



الإثنين ١٣ محرم ١٤٤٨ هـ - 29 يونيو 2026 م

## أخبار النافذة

أسئلة قد تغرّ علاقتك بالديك.. حوار واحد يكشف ما لم تعرفه عنهما مصر إلى دور الـ32.. إنجازات غير مسبوقة بقيادة حسام حسن 9 تقديرات إسرائيلية: حماس باقية وخطط تجاوزها غير واقعية زعيم العالم الحر هذه هي شفرة نجاح المنتخب المصري ظاهرة اقتران الجهل بالانتفاخ الرقمي في العالم العربي غزة تحل في روح العالم الرضاة الطبيعية تحمي الأطفال من أعراض فرط الحركة ونقص الانتباه

□

Submit

Submit

- [الرئيسية](#)
- [الأخبار](#)
  - [اخبار مصر](#)
  - [اخبار عالمية](#)
  - [اخبار عربية](#)
  - [اخبار فلسطين](#)
  - [اخبار المحافظات](#)
  - [منوعات](#)
  - [اقتصاد](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحرّيات](#)
- [التكنولوجيا](#)
- [المزيد](#)
  - [دعوة](#)
  - [التنمية البشرية](#)
  - [الأسرة](#)
  - [ميديا](#)

[الرئيسية](#) « [الأخبار](#) » [منوعات](#)

## الرضاعة الطبيعية تحمي الأطفال من أعراض فرط الحركة ونقص الانتباه





الاثنين 29 يونيو 2026 04:00 م

كشفت دراسة جديدة أن الالتزام بعادة تربية موصى بها على نطاق واسع خلال الأشهر الستة الأولى من حياة الطفل يمكن أن يساعد في تقليل خطر إصابته بأعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في وقت لاحق من مرحلة الطفولة.

وقالت بيريت سكرينينج سولبرج، الطبيبة النفسية والباحثة في جامعة بيرجن في النرويج، والمؤلفة الرئيسية للدراسة، في بيان صحفي: "في مجتمعنا، من المرجح أن يكون العامل الوراثي هو أقوى عامل خطر للإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه".

وأضافت، ووفقًا لصحيفة "نيويورك بوست": "ومع ذلك، بما أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه - مثله مثل اضطرابات النمو العصبي الأخرى - يتأثر بعوامل متعددة، فإن دراستنا تشير إلى أن مدى الرضاعة الطبيعية قد يساعد أيضًا في الحماية من ظهور أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال الصغار".

## فوائد حليب الأم

وغالبًا ما يوصف حليب الأم بأنه المعيار الذهبي لتغذية الرضع، حيث يوفر المزيج المثالي من البروتينات والدهون والسكريات والفيتامينات التي يحتاجها الطفل أثناء نموه وتطوره.

كما أنه غني بالمركبات المفيدة للدماغ، بما في ذلك الأحماض الدهنية طويلة السلسلة والأحماض الأمينية والأجسام المضادة والبكتيريا المفيدة التي تدعم النمو المبكر.

ولاستكشاف ما إذا كان للرضاعة الطبيعية أي صلة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، حلل فريق البحث بيانات من 37 ألقًا و600 عائلة في النرويج.

وبعد ستة أشهر من الولادة، ملأت الأمهات استبيانات توضح المدة التي أرضعن فيها أطفالهن رضاعة طبيعية حصرية، والمدة التي أرضعن فيها أطفالهن رضاعة طبيعية جزئية، ومتى أدخلن سوائل أخرى أو أطعمة صلبة.

وقالت سولبرج: "وجدنا أنه كلما طال فترة الرضاعة الطبيعية الخالصة للطفل (حتى 6 أشهر)، انخفض مستوى أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في سن 3 و 5 و 8 سنوات".

## اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

ويتميز اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه بانماط مستمرة من عدم الانتباه وفرط النشاط والسلوك الاندفاعي الذي يمكن ان يتداخل مع الدراسة والعلاقات والحياة اليومية.

وعند الأطفال، قد يظهر ذلك على شكل أحلام بقطعة متكررة، وفقدان أو نسيان الأشياء، والتلملل، والأخطاء غير المقصودة، والقرارات المتهوررة، ونفاد الصبر، وكثرة الكلام، وصعوبة التناوب، وصعوبة اتباع التعليمات، وتحديات في التعامل مع الآخرين.

ووجد الباحثون ارتباطاً بين الرضاعة الطبيعية وانخفاض أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى كل من الأولاد والبنات، مع ظهور أقوى التأثيرات في سن 3 و 5 سنوات.

وفي حين أظهرت أي عملية رضاعة طبيعية بعض الارتباط، إلا أن التأثير ازداد قوة مع الرضاعة الطبيعية الأطول والأكثر حصرية - وبلغ ذروته عند ستة أشهر.

ولا يزال الباحثون يعملون على فهم سبب ارتباطهما المحتمل.

وبشكل عام، لا يُعتقد أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ينجم عن سبب واحد، بل عن مزيج من العوامل الوراثية وتطور الدماغ والعوامل البيئية.

## الرضاعة الطبيعية لفترات أقصر

وأظهرت الدراسات السابقة أن الأمهات المصابات باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يملن إلى الرضاعة الطبيعية لفترات أقصر، وهنّ أكثر عرضة لإنجاب أطفال يعانون من أعراض هذا الاضطراب . في الوقت ذاته، قد يكون إرضاع الأطفال الذين لديهم سمات اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أكثر صعوبة.

وقالت سولبرج: "قد يفسر هذا جزئياً العلاقة بين انخفاض معدلات الرضاعة الطبيعية وزيادة أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال".

وللتعمق أكثر، قام الباحثون بتعديل النتائج وفقاً لعوامل الخطر الجينية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، بالإضافة إلى المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية. كما أجروا مقارنات بين الأشقاء داخل نفس العائلات لمراعاة تأثيرات البيئة المنزلية.

وأضافت سولبرج: "حتى بعد هذه التعديلات، كان هناك تأثير وقائي واضح ولكنه معتدل لمدة الرضاعة الطبيعية الخالصة على أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه اللاحقة".

مع ذلك، حذر الباحثون من أن نتائجهم ليست نهائية.

إذ لم يكن مجتمع الدراسة ممثلاً بشكل كامل للنرويج ككل، حيث كان المشاركون يميلون إلى أن يكونوا أكثر تعليماً وأكثر عرضة للرضاعة الطبيعية - وللقيام بذلك لفترة أطول - من عامة السكان.

ولهذا السبب، قالت سولبرج إن التأثير الوقائي قد يكون أقوى في المجتمعات التي تكون فيها معدلات الرضاعة الطبيعية منخفضة.

وقالت: "كما هو الحال مع الدراسات القائمة على الملاحظة الأخرى، من الصعب استخلاص استنتاجات قاطعة حول السببية"، داعية إلى إجراء المزيد من البحوث حول العلاقة بين الرضاعة الطبيعية واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

إلى جانب التغذية، ترتبط الرضاعة الطبيعية أيضاً بفوائد الجهاز المناعي وانخفاض خطر الإصابة ببعض المشاكل الصحية قصيرة وطويلة

## اقتصاد



الـ"شعبة" تعترف: ارتفاع أسعار الأسماك والفسيح والرنجة 30% بسبب الوقود  
الثلاثاء 14 أبريل 2026 09:00 م

## اقتصاد



بالصور: إصابة 18 طالبة في حادث أتوبس بطريق الصعيد الحر بالمنيا  
الخميس 9 أبريل 2026 11:20 م

## مقالات متعلقة

ةيجانة لاو عاكذلاو ةداعسلا لكحمنة ةيحابص تاداء 9 ..ةهجاولا دوعي تادجلا ني تور

روتين الحدات يعود للواجهة.. 9 عادات صباحية تمنحك السعادة والذكاء والإنتاجية  
لأطفالاً تاومر هيء رثوة م لأبيلادي ةيتايميك دالوم فاشنكا ..رطخ سوقا

ناقوس خطر.. اكتشاف مواد كيميائية في حليب الأم تؤثر على هرمونات الأطفال  
ةوقو ءافص رثكا أموي عنصة ةطيسر ةداء ..ركابلا حايسلا ي ةطاقيتسلاو ركيملا موزلا

النوم المبكر والاستيقاظ في الصباح الباكر.. عادة بسيطة تصنع يوماً أكثر صفاءً وقوة  
وبرلاو لصافملا باهتلاي لإيقلا بلا بويعلانم اءدب ..ةحصلا برضة ةيلزنملا فيطننلا تاجنم

منتجات التنظيف المنزلية تضر بالصحة.. بدءاً من العيوب الخلقية إلى التهاب المفاصل والربو

- [التكنولوجيا](#)
- [دعوة](#)

- [التنمية البشرية](#)
- [الأسرة](#)
- [ميديا](#)
- [الأخبار](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحریات](#)

□

- 
- 
- 
- 
- 
- 

جميع الحقوق محفوظة لموقع نافذة مصر © 2026