



تضخم اللوزتين

واللحمية عند الأطفال

ما هي اللوزتان واللحمية؟

اللوزتان كتلتان في جانبي الحلق، واللحمية نسيج مشابه في أعلى الحلق خلف الأنف. تكبر جميعها بشكل طبيعي في الطفولة، خاصة بين عمر 3 و7 سنوات، ثم تصغر تدريجيًا.

التضخم وحده ليس مشكلة، إلا إذا سبب أعراضًا تؤثر في حياة الطفل.

متى أراجع الطبيب؟

- إذا كان الطفل يشخر معظم الليالي.
- إذا لاحظت توقفًا في تنفسه أثناء النوم.
- إذا أثرت الأعراض في سلوكه أو دراسته أو نموه.
- إذا تكرر التهاب اللوزتين أو الأذن.

اتصل بالإسعاف 997 أو توجه للطوارئ إذا:

- ظهرت صعوبة شديدة في التنفس
- تغير لون الطفل إلى الأزرق أثناء النوم
- لم يستطع الطفل البلع أو شرب السوائل، أو سال لعابه باستمرار

هذه المعلومات للتوعية والتثقيف الصحي، ولا تغني عن استشارة الطبيب أو التقييم الطبي المباشر.

إعداد: الجمعية السعودية للأنف والأذن والحنجرة
وجراحة الرأس والعنق
saudiorl.com



النسخة 1.0 · إصدار 2026 · آخر مراجعة: مايو 2026

ما الأعراض أثناء النوم؟

- الشخير المستمر
- توقف التنفس أو الشبهات أثناء النوم
- النوم والفم مفتوح
- التقلب الكثير في السرير أو التعرق
- النوم في وضعيات غريبة، مثل رفع الرأس
- التبول الليلي بعد أن توقف عنه الطفل

وأثناء النهار

- التنفس المستمر من الفم
- الكلام من الأنف
- النعاس أو فرط الحركة أو العصبية
- ضعف التركيز والتحصيل الدراسي
- بطء الأكل أو ضعف الوزن أحيانًا
- تكرار التهاب الأذن أو سوائها بسبب اللحمية

ماذا يمكنني أن أفعل في المنزل؟

- راقب نوم طفلك، وسجل ملاحظاته أو فيديو قصيرًا لعرضه على الطبيب.
- عالج حساسية الأنف إذا كانت موجودة.
- أبعد الطفل عن دخان السجائر والشيشة والبخور.
- حافظ على وزن صحي للطفل.
- اهتم بانتظام مواعيد النوم.

ما خيارات العلاج؟

المراقبة

مناسبة إذا كانت الأعراض خفيفة ولا تؤثر في حياة الطفل، فقد يصغر التضخم مع العمر.

العلاج الدوائي

قد يفيد بخاخ الكورتيزون الأنفي بعض الأطفال عند تضخم اللحمية أو الانقطاع الخفيف في التنفس، أو عند وجود حساسية الأنف.

استئصال اللوزتين واللحمية

يُنصح به عادةً عند:

- انقطاع التنفس أثناء النوم مع تأثيره في الطفل
 - تكرار التهاب اللوزتين بشكل كبير
 - تضخم اللحمية مع انسداد الأنف أو تكرار مشاكل الأذن
- وقد تُزال اللحمية وحدها في بعض الحالات.

بعد العملية يتحسن الشخير والنوم والسلوك عند معظم الأطفال. راجع كتيب **تعليمات ما بعد استئصال اللوزتين واللحمية**.

ما هو انقطاع التنفس أثناء النوم عند الأطفال؟

عندما تكون اللوزتان واللحمية كبيرة، قد تضيق مجرى الهواء أثناء النوم، فيتوقف تنفس الطفل أو يقل لثوانٍ متكررة. ينقطع نومه العميق دون أن يستيقظ تمامًا. وهذا يؤثر في راحة الطفل ونموه وسلوكه وتركيزه.

كيف يتم التشخيص؟

- وصف الأهل لنوم الطفل وسلوكه. تصوير فيديو قصير للطفل أثناء الشخير يساعد الطبيب كثيرًا.
- فحص الحلق والأنف، وقد يُستخدم منظار أو أشعة لتقييم حجم اللحمية.
- دراسة النوم لبعض الأطفال، مثل الأطفال الأصغر من سنتين، أو المصابين بالسمنة أو متلازمة داون أو أمراض أخرى، أو عند عدم وضوح التشخيص.

تذكر

- الشخير المستمر عند الأطفال ليس طبيعيًا ويحتاج إلى تقييم.
- انقطاع التنفس أثناء النوم قد يؤثر في سلوك الطفل ونموه.
- ليس كل تضخم يحتاج إلى عملية.
- صعوبة التنفس أو ازرقاق اللون حالة طارئة.