

النبح الطبىعى للوليد بين القرآن والعلم وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِنِينَ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ

[البقرة: ٢٣٣] صدق الله العظيم

إيمان قرشى أحمد

(Received at 26/11/2007)

فى هذه الآية الكريمة من سورة البقرة ثلاث معجزات طبية.
المعجزة الأولى: فى قوله تعالى: "يرضعن أولادهن": إنه نداء إلهى مفعم بالرحمة يطلب من كل أم أن تغذى وليدها من لبنها ولا تلجأ إلى غذاء آخر. وهذا النداء الإلهى قد سبق النداء البشرى بأربعة عشر قرناً من الزمان حيث تقره اليوم منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونيسيف والأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال وتؤكد أن الغذاء التام للطفل هو حليب أمه وأنه أفضل أنواع الغذاء وذلك بسبب الفوائد العظيمة التى اكتشفها العلماء مؤخراً. والأدلة القاطعة على أهمية حليب الأم من خلال الرضاعة تم ذكرها فى سبع سور من القرآن الكريم لما فى ذلك من تقدير شرعى وبُعد إنسانى لبناء جيل سليم وصحيح وهذه السور هى: البقرة ، النساء ، الحج ، القصص ، لقمان ، الأحقاف ، الطلاق كذلك وردت نفس الأهمية لحليب الأم من خلال الرضاعة فى الأحاديث الشريفة: عن النبى ﷺ قال "ليس للصبى لبن خير من لبن أمه" وكذلك قال "جعل الله رزقه من ثدى أمه فى أحدهما شرابه وفى الآخر طعامه وعن على كرم الله وجهه قال "ما من لبن رضع به الصبى أعظم بركة عليه من لبن أمه وكذلك قال "تخيروا للرضاع كما تتخيروا للنكاح فإن الرضاع يغير الطباع المستدرك وعن عبد الله بن مسعود قال "لا رضاعة إلا ما شد العظم وأثبت اللحم" ولا تنسى هذه الأهمية لرضاعة الطفل من خلال قصة المرأة الحبلى الزانية التى أتت الرسول ﷺ تائبة ليقم عليها الحد وقد أمرها ﷺ أن تذهب حتى تضع حملها وتقوم بإرضاعه حتى فطامه وبالفعل عادت وفى يدها الصبى وبيده كسرة خبز لتدل للنبى ﷺ على أنه فطم ويأكل الطعام ويعدها أقم عليها الحد. حتى أن الفقهاء قد أوجبوا تغذية الرضيع من حليب أمه ما دام فى حاجة إليه وهو فى سن الرضاع وما دامت الأم قادرة. وأهم ما اكتشفته الأبحاث فى حليب الأم من فوائد هو ما يلى:

١ - اللبأ: "السرسوب" يفرز من الثديين خلال القسم الأخير من الحمل والأيام من الثانى حتى الرابع ما بعد الولادة مباشرة ويتميز بلونه الأصفر الليمونى الغامق ذو تفاعل قلوى وكثافة نوعية تتراوح ما بين ١,٠٤٠ ، ١,٠٦٠ مقارنة بالكثافة النوعية لحليب الثدي الناضج (١,٠٣٠) ومجمل الكمية المفترزة منه يومياً ١٠-٤٠ مل. وعلى حد سواء فإن اللبأ الإنسانى أو السبقرى يفوق بعدة مرات حليب الثدي الناضج فى البروتينات والمعادن ويقل فى سكرياته ودمسه. إضافة إلى بعض العوامل المناعية الفريدة "D" المضادة للبكتريا والفيروسات ثم يستبدل هذا اللبأ بعد الأيام القليلة الأولى من الإدراج بحليب الثدي الناضج وذلك خلال الأسبوع الثالث والرابع. كذلك فإن اللبأ يعمل كملين سهل لطيف وهبه الله سبحانه وتعالى

للطفل لكي يتخلص من العقي "مادة سوداء لزجة تراكمت بالأمعاء منذ الشهر الخامس من الحمل".

٢ - الماء: (وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ) [الأنبياء: ٣٠] صلى الله عليه وسلم ومن المعروف أن جميع العمليات الحيوية تتم في وجود الماء الذى يسهل من عملية الامتصاص لذا فإن كمية الماء وكمية المواد الصلبة فى الحليب البقرى والإنسانى هى نفسها تقريباً.

٣ - البروتين: ألفا ألبومين وبيتاجلوبولين ومعظمها بروتينات نوعية لا توجد فى مكان آخر وتصل نسبته فى الحليب الإنسانى إلى حوالى ١,٥١% ويشكل الكازين منها ٣٥% يستطيع الرضيع أن يمتصها كاملة بنسبة مائة فى المائة بمدّة لازمة للهضم فى ١٥ دقيقة بينما تصل نسبة البروتين فى حليب البقر إلى حوالى ٣,٣% ويمثل الكازين منها ٨٠% ولذلك لا يستطيع الطفل أن يمتص هذه الكمية بل يخزنها فى جسده مما يؤدى مستقبلاً لأمراض السمنة وتستغرق عملية الهضم مع حليب البقر أكثر من ٦٠ دقيقة. أى أن هناك توفير فى الوقت والجهد وتشكل البروتينات المصالة ٦٥% فى الحليب الإنسانى.

٤ - السكريات: تصل فى حليب الأم إلى ٧,٦٥% مقابل ٤,٥% فى حليب البقر، هذه النسبة الكبيرة من السكريات "اللاكتوز" تسهل تكوين مادة تسمى السرابروزيت حيث تزود الطفل بالطاقة وتدخل فى تكوين جهازه العصبى. تدرج هذه السكريات فى الزيادة بعد ٣٠-٤٠ ساعة من الولادة.

٥ - الدسم: يختلف باختلاف المورد الغذائى للأم. فهول يصل ٣,٥% ويتكون أساساً من ثلاثى جلسريد اللينوليك والبالمتين والسيترين. ويكون الأولين بنسبة الضعف فى حليب الأم مما يسهل امتصاصه. وخلال الرضعة الواحدة تكون كمية الدسم أكثر فى القسم الأخير من الرضعة مما يؤدى لإشعار الطفل بالشبع فى نهاية الرضعة وينشأ عن هذا الدسم حموضة طيارة تصل ١,٣% فقط فى حليب الأم بينما تقارب ٩% من دسم حليب البقر.

٦ - المعادن: تصل فى حليب الأم إلى ٠,٥١٥% - ٠,٥٢٥% بمحتوى حديد كاف رغم قلته لأن الحديد المخزن خلال المرحلة الجنينية يعوض الصغير بشكل عام عن احتياجه خلال الأشهر الأربعة الأولى من العمر. كذلك يوجد توازن وتناسب بين الكالسيوم والفسفور والحديد. وعلى الرغم من ذلك فإن مستوى المعادن فى الحليب البقرى يصل إلى ٠,٧١٥% إلا أن مستوى الحديد غير كاف. إذن أن إعطاء حليب البقر للطفل فى أيامه الأولى يؤدى إلى انخفاض مستوى الكالسيوم فى دمه وإلى سلبات أخرى متعددة.

٧ - الفيتامينات: يحتوى حليب الأم على نسب كافية من فيتامينات د ، ج وجميع أنواع الفيتامينات الأخرى لحماية الرضيع من لين العظام - عدا فيتامين K.

٨ - الهرمونات: من خلال دراسة أجراها الباحثون تبين عن وجود هرمونين فى الحليب البشرى لهما خصائص مستقبلية خلال فترة النمو والتطور للرضيع وهما:

الهرمون الأول: أديبونكتين أو ليبي وتفرزه الخلايا الدهنية ويؤثر فى هضم السكر والدهنيات فى الدم وله علاقة بمقاومة الأنسولين والبدانة وكذلك أمراض القلب التاجية. وعلى هذا كلما ارتفع مستوى هذا الهرمون انخفضت الإصابة بهذه الأمراض. وعند تحليل عينات من حليب أمهات متبرعات وجد أن مستوى بروتين أديبونكتين مرتفع عن أى بروتين آخر فى حليب الأم.

الهرمون الثانى: اللبتين: ويلعب دوراً هاماً فى تنظيم الدهون فى الجسم وله علاقة بحالتى الامتلاء والشبع ولكنه أقل مستوى من الهرمون السابق. لذا فتغذية الرضيع على حليب الأم

لها آثار صحية بعيدة المدى حتى المراحل التالية من حياة الطفل بعد أن يكبر وهذا ما أكدته ليزا مارتن الباحثة بقسم الأمراض البوائية والإحصاءات الحيوية.

٩ - **الأجسام المناعية:** مثل اللاكتوفيرين ، الماكروفيج والليمفوسيت من المعروف أن الجنين يستمد الأجسام المناعية خلال فترة الحمل وعندما يخرج يكون بحاجة لمناعة إضافية لا يجدها إلا في حليب الأم حيث هيأها الله للرضيع كمصدر طبيعي للحماية وتشير بعض الدراسات إلى أن جهاز المناعة لدى الطفل الذي يتغذى على حليب الأم ينمو بسرعة وبذلك يساعده خلال الشهور الأولى على حماية أجهزة جسمه من الهجوم الجرثومي المتكرر الذي يتعرض له. والميوسين هو أحد المواد المناعية التي يحتويها حليب الأم لاحتوائه على كثير من البروتينات والكاربوهيدرات التي تلتصق بالبكتيريا والفيروسات وتزيلها من جسمها نهائياً دون أي تأثيرات جانبية كما هو في حالة استخدام الأدوية الكيميائية.

١٠ - **المحتوى الجرثومي:** يعتبر الحليب وسطاً جيداً لنمو الجراثيم الممرضة. فحليب البقر ملوث. بشكل عام. أما الحليب الإنساني فاختلقت الآراء فهناك من يؤكد خلوها تماماً من البكتيريا وفريق آخر يرى أن الحليب الإنساني لا يكون بشكل أساسي خالياً من الجراثيم. فقد تدخل الثدي وبأعداد كبيرة بعض مسببات التهاب الثدي بجانب الفيروسات.

١١ - **قابلية الهضم والإخراج:** يتم هضم الحليب الإنساني بمجهود وزمن أقل مقارنة بالحليب البقري كما أن المعدة تستطيع أن تفرغ محتواها من حليب الإنسان بسرعة أكبر مما لو كان الحليب بقري كامل. وقد لوحظ أن كمية البكتيريا في أمعاء الطفل الذي يتغذى على حليب أمه تقل عشرة أمثاله ممن يتغذى على حليب البقر. كما وجد أيضاً أن الطفل الذي يتغذى على حليب البقر يكون بوله وبرازه ذو رائحة كريهة أكثر من الطفل الذي يتغذى على حليب أمه.

فوائد وعجائب خلق الله في حليب الأم:

- يعتبر حليب الأم مصنعاً جاهزاً ومعقماً لا يُنضب في جميع الأوقات ليلاً ونهاراً.
- يعتبر حليب الأم على درجة حرارة مناسبة تماماً فهو ليس ساخناً ولا بارداً فيسبب للرضيع أي متاعب فهو بارد صيفاً، دافئ شتاءً.
- مكونات الحليب في الرضعة الواحدة في بدايتها مختلفة عن آخرها الذي يتميز بالشبع.
- الحليب في الصباح يختلف عنه في المساء.
- تركيبة مثالي لكل مرحلة من مراحل الرضاعة فقد تزيد نسب وتنخفض نسب مواد أخرى تبعاً لحاجة الطفل ويصعب التحكم فيها في حليب البقر.
- مكونات الحليب للأنثى التي ولدت قبل موعدها يختلف عن حليب الأم التي اكتمل حملها.
- مكونات الحليب الذي يرضعه الذكر ضعف مكونات الحليب الذي ترضعه الأنثى وفي هذا الصدد أسلم طبيب أمريكي على يد طبيب مصري في أحد مستشفيات الولايات المتحدة الأمريكية.
- يعمل حليب الأم كمسكن طبيعي فهو يخفف من انزعاج المواليد من وخز الإبر ويعمل كمسكن للآلام أثناء بعض العمليات المؤلمة حيث تقوم عملية مص هذا الحليب بمذاقه ونكهته على كبح إشارات الألم في النخاع الشوكي.
- ومن خلال دراسة أعدتها جامعة شيكاغو إلى أن المواليد الذين تم تغذيتهم على حليب الأم كانوا أقل عبوساً وبكاءاً وأقل بغضاً من المواليد الذين تم تغذيتهم بحليب صناعي.

- يزيد حليب الأم من عناية الأم برضيعها بتكرار شرب حليبها فيحدث الارتباط النفسى بين الرضيع وأمه فيمنحه الاستقرار النفسى ويساعده على النوم والتهنئة أثناء استكمال عملية الإرضاع من (حمل ونمس وتقبيل وضم).

المعجزة الثانية: فى قوله تعالى: " حولين كاملين " - تحديد دقيق للمدة اللازمة لتغذية الطفل من حليب أمه. وفى كلمة كاملين - تأكيد من الله تعالى على ضرورة إكمال السنتين وعدم التهاون فى هذه المدة.

المعجزة الثالثة: فى قوله تعالى: " لمن أراد أن يتم الرضاعة " - إشارة رائعة إلى أن تغذية الرضيع من حليب الأم لا تتم إلا بعد مرور سنتين من عمر المولود. وسبحان الله الذى وفر علينا عناء البحث والدراسة والتجارب والاختبارات وأعطانا المدة المناسبة مباشرة. ونظراً لأهمية هذه المدة لإكمال التغذية فقد خصها الله تعالى فى سورتي: "لقمان" و"فصالة فى عامين"، وفى سورة الاحقاف " وحمله وفصاله ثلاثون شهراً" وإذا كان هذا هو رأى الدين فما هو رأى العلم؟ إن أقوال الأطباء فى القرن الحادى والعشرين تؤكد وبإصرار على ضرورة تغذية الطفل من حليب الأم سنتين كاملتين " ٢٤ شهراً" لما لهاتين السنتين من أهمية فى عمر الطفل الذى يتكون خلالها الجهاز المناعى. الذى يدرء عن الطفل كثيراً من العوامل التى ينتج عنها الإصابة بالعديد من الأمراض وعندما يبلغ من العمر سنتين تصبح العوامل ذاتها غير مؤثرة كما كانت من قبل وهذا ما أكدته منظمة الصحة العالمية فى مؤتمر لها بعنوان Complementary feeding لعام ٢٠٠١م.

وفى هذا الصدد أجريت دراسة على حليب أمهات أرضعن أطفالهن لأكثر من عام ووجد أنه أغنى بالدهون والطاقة من حليب اللاتى يرضعن أطفالهن لبضعة أشهر فقط وقد يعزى ذلك إلى أن الطفل يرضع مرات أقل فى اليوم وبالتالي يصبح الحليب أكثر تركيزاً وعند مقارنة حليب ٢٧ امرأة كن يرضعن صغارهن بين شهرين حتى ستة أشهر و ٣٤ أما كن يرضعن بين ١٢ ، ٣٩ شهراً وقد أفادت نتائج المقارنة بأن لتر الحليب الخاص بالأم المرضعة لفترة زمنية أقصر يحتوى على ٧٤٠ سعراً حرارياً حيث وصل مستوى الدهون فى حليبهن ٧% مقارنة مع ٨٨٠ سعراً حرارياً فى نفس الكمية من لبن الأمهات اللاتى يرضعن طبيعياً لسنة أو أكثر حيث وصل مستوى الدهون فى حليبهن ١١%.

وإذا كان العلماء يجهلون كثيراً عن تركيب حليب الأم لكنهم يلمسون النتائج الرائعة للأطفال الذين يتغذون على حليب أمهاتهم والأمهات اللاتى تغذين أطفالهن من حليبهن.

فتغذية الرضيع على حليب أمه لمدة عامين تتعكس عليه بالنفع الكثير كما ترى بالنقاط التالية:

- فهو يقلل تجرثم الجهاز التنفسى والبولى والدلم البكتيرى.
- يقلل الإصابة بالتهابات الأذن الوسطى.
- يقلل الإصابة بالتسمم الغذائى - والالتهابات المعوية القولونية.
- حماية الطفل من الموت المفاجئ.
- يقل انتشار أمراض الإسهال ٢٥ مرة بين الأطفال الذين تغذوا على حليب أمهاتهم عن أولئك الذين تغذوا صناعياً.
- يقي الطفل من الحساسية أو يوقف تطورها.
- يقلل الإصابة بالسرطان ثمانية أضعاف عن الذين تغذوا صناعياً.
- الأطفال الذين تغذوا على حليب أمهاتهم يتمتعون بجلد أنعم ومستوى رؤى أفضل وعظامهم سليمة.

ما يعود على الأم التي تغذى وليدها من حليبها:

- أظهرت دراسات في ٣٠ دولة أن الأم التي تغذى وليدها بحليبها تكون أقل عرضة للإصابة بسرطانات الثدي والرحم والمبيض حيث تعيد الرضاعة حجم الرحم الذي يتسع ٢٠ مرة أثناء الحمل إلى حجمه الطبيعي نظراً لارتباطه بالرضاعة بهرمون Oxytocin المسئول عن وقف النزيف وإعادة حجم الرحم.
- تزيد الرضاعة من إفراز هرمون الحليب Prolactin ومن ثم تمنع التبويض وتمنع الحمل مما يساعد الأم على استعادة عافيتها وبناء عظامها من جديد والتقليل من كسر عظمة الحوض لاحقاً.
- أثناء عملية تغذية الرضيع من حليب أمه يقل وزن الأم وبالتالي يقيها السمنة.

ما يعود على البيئة من تغذية الأم بحليبها:

- ينعكس حليب الأم من خلال الرضاعة إيجابياً على البيئة وذلك بسبب منع وتقليل التلوث الناتج من عمليات التصنيع لزجاجات الحليب وتجفيف حليب البقر والنفايات الناتجة عن استهلاك هذا الحليب وهذه الزجاجات.

ما يعود على المجتمع من تغذية الأم بحليبها:

- يعتبر حليب الأم المستخدم في تغذية طفلها غير مكلف إذا ما قورن بالإرضاع الصناعي وتؤكد الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال أن الولايات المتحدة الأمريكية تستطيع أن توفر ٣٦٠٠ مليون دولار سنوياً لو اتبعت تغذية المواليد من حليب الأم.
- هكذا خلق الله لكل نوع غذاءه فحليب البقر هو أفضل غذاء لمواليد البقر والحليب الإنساني هو أفضل غذاء للأطفال من البشر "وخلق كل شيء فقدره تقديراً"
- فلنتذكر هذه النعم التي منحنا إياها رب النعم (وإن تَعُدُوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَعَفُورٌ رَحِيمٌ) [النحل: ١٨] صدق الله العظيم
- وما من يوم يمر علينا إلا تثبت الأبحاث أن الدين الإسلامي قد سبق كل العلوم والأزمان وأن القرآن هو خير منهج وتشريع لحياة الإنسان (ألا يعلم من خلق وهو اللطيف الخبير) (الملك: ١٤) صدق الله العظيم والحمد لله أن جعلنا مسلمين.

المراجع

كتابك ١٢٩ للألبان فلسفة وأسرار ، د/ مصطفى الديوانى

جريدة الرياض ٢٠٠١م

جريدة النبأ المعلوماتية ٢٠٠١م من موقع Google على شبكة الإنترنت

تحت عنوان حليب الأم بين العلم والقرآن