

### صحيفة حقائق عن الجنف (تقوس جانبي في العمود الفقري)

الجنف هو تقوس جانبي في العمود الفقري. يحدث في الأطفال الأصحاء ويمكن أن يصبح مشكلة صحية خطيرة إذا ازدادت شدته. يحدث هذا التقوس بشكل عام خلال سنوات النمو، خاصة خلال الطفرة السريعة في النمو والتي تحدث عند الأطفال ما بين 10 إلى 17 سنة من العمر. يلاحظ الجنف بشكل شائع لدى الإناث وعند وجود هذا الانحناء لدى أفراد آخرين من العائلة. وهو لا يحدث نتيجة فشل الطفل أو ولي أمره في القيام بأمر ما، على الرغم من أن عدد قليل من الحالات ترتبط بظروف طبية أخرى. أن الاكتشاف المبكر للجنف هو أمر ضروري للمساعدة في تجنب المضاعفات التي تشمل الآم الظهر، التعب، انخفاض القدرة على التحمل عند أداء التمارين الرياضية، التشوه، وفي الحالات الشديدة، مشاكل في وظائف القلب والرئة.

قد يشمل العلاج استخدام الدعامة. قد تتطلب الانحناءات الشديدة جراحة في العمود الفقري. الحاجة إلى العلاج تحدد بشكل أفضل من قبل أخصائي طبي مدرب. إذا كنت تشك في وجود هذه الحالة لدى طفلك، اتصل بالطبيب أو ممرضة المدرسة من أجل الإحالة إلى الطبيب.

طرق للكشف المبكر عن الجنف:

قم بتوجيه طفلك للوقوف بشكل مستقيم، حافي القدمين، مع رفع الذراعين في الهواء إلى الجانبين. يجب على الأولاد الوقوف بدون قمصان: يمكن للفتيات إرتداء القمصان المكشوفة (بدون أكتاف) أو تلك التي لها شريط يربط خلف الرقبة.

1. هل أحد الأكتاف أعلى من الآخر؟
2. هل يبرز أحد لوح الكتف أكثر من الآخر؟
3. هل يبدو العمود الفقري منحنيًا إلى الجانب؟
4. هل أحد الوركين أعلى من الآخر؟

أطلب من طفلك الانحناء إلى الأمام عند منطقة الخصر مع مد الذراعين نحو الأرض.

5. هل هناك تحدب في منطقة الأضلاع؟

إذا كانت الإجابة نعم على أي من هذه الأسئلة، عندها يتوجب فحص الطفل من قبل الطبيب. قد تقوم ممرضة الصحة العامة في المدرسة بفحص الطلاب بشكل فردي بناء على طلب ولي الأمر أو الوصي الشرعي.

