

رویکردی چندرشته‌ای برای چالش‌های غذا خوردن

می‌توان رویکرد MOBSe (پزشکی/تغذیه‌ای، دهانی-حرکتی، رفتاری، حسی و محیطی) را برای شناسایی عواملی که ممکن است در چالش‌های غذا خوردن کودک شما نقش داشته باشند به‌کار گرفت. ابتدا هر یک از این حوزه‌های مختلف را بررسی کنید و ببینید آیا کودک شما با هیچ‌یک از این مشکلات مواجه است. اغلب تصور می‌شود که فقط یک عامل باعث ایجاد چالش‌های غذا خوردن می‌شود. در واقع، ترکیبی از چند عامل موجب این چالش‌ها می‌شوند. پس از تشخیص عوامل مختلف در هر حوزه، کمک گرفتن برای کودک شما آسان‌تر خواهد شد. این‌ها مثال هستند. کودک شما ممکن است با عوامل دیگری مواجه شود که جزو موارد ذکر شده در این بروشور نیست و در مشکلات غذا خوردن او نقش دارند.

عوامل حسی می‌تواند شامل این موارد باشد:

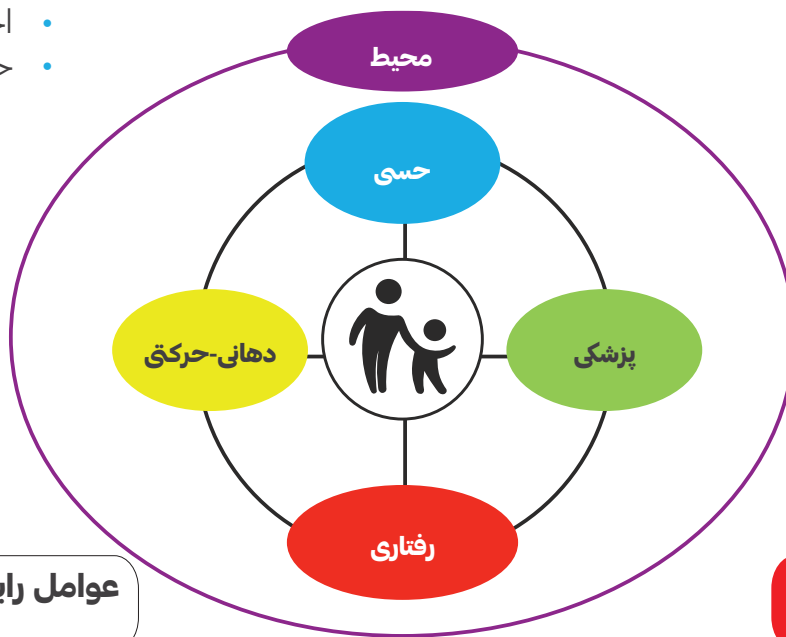
- به نظر نمی‌رسد که گرسنه باشد
- آزرده شدن از ظاهر، بو یا صدای غذا/جویدن
- اجتناب از غذاهایی با بافت/رنگ خاص
- حساسیت به تغییرات جزئی در غذا/ نوشیدنی

عوامل محیطی می‌تواند شامل این موارد باشد:

- نیاز به حواس‌پرتهی هنگام غذا خوردن
- مشکل در نشستن برای صرف وعده‌های غذایی
- چالش‌برانگیز بودن غذا خوردن در محیط‌های مختلف
- مشکل در حفظ روال روزمره وعده‌های غذایی

عوامل رابطه بین والدین-کودک می‌تواند شامل این موارد باشد:

- دینامیک رابطه‌ای که با کودک خود دارید، به‌ویژه در زمان وعده‌های غذایی، بسیار به ارتباط بین والدین و کودک وابسته است.



عوامل پزشکی/تغذیه‌ای می‌تواند شامل این موارد باشد:

- یبوست
- رفلاکس / استفراغ
- مشکلات دندانی
- نگرانی‌های رشد (مثلاً کند بودن روند افزایش وزن)
- کمبودهای تغذیه‌ای یا دریافت بیش از حد مواد مغذی

عوامل دهانی-حرکتی می‌تواند شامل این موارد باشد:

- حالت تهوع / خفگی
- مشکل در بلعیدن
- مشکل در جویدن
- مشکل داشتن با تغییر غذاها از غذاهای پوره‌شده/ له‌شده به غذاهای جامد

عوامل رفتاری می‌تواند شامل این موارد باشد:

- رفتارهای مخل در زمان غذا خوردن (مثلاً کج‌خلقی، پرتاب غذا، امتناع از آمدن سر میز)
- انعطاف‌ناپذیری در ترجیحات غذایی و/یا روال‌های روزمره وعده‌های غذایی