرتبطة بالحصول على حقنة فيتامين ك؟

لا، لقد استُخدم فيتامين ك بأمان لمنع خطر نزيف حديثي الولادة منذ عام 1961، إن حقنة فيتامين ك آمنة وضرورية لصحة طفلك الرضيع.

هل تسبب حقنة فيتامين ك شعورًا بالألم؟

لا يرغب الآباء في رؤية أطفالهم الرضع يتألمون. يشعر الرضع بعدم الراحة بعد حصولهم على حقنة فيتامين ك.⁶ إذا كنت ترغب في تهدئة طفلك الرضيع بعد حصوله على هذه الحقنة، فإنه يمكن للام إرضاعه أو حمله وملامسة بشرته أو لفه بإحكام للشعور بالأمان.⁵ تمنح كل هذه الطرق الرائعة شعورًا بالراحة للرضيع.

¹ www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html

² www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn

³ <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Pages/Where-We-Stand-Administration-of-Vitamin-K.aspx>

⁴ www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html

⁵ www.med.umich.edu/1libr/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf

⁶ www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life