**ابني يرفض الطعامك ولا يأكل !!! انصحوني**  
  
ابني يرفض تناول الطعام ولا يأكل الخضار ولا الفواكه وهو ضعيف البنية فهل تنصحونني بإعطائه الفيتامينات أو أدوية تساعد على فتح الشهية؟   
الإجابة:إذا كان الطفل سليماً وغير مصاب بأي مرض فغالباً مايكون سبب رفضه للطعام هم الأهل أنفسهم نتيجة بعض الاخطاء أهمها:   
  
عدم تعويد الطفل على استخدام الملعقة مبكراً فيجب ادخال الطعام الصلب بالملقة مبكراً منذ الشهر الرابع مثل السيريلاك والخضار المهروسة لأن الحليب وحده لايكفي.   
  
عدم تنويع مصادر الأكل حيث يجب أن يكون بدة نكهات حتى لايتعود الطفل على نكهة واحدة ويرفض الباقي.   
  
اصرار الأهل على اطعام الطفل بالقوة والإكراه رغم عدم رغبته في ذلك مما يؤدي الى ردة فعل عكسية يلاحظ فيها الطفل أنه يستطيع السيطرة على الأبوين القلقين لتحقيق ارادته وطلباته من خلل رفضه للطعام..وهكذا يجب عدم الضغط على الطفل باطعامه بالقوة بل أن نعوده على مواعيد ثابته للأكل وحذاري أن يلاحظ ان رفضه للطعام يؤدي الى انزعاج الأهل....أما اعطاؤه فيتامينات فهذا قد يؤدي أحيانا إلى أعراض جانبية وتسممات ولا انصح به إلا بعد الكشف ليه وبإشراف الطبيب. بالنسبة لضعف البنية فأحياناً تكون وراثية وطبيعية.