உணவளிக்கும் சவால்களுக்கான பன்முக அணுகுமுறை

உங்கள் குழந்தையின் உணவளிக்கும் சவால்களுக்கு என்னென்ன காரணங்கள் பங்களிக்கக்கூடும் என்பதைக் கண்டறிய MOBSe (மருத்துவம்/ஊட்டச்சத்து, வாய் தசை அசைவுகள், நடத்தை, புலன் உணர்வுகள் மற்றும் சுற்றுச்சூழல்) அணுகுமுறையைப் பயன்படுத்தலாம். முதலில் ஒவ்வொரு பகுதியாகக் கவனித்து, உங்கள் குழந்தைக்குப் பின்வரும் பிரச்சனைகள் இருக்கிறதா எனப் பார்க்கவும். பெரும்பாலும் ஒரு காரணம் தான் உணவளிக்கும் சவால்களை ஏற்படுத்துகிறது என்று அனுமானிக்கப்படுகிறது. ஆனால் உண்மையில், அது காரணங்களின் கூட்டு. ஒவ்வொரு பகுதியின் பல்வேறு காரணங்கள் அடையாளம் காணப்பட்டவுடன், உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவையான உதவியைப் பெறுவது சுலபமாகலாம். பின்வருவன சில உதாரணங்கள். இந்தக் கையேட்டில் உள்ளதை விட, உங்கள் குழந்தையின் உணவளிக்கும் சவால்களுக்குப் பங்களிக்கும் வேறு காரணங்களும் இருக்கலாம்.

மருத்துவம் / ஊட்டச்சத்து காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

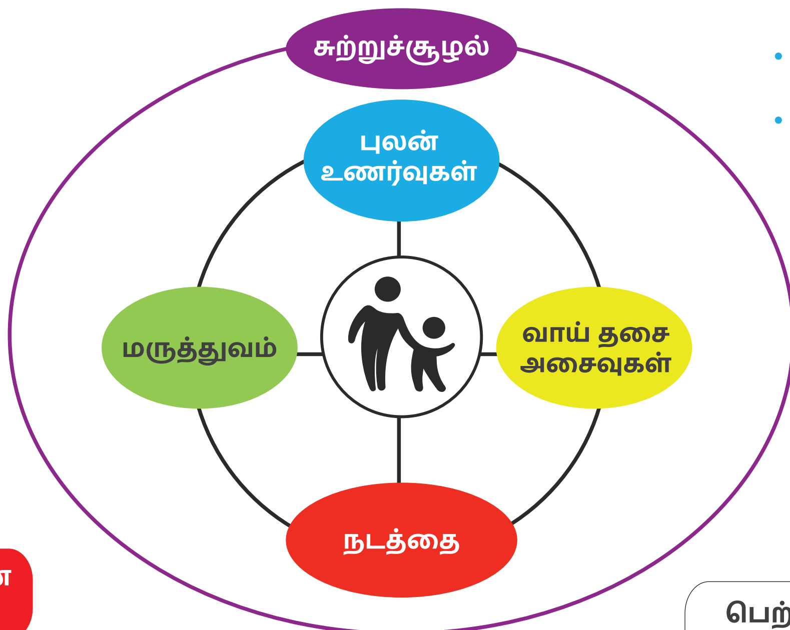
- மலச்சிக்கல்
- குடல் எதிர்ப்பு / வாந்தி எடுத்தல்
- பல் பிரச்சனைகள்
- வளர்ச்சி குறைபாடுகள் (உதாரணமாக, குறைந்த எடை அதிகரிப்பு)
- ஊட்டச்சத்து குறைவுகள் அல்லது அதிகமான உட்கொள்ளல்

வாய் தசை அசைவு காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

- கக்குவது / அடைத்துக்கொள்வது
- விழுங்குவதற்குச் சிரமங்கள்
- மென்று சாப்பிடுவதற்குச் சிரமம்
- கலந்த / நன்கு பிசையப்பட்ட உணவுகளிலிருந்து திட உணவிற்கு மாறும்போது ஏற்படும் சிரமம்

நடத்தை காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

- உணவு நேரத்தில் குறுக்கிடும் நடத்தை (உதாரணமாக, அடம் பிடிப்பது, உணவைத் தூக்கிப்போடுவது, மேசைக்கு வர மறுப்பது)
- உணவு விருப்பங்கள் / அல்லது உணவு நேர வழக்கங்களில் மாறாதத் தன்மை



புலன் உணர்வு காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

- பசி உணர்வு இல்லாமை
- தோற்றம், வாசனை அல்லது உணவு / அதை மென்று சாப்பிடும்போது ஏற்படும் சத்தம் பற்றிய பயம்
- சிலவிதமான அமைப்பு / நிற உணவுகளைத் தவிர்ப்பது
- உணவு / பானங்களில் சிறிய மாற்றங்களுக்கு உணர்திறன்

சுற்றுச்சூழல் காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

- உணவு சாப்பிடும்போது கவனத்தைத் திசை திருப்ப வேண்டும்
- உணவு சாப்பிட உட்கார்வதற்குச் சிரமம்
- வெவ்வேறு சூழல்களில் சாப்பிடுவதற்கான சவால்கள்
- வழக்கமான உணவு நேரத்தைக் கடைப்பிடிப்பதற்குச் சிரமம்

பெற்றோர் - குழந்தை உறவு காரணங்களில் பின்வருவன இருக்கலாம்:

- ஒரு பெற்றோரும் குழந்தையும் மிக நெருக்கமாக இணைக்கப்பட்டிருப்பதால், குறிப்பாக உணவு நேரங்களில், உங்கள் குழந்தையுடன் நீங்கள் கொண்டிருக்கும் உறவின் இயக்கவியல்

கருத்து உருவாக்கம் - Smile, S., Raffaele, C., Perlin. R. v2. 2022©