



تغذیه شیرخوار با شیرمادر از دیدگاه اسلام

برگرفته از کتاب

سخن با ناشران فرهنگ و حی و پاسداران حریم و لایت

نویسنده: دکتر محمد مهدی اصفهانی، استاد دانشکده طب سنتی
تلخیص و ویرایش: دکتر فاطمه عزالدین رنجائی
ناشر: انجمن علمی ترویج تغذیه با شیرمادر ایران

پیشگفتار

یکی از نعمت‌های بزرگ پروردگار مهربان و نمونه‌ای آشکار از لطف و عنایت
عام او و جلوه‌ای از رحمانیت، حکمت و قیومیت او نسبت به انسان به ویژه در
آغاز زندگی او، نعمت گرانقدر شیرمادر، این مائدۀ الهی است که نشانه‌ای از
بخشش و کرم خداوندی است. شیرمادر یک غذای بی‌نظیر، یک داروی
شفابخش و یک اکسیر بی‌مانند است زیرا با ترکیب مخصوص و متناسب با
نیاز طفل، بهره‌مندی از مواد ایمنی بخش که همچون سپر و جنگ‌افزاری،
کودک را در برابر عوامل بیماری‌زای محیطی، مقاوم و پرتوان می‌کند و با صد‌ها
خصوصیت استثنایی دیگر نه تنها سلامت جسمی و روانی کودک را تأمین و
حفظ می‌نماید که ضمن تندرسنی مادر نیز بوده و درنهایت به صورت مستقیم
و غیرمستقیم در سلامت و نیک‌بختی جامعه نقش بسیار مؤثری دارد.

خداوند، حکیم است و اقتضای حکمت کامله او، همه چیز را در جای خود قرار دادن و آفرینش را بر مبنای انتظام عالمانه و همه‌سونگر (Holistic) صورت دادن، است. نگاهی به ترکیب شیرمادر از آغاز ترشح تا پایان دوره شیردهی و بررسی اثرات آن بر تأمین عوامل غذایی مورد نیاز کودک و آثاری مانند آن در پاسداری از سلامت کودک و اثرات استثنایی آن در تأمین تندرنستی مادر نمونه خوبی برای یک بررسی آسان، در حکمت خداوندی است و چه بسیار که در کلام معصومین (ع) همین نکته مورد اشاره واقع شده است.

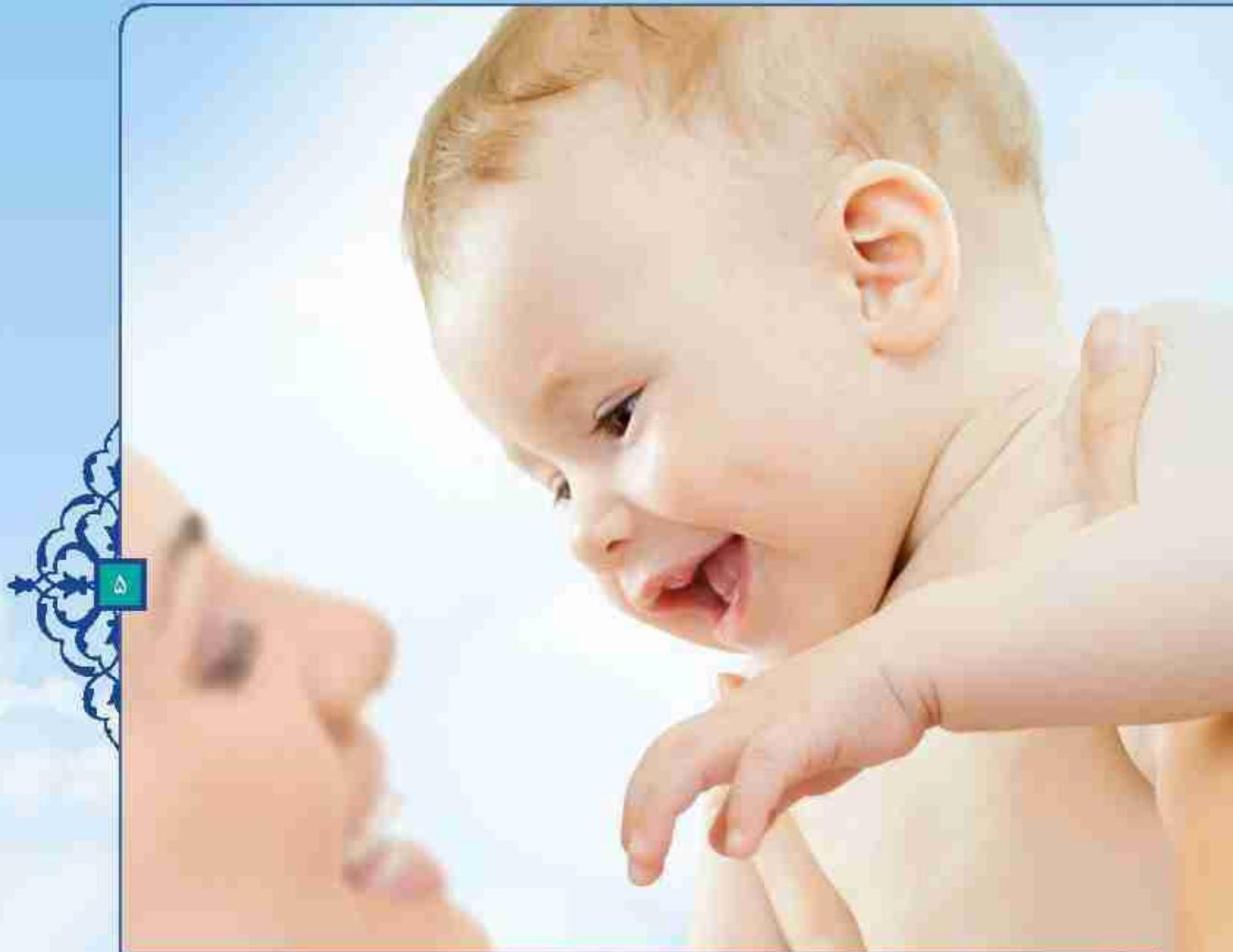
جالب توجه این که شیرمادر فقط زمینه ساز سلامت کودک در دوره شیرخواری نیست بلکه ببخی مطالعات کاملاً تازه نشان می‌دهد که حتی به هنگام سالمندی، آنان که در دوران شیرخواری از شیرمادر بهره‌مند بوده‌اند به مراتب بیش از آنان که از این نعمت خداداد محروم بوده‌اند از سلامت دستگاه قلب و عروق برخوردار خواهند بود و افزایش چربی و کلسترول در خون آن‌ها کمتر از کسانی است که طفویلیت آنها با محرومیت از شیرمادر سپری شده است.

در دنیای ما تاکنون دارویی که ضریب هوشی کودکان را افزایش دهد ساخته نشده است اما شیرمادر تنها دارویی است که این ضریب را تا **۸ واحد افزایش می‌دهد**. نیازهای کودکان در هر روز از زندگی به‌گونه‌ای است که تأمین آن‌ها با توجه به اطلاعات امروزی ما، به طور دقیق میسر نیست، اما در شیرمادر به تناسب نیازهای خاص و عمومی کودک تغییرات مداومی پیدا می‌شود که بسیار آموزنده و شگفت‌انگیز است چنان‌که در حدیث نبوی (ص) نیز مورد اشاره واقع شده است.

در بیش از دو قرن گذشته باورهای نادرست، تبلیغات گمراه‌کننده کمپانی‌های فروشنده شیرخشک، کم‌اچلاعی کسانی که می‌بایست به عنوان راهنمای خانواده‌ها را به استفاده از شیرمادر ترغیب کنند، ناآگاهی مادران از نحوه صحیح شیردادن، دور بودن مادر از کودک حتی برای چندین ساعت در روز، استفاده از شیشه شیر و پستانک، استفاده نادرست و بی‌موقع از غذاهای کمکی، جداسازی مادر و کودک پس از زایمان و نکاتی از این قبیل سبب شد که بسیاری از کودکان از این حق مشروع و قطعی خود محروم شوند و به همین دلیل میلیون‌ها مورد مرگ کودکان اتفاق افتاد که اگر محرومیت از نعمت شیرمادر نبود، این کودکان نمی‌مردند.

یونیسف که یک سازمان بین‌المللی است و در زمینه مسائل تغذیه و مراقبت‌های بهداشتی کودکان و به طور کلی مسائل مربوط به زندگی کودکان فعالیت دارد بر اساس یک بررسی قابل استناد اعلام کرده که اگر همه کودکان در زمان ما، از شیرمادر استفاده کنند، سالیانه از بیش از یک میلیون مرگ کودکان در جهان پیشگیری خواهد شد، این رقم، بیانگر اهمیت بی‌مانند شیرمادر در بقاء و رشد کودک است.

در چند دهه اخیر، در سایه پیشرفت‌های علمی، بیش از هر زمان دیگر ارزش واقعی شیرمادر برای تأمین تندرستی و حفظ حیات کودکان مورد توجه قرار گرفته‌اند لذا یک نهضت جهانی برای بازگشت به شیرمادر و عدم استفاده از شیرخشک برای کودکان در دو سال اول زندگی آغاز شده است و در کشورهای توسعه‌یافته و پیشرفت‌هه به سرعت مادران به شیردادن از



۵

شیرمادر یک غذای بی‌نظیر، یک داروی شغلبخش و یک اکسیر بی‌مانند است.

پستان روی آورده‌اند مثلاً تعداد مادرانی که شخصاً کودک خود را از پستان شیر می‌دهند در سه کشور سوئد، نروژ و فنلاند از کمتر از ۳۰٪ به بیش از ۹۰٪ افزایش یافته است. در امریکا، استرالیا، انگلستان، فرانسه، ژاپن و ... نیز کم و بیش چنین وضعیتی وجود دارد. به عبارت دیگر دنیا پیشرفته با سرعت در حال جبران اشتباهات گذشته و خلم بدفرجامی ناگاهی‌ها نسبت به کودکان است.

سازمان جهانی بهداشت و یونیسف یک حرکت علمی، آموزشی و عملی را به کلیه کشورهای جهان گسترش داده‌اند، دنیا با اطمینان در صدد ترویج مجدد تغذیه کودکان با شیرمادر است تا میلیون‌ها کودک در سراسر جهان از حق مسلم خود برخوردار شوند و همان‌گونه که اشاره شد از مرگ بی‌موقع میلیون‌ها کودک امروز و سرمايه‌های فردای اجتماع پیشگیری شود. امت سرافراز اسلامی، با پشت‌گرمی به منبع فیاض وحی و گنجینه گران قدر روايات، بهترین پشت‌وانه را برای ترویج تغذیه کودکان با شیرمادر در اختیار دارد، در قرآن کریم چندین آیه و در مجموعه‌های روائی تعداد بسیار زیادی از احادیث به مسئله شیرمادر پرداخته است، نکات آموزنده و نوآوری در این مجموعه بی‌مانند وجود دارد که نه تنها در زمینه شیرمادر بلکه حتی در زمینه مسائل دیگری نیز به انسان تعلیماتی می‌دهد و پژوهشگران پویا را به فراگیری، نوآفرینی و راه‌گشایی در آندیشه و علم و عمل فرا می‌خوانند. تمسک به این مجموعه به همه کودکان امروز و نسل فردا و فرداها و عده می‌دهد که دوران حرمان کودکان از شیرمادر، به پایان می‌رسد و مادران نیز با شیردادن

به کودکان خود، علاوه بر لذت داشتن فرزند سالم، در پیشگاه پروردگار اجر مجاهد در راه خدا و پاسدار حريم کشور اسلام را خواهند داشت^(۱) و در جامعه اسلامی شیردادن از پستان به عنوان یک ارزش مورد تکریم و بزرگداشت خواهد بود. اینک در آستانه این تحول بزرگ و بازگشت مجدد به شیرمادر و سپاسگزاری خاضعانه از پروردگار مهربان و حکیم، فرصتی است که از همه مسئولین محترم و روحانیت معظم برای مشارکت در ترویج تغذیه باشیرمادر برای پاسداری از سرمایه‌های فردای کشور اسلامی استمداد شود. رسول خدا (ص) فرمود: برای کسی که دانشی را منتشر می‌سازد اجر همچون کسی که به آن عمل می‌کند خواهد بود.

با توجه به این که ترویج تغذیه کودکان با شیرمادر، ترویج یک آموزش خالص اسلامی بر مبنای قرآن و سنت است لبیک گفتن به این استمداد یک خیراندیشی، خیرخواهی و خدمت به امت اسلامی و حفظ جان و سلامت سربازان فردای اسلام و در حقیقت یاری دین خدا و یاوران دین او و دفاع از ارزش‌های الهی در دنیای ظلمانی و پرهیاهوی ما است و از قرآن آموخته‌ایم: اگر در امر دین از شما یاری طلبیده شود، یاری کردن بر عهده شما است.^(۲)

(۱) اشاره به محسنون حنیف مشرف از حضرت امام جعفر صادق (ع)

(۲) قسمی از آیه ۷۲ سوره نفال

شیرمادر در قرآن کریم

قرآن کریم به عنوان مهم‌ترین رکن معارف اسلامی و کتاب سعادت دوسراست، طی چند آیه، مسأله شیرمادر را مطرح فرموده است و تقریباً می‌توان دریافت که در هر یک از آیات کریمه به جنبه خاصی تأکید شده است.

معمول‌آ در قوانین اساسی و کلی، به ذکر موضوع اکتفا نمی‌شود و به جزئیات پرداخته نمی‌شود، قرآن نیز در حقیقت قانون اساسی اسلام است مع الوصف، اهمیت شیرمادر به پایه‌ای است که قرآن کریم، گاهی به جزئیات مسأله تغذیه با شیرمادر اشاره دارد. اینک با ذکر آیات مذکور و ترجمه اجمالی آن، درنهایت اختصار به نکات عمده‌ای که مفسرین و محققین از آن‌ها در زمینه اهمیت و ویژگی‌های تغذیه کودک با شیرمادر استنباط نموده‌اند اشاره‌ای خواهیم داشت.

الف: آیه ۲۳۳ سوره البقره

مادرانی که می خواهند به نحو کامل به فرزندان خود شیر دهند لازم است دو سال تمام آن ها را از پستان خود شیر دهند و در این مدت برپدران است که خوراک و پوشак آنان را به اندازه متعارف فراهم سازند و بیش از توان، برآن ها تکلیف نیست و نه پدر و نه مادر نباید به واسطه فرزند خود ضرری ببینند و اگر پدر از دنیا رفت بر عهده وارث است که برهمهین منوال خوراک و پوشاك بانوی شیرده را فراهم سازد، اگر پدر و مادر خواستند کودک را از شیر بگیرند، با رضایت و مشاوره طرفین، مانعی ندارد و هرگاه خواستید برای شیردادن دایه بگیرید در صورتی که خوراک و پوشاك او را در حدود متعارف و نیکوتامین کنید مانعی نیست، (در این مسأله بسیار مهم و سرنوشت ساز) تقوای خدا را پیشه سازید و از خداوند پروکنید و بدانید خداوند برآن چه می کنید بینا است.

ب: آیه ۱۵ سوره الاحقاف

به انسان نیکی کردن به پدر و مادرش را سفارش کردیم، مادرش او را با ناراحتی زائید و از دوران حمل تا از شیر بازگرفتنش سی ماه است.

ج: آیه ۱۴ سوره لقمان

و ما به انسان درباره پدر و مادرش سفارش کردیم، مادرش او را با
زحمت حمل کرد و دوران شیرخواری او در دو سال پایان می‌یابد.

د: آیه ۶ سوره الطلاق

اگر زنان مطلعه برای شما فرزند را شیر دهند، پاداش آن‌ها را بپردازید
و (درباره فرزندان، کار را) با مشاوره شایسته انجام دهید و اگر به توافق
نرسیدید، زن دیگری شیردادن آن بچه را برعهده گیرد.

ه: آیات دیگر

در آیات دیگر، از جمله آیه ۲۳ سوره النساء، مسأله خویشاوندی
رضاعی، آیه ۲ سوره الحج، پیوستگی و انس مادر شیرده و طفل شیرخوار
و آیه ۷ و ۱۲ سوره القصص، شرح وقایع به آب افکنندن موسی و از آب
گرفتن او توسط دربار فرعون و توجه پروردگار به مسأله تغذیه این کودک
با شیرمادر خودش عنوان شده است.



مادرانی که می‌خواهند به نحو کامل به فرزندان خود شیر دهند لازم است دو سال
نمام آن‌ها را از پستان خود شیر دهند

از آیات کریمه مورداشاره، نکات جالبی استنباط شده است که با توجه به موضوع این کتاب و مسأله ترویج تغذیه کودکان باشیرمادر، مواردی از آن‌ها را بازگو می‌کنیم:

- ۱ حق شيردادن در درجه اول با مادر (والده یا بانوئی که کودک را زانیده است) می‌باشد و متقابلاً کودک نیز در درجه اول حق بهره‌مندی از شيرمادر خود را خواهد داشت.
- ۲ حق حضانت کودک در دوران شیرخواری با مادر است.
- ۳ مادر می‌تواند برای شيردادن در حد متعارف طلب هزینه کند. البته این مطالبه اجرت شامل چند روز اول که آغاز تولید و ترشح می‌شود نمی‌گردد.
- ۴ پدر و سپریست کودک برای بهره‌مند ساختن کودک از شيرمادر مسئولیت دارند.
- ۵ طول مدت شيردادن کامل ۲۴ ماه هلالی (دو سال کامل) است.
- ۶ حداقل مدت شيردادن برای کودکی که دوران ۹ ماه زندگی جنینی را به پایان برد ۲۱ ماه است.
- ۷ به هنگام از شيرگرفتن مشاوره و گفتگو برای چگونگی انجام اين کار به نحوی که زيانی متوجه کودک و سلامت او نگردد ضروري است.

- ۸ مسأله شیردادن به کودک مستلزم بسیار مهمی است و لازم است در چنین امر مهمی تقوای خدا پیشہ کنند و امر و نهی او را مراعات نمایند.
- ۹ مناسب‌ترین غذا برای کودک شیرمادر خود اوست حتی اگر نوزاد نارس متولد شده باشد.
- ۱۰ یکی از دلایل ضرورت رعایت حقوق مادر، حقی است که مادر به دلیل شیردادن به کودک دارد.
- ۱۱ شیردایه با شرایط ویژه، موجب پیوند خویشاوندی رضاعی میان شیردهنده (دایه) و نیز همسرشیردهنده (دایه) و شیرخوار و بستگان آن‌ها می‌گردد.
- ۱۲ در دوران شیرخواری، جایگاه مناسب کودک شیرخوار، آغوش مادر یا کنار او است.
- ۱۳ بارداری، زایمان و شیردهی، یک فرآیند پیوسته را تشکیل می‌دهند.

شیرمادر در روایات معصومین^(۴) و کتب فقهی

۱۴

طبیعی است مسئله‌ای به اهمیت تغذیه کودک با شیرمادر، وقتی در قرآن کریم با ظرافت و دقیقی که به برخی از آن‌ها اشاره کرده‌ایم مطرح شده باشد در کلام پیامبر اکرم (ص) و آئمه معصومین (ع) و به دنبال آن‌ها در کتب فقهی کرارآورده بحث قرار گرفته باشد و در اینجا به قصد تبریک جستن به رهمنودهای اسلامی و فراگرفتن نکات دیگری از این منبع فیاض و دنباله‌رو و هماهنگ با قرآن کریم، تنها به قطره‌ای از دریا و خوش‌ای از خرمن، اکتفا می‌کیم:

- الف برای کودک هیچ شیری بهتر از شیرمادرش نیست.^(۱)
- ب کودک با هیچ شیری تغذیه نمی‌شود که به اندازه شیرمادر خودش مبارک و با برکت باشد.^(۲)
- ج حد واجب شیردادن ۲۱ ماه است و به هر میزان که از ۲۱ ماه کمتر

به کودک شیرداده شود، ستمی است که بر کودک رفته است. اگر شیردهنده بخواهد دوره شیردهی را کامل و تمام کند بهتر است دو سال تمام شیر بدهد. (۳)

د خداوند متعال روزی کودک را در دو پستان مادر قرارداده، در بخشی از آن آب و در بخش دیگر غذای او را و از هنگامی که مادر فرزند را به دنیا می آورد به تناسب نیاز هر روز بچه، روزی متناسب آن روز او را مقدار فرموده است. (۴)

ه (ای ام اسحق) فقط از یک پستان شیر مده بلکه از هر دو پستان شیر بدنه تا بخشی از آن تأمین کننده غذا و بخشی تأمین کننده آب مورد نیاز کودک باشد. (۵)

آیا شما بانوان خشنود نمی شوید که وقتی یکی از شما از همسر خود درحالی که او از شما راضی است باردار شود ثواب کسی را دارد که روزها روزه بگیرد و شب ها برای عبادت خدا بپا خیزد و هنگامی که زایمان کند و شیر او جریان یابد و هر بار که پستان او مکیده شود برای هر جرعه و هر مکیده شدن پستان ثوابی است و اگر برای شیردادن و مراقبت از کودک شیرخوار، شبی بیدار گردد پاداشی برای او معادل آزاد کردن هفتاد بنده در راه خدا است؟ (۶)

ر زن در دوران بارداری، زایمان و شیردادن اجر مجاهد در راه خدا را دارد و اگر در این میان بمیرد برای او اجر شهید است. (۷)

ج

وقتی زنی باردار شد در ثواب مانند سرباز روزه‌داری است که جان و مال برکف در راه خدا جانبازی می‌کند، وقتی زایمان کرد اجر او آن چنان زیاد است که به حساب نمی‌آید و هنگامی که کودک را شیر می‌دهد هر مرتبه مکیده شدن پستان او معادل با آزادکردن بنده‌ای از نسل حضرت اسماعیل (ع) پاداش دارد و آن‌گاه که از شیردادن فراغت حاصل می‌کند فرشته‌ای به پهلوی او می‌زندو می‌گوید عملت را بگیر که خدای گناهانت را آموزید. (۸)

در تمام کتب فقهی، کم و بیش موضوع شیرمادر، آغوز (لبأ، Clostrum) یا شیر روزه‌ای نخستین پس از زایمان که غلیظتر از سایر ایام شیرده است)، ضرورت صیانت و پاسداری از سلامت کودک شیرخوار و تأکید بر شیردادن یا دادن آغوز به کودک به عنوان صیانت از سلامت او مورد بحث قرار گرفته است.

(۱) از حضرت رسول اکرم (ص)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۲) از حضرت امیر المؤمنین (ع)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۳) از حضرت امام جعفر صادق (ع)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۴) از حضرت رسول اکرم (ص)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۵) از حضرت امام جعفر صادق (ع)، خطاب به هنرمند، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۶) از حضرت رسول اکرم (ص)، نهج لنصائح

(۷) از حضرت امام جعفر صادق (ع)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

(۸) از حضرت امام جعفر صادق (ع)، وسائل الشیعه، جلد ۱۵

اگر بخواهیم اجمالاً نظری به چند نمونه که در این مبحث آورده ایم داشته باشیم برخی از نکاتی که در وهله اول جلب توجه می کند عبارتند از:

۱ شیرمادر بی نظیر است

مناسب ترین شیر برای هر کودک در درجه اول شیرمادر خود او است و در درجه دوم شیرمادران دیگر، توضیح این نکته که تغییرات تدریجی شیرمادر به تناسب تغییرات تدریجی نیازهای طفل و داشتن مواد ایمنی بخش (آنٹی کورها و ایمونو گلوبولین ها) مناسب با نوع بیماری ها و عوامل بیماری زای محیطی است می تواند شاهد خوبی بر بی رقیب بودن شیرمادر به طور کلی و شیرمادر خود کودک به طور اخص باشد.

۲ حق لبأ یا آغوز

کودک در صورتی که از شیرمادر خودش محروم نباشد، در چند روز اول زندگی از آغوز یا کلستروم که حاوی مقادیر زیادی آنتی کورو ایمونو گلوبولین است و اورادر برابر عوامل بیماری زای محیط خارج از رحم پشتیبانی و سلامت او را بیمه می کند بهره مند خواهد شد.

اهمیت آغوز برای کودک به اندازه ای زیاد است که در گذشته بسیاری از فقههای عظام به وجوب دادن آغوز به نوزاد حکم می کردند

زیرا در شرایط آن روزگارها، ندرتاً ممکن بود کودکی علی‌رغم محرومیت از آغوز و شیر مادر زنده بماند.

۳ ترکیب شیر مادر مناسب با نیاز کودک است، حتی اگر کودک نارس متولد شده باشد.

۴ در هر بار شیردادن باید از هردو پستان استفاده کرد (در این صورت علاوه بر پرهمندی طفل از شیر با کیفیت بهتر، هردو پستان تخلیه و تحریک لازم برای شیرسازی مجدد بیشتر در هردو پستان ایجاد می‌شود).

۵ حداقل مدت لازم برای شیردادن به کودکی که ۹ ماهه متولد شده است ۲۱ ماه است و شیردادن کمتر از این مدت ستمی است که به کودک تحمیل می‌گردد.

۶ حد مطلوب شیردادن ۲۴ ماه هلالی است.

۷ ۲۱ ماه یا دو سال شیردادن به طفل به معنای تغذیه کودک فقط با شیر مادر نیست بلکه لازم است پس از شش ماهگی از غذاهای کمکی مناسب استفاده شود.

۸ تغذیه انحصاری طفل با شیر مادر، نه تنها غذا بلکه آب مورد نیاز او را نیز تأمین می‌کند (تغذیه انحصاری با شیر مادر مربوط به شش ماه اول زندگی است و همان‌گونه که اشاره شد هم بر مبنای رهنمودهای معصومین (ع) و هم براساس دست‌یافته‌های علمی پس از شش ماهگی

لازم است کودک از غذاهای کمکی و مناسب نیز استفاده نماید).

۹ کودک پس از تولد باید در کنار مادر باشد، حتی در رهنماوهای اسلامی کنار پهلوی چپ مادر توصیه شده است.

امروزه اصطلاح هم‌اتاقی Rooming in برای همین منظور توسعه سازمان جهانی بهداشت و یونیسف به کار گرفته می‌شود و توصیه می‌شود کودک طی ساعت اول پس از تولد به پستان مادر گذاشته شود. در رهنماوهای اسلامی چیزی فراتراز هم‌اتاقی، یعنی در واقع هم‌آغوشی مادر و نوزاد مطرح شده است. هم‌آغوشی مادر و نوزاد هم از طریق مکیده شدن پستان مادر به کرات و هم از طریق تماس بدن و حتی استشمام بوی کودک موجب تحریک سیستم شیرساز در بدن و موجب افزایش شیرمادر و تضمینی برای تداوم شیردهی است.

۱۰ شیردادن به هنگام شب پرفایده و از عوامل عمدۀ افزایش سطح ترشح هورمون پرولاکتین و موجبی برای افزایش شیرمادر و تداوم شیردهی است. به علاوه نقش مهمی در پیشگیری از بارداری مجدد مادر دارد.

۱۱ مکیده شدن مکرر پستان، راز تداوم و فزونی شیرمادر است و در حقیقت هیچ عاملی به اندازه آن نمی‌تواند تداوم شیردهی و کفایت شیر را تأمین کند لذا در زمان ما، عدم توفیق بسیاری از مادران در یک شیردهی موفق، مربوط است به جداسازی کودکان آن‌ها پس از زایمان، نگهداری

نوزادان در اطاق دیگر، عدم مکیده شدن پستان به دفعات، استفاده از شیر مصنوعی و یا برحی مواد غذایی که خود موجبی برای کاهش تمایل کودک به مکیدن پستان مادر می شود همچنین استفاده از وسایل بسیار زیان بخش مانند پستانک (گول زنک) و شیشه شیر و... است.

درواقع رمز موقّیت مادر در شیردهی، عزم او به انجام این رسالت، به پستان گذاشتن نوزاد در کوتاه ترین فاصله پس از زایمان، مکرر به پستان گذاشتن به هنگام تمایل کودک، خودداری از مصرف بی موقع غذای کمکی، اجتناب از به کار گیری شیشه شیر و پستانک و در نهایت، داشتن یک شیوه مناسب تغذیه است زیرا با هر بار مکیده شدن پستان، یک موج عصبی که از نوک پستان آغاز می شود پس از رسیدن به هیپوتالاموس، به غده هیپوفیز می رود که از تحریک قسمت قدامی غده مذکور هورمون پرولاکتین و از تحریک قسمت خلفی، هورمون اکسی توسین ترشح می شود. هورمون پرولاکتین موجب شیرسازی و هورمون اکسی توسین که انقباض دهنده است به تخلیه شیر کمک می کند.

چنان که ملاحظه می شود نقش پرولاکتین نقش بسیار مهمی است و تحریک مکرر ترشح پرولاکتین از طریق مکیدن پستان انجام می شود.

شیردادن از پستان، جهاد در راه خدا و مایه خشنودی پروردگار
است لذا باید به عنوان یک ارزش والا، مایه سربلندی و افتخار بانوان باعتقاد باشد.



شیردادن به هنگام شب برایده و از عوامل عمدۀ افزاییش سطح ترشح هورمون پرولاتکتین و موجبی برای افزایش شیرمادر و تداوم شیردهی است.

شیرمادر در منابع علمی روز

کم و بیش توضیح داده شد که امروزه ارزش شیرمادر به دلیل بالا رفتن میزان آگاهی‌های علمی بشر بیش از هر زمان دیگر است. حتی اگرچه از زمان‌های گذشته می‌دانستند شیرمادر بهترین غذا برای کودک است و کارخانجات سازنده شیرخشک با تقلید از نسبت برخی ترکیبات مهم در شیرمادر ادعا و تبلیغ می‌کردند که این شیر به شیرمادر شبیه است و استفاده از اصطلاحاتی مانند شیر ماترنیزه^(۱) شیر هومانیزه^(۲) و شیر آدپته^(۳) در واقع بیانگر همین اعتراف بود. مع الوصف تدریجاً با شناخت بیشتری که از شیرمادر در اثر پژوهش‌های علمی به وجود آمده این حقیقت روشن شده است که:

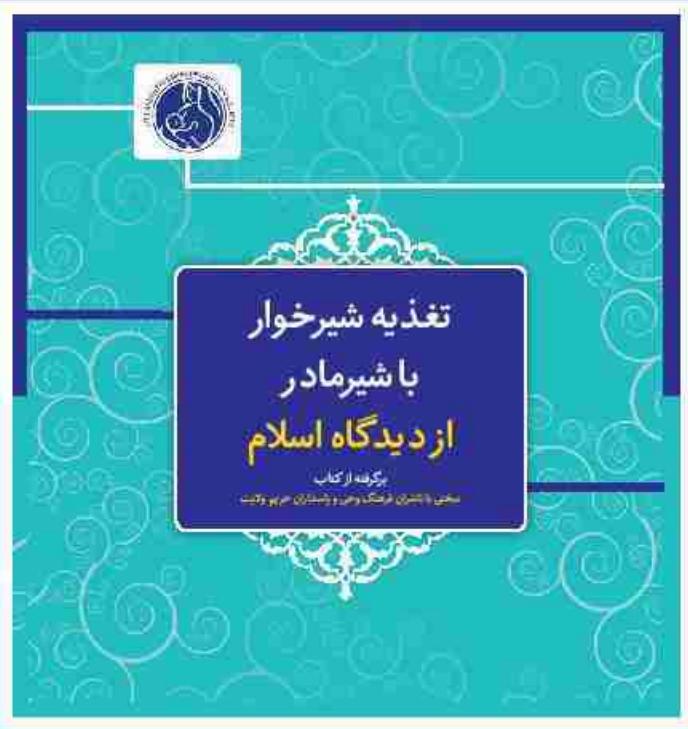
(۱) یعنی شبیه شیرمادر

(۲) یعنی شبیه شیر انسان

(۳) یعنی شیر تطبیق دانشمندان شیرمادر

- ۱ شیرمادر بهترین و مناسب‌ترین غذا برای کودک شیرخوار است.
- ۲ ترکیب آن هر روز اندکی به تناسب نیاز کودک و حتی در هر بار شیردادن کمی تغییر می‌کند یعنی شیری که ابتدا از پستان ترشح می‌شود با شیری که در پایان هر بار شیرخوردن، طفل دریافت می‌کند تفاوت‌هایی دارد.
- ۳ مواد ایمنی بخش موجود در شیرمادر قابل تقلید نیست.
- ۴ سلول‌های زنده موجود در شیرمادر (گلبول‌های سفید) نمی‌تواند در شیرخشک وجود داشته باشد.
- ۵ ترکیبات کمیاب و احیاناً ناشناخته‌ای در شیرمادر وجود دارد که شیرمادر را بی‌مانند می‌کند.
و در نتیجه می‌توان گفت دنیای علم امروزه به خوبی می‌داند شیرمادر بی‌نظیر و بی‌رقیب است و همانندسازی آن غیرممکن است.

در زمان ما مجموعه‌ای عظیم از مقالات علمی درباره شیرمادر منتشر شده و اگر نگوئیم هر روز می‌توانیم بگوئیم لااقل هر ماه خبرهای علمی تازه‌ای درباره شیرمادر در معتبرترین مجلات علمی مربوط به پژوهشی کودکان منتشر می‌یابد که همه حاکی از ارزش فوق العاده زیاد شیرمادر است.



تلفن: ۰۱۹۰-۰۸۸۱-۱۹۰ - ۷ - ۰۸۸۹۱۱۶۹
www.shitemadar.ir وب سایت: bfps_ir@hotmail.com ایمیل:

زمستان ۱۳۹۴