شیر مادر، بهترین و کاملترین غذای نوزاد

مقدمه:

چندی پیش اجلاسیه وزرای بهداری و بهداشت و کارشناسان ۴۶ کشور جهان به دعوت سازمان بهداشت جهانی، یونیسف و دیگر سازمانهای بهداشتی وابسته به سازمان ملل متحد در فلورانس ایتالیا برگزار گردید، که در آن برادر دکتر علیرضا مرندی مشاور وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از سوی جمهوری اسلامی ایران شرکت داشت. در این اجلاسیه، پیشنهاد ایران برای استفاده از شیر مادر بعنوان کاملترین غذای نوزاد مورد تائید وزرای بهداشت کشورهای جهان قرار گرفت و به کلیه کشورهای عضو توصیه شد. به‌دلیل اهمیت موضوع، خلاصه‌ای از سخنان نماینده ایران در اجلاسیه فوق از نظر گرامیتان می‌گذرد:

دکتر علیرضا مرندی نماینده جمهوری

اسلامی ایران در اجلاس وزرای بهداشت در سخنان خود با ارائهٔ مقاله‌ای با استناد به آیات قرآن و روایات ائمه اطهار(ع)، اهمیت استفاده از شیر مادر از دیدگاه

○ تا سن ٤ تا ٦ ماهگی نباید به هیچ وجه از پستانک، آب قند و غذای کمکی برای تغذیه نوزاد استفاده کرد.

اسلام را تشریح کرد و نتیجه تحقیقات درمورد منافع و امتیازهای شیر مادر را از نظر علمی برای شرکت‌کنندگان برشمرد و خاطرنشان ساخت که:

کودکی که شیر مادر استفاده می‌کند از ابتلا به بیماریهای شدید آلرژیک مانند آسم و اگزما تا حد زیادی مصون خواهد ماند.

میزان مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال و معلولیتها در شیرخوارانیکه از شیر مادر استفاده کرده‌اند، بمیزان زیادی پائین است و این گروه از کودکان زودتر زبان باز کرده و وضع تکاملی و روانی مناسبتری دارند.

استفاده از شیر مادر از نظر اقتصادی نیز تا حد زیادی بنفع خانواده و کشور است. به این ترتیب چنانچه نوزادان هنگام تولد وزن کمتر داشته و یا نارس متولد شوند، شیر مادر برای آنها ارزش فوق‌العاده دارد.

شیر مادر کاملترین غذا برای شیرخواران استو این شیر با داشتن انواع مواد ضدمیکروبی و ضدویروسی از بروز بیماریهای اسهالی و عفونتهای تنفسی و گوارشی تا حد بسیار زیادی جلوگیری کرده و یا از شدت آن می‌کاهد.

دکتر مرندی در قسمت دیگری از مقاله خود به اهمیت آغوز(شیر اولیه مادر) اشاره کرد و گفت شیر مادر همچنین می‌تواند نقش ارزنده‌ای در سلامت و رشد کودک داشته باشد.

وی گفت در این راستا تمام زایشگاهها و

بیمارستانها می‌بایست نوزاد را بلافاصله پس از تولد روی سینه مادر قرار دهند، چرا که مکیدن سینه مادر به وسیله نوزاد باعث می‌شود رحم مادر سریعا منقبض شده و به خروج جفت کمک کند. همچنین گفت: عادت ماهیانه مادرانیکه منحصرا از شیر خود نوزادانشان را تغذیه می‌کنند و مکررا باو شیر می‌دهند، به تعویق می‌افتد و در این صورت ۹۹ درصد از بارداری جلوگیری می‌شود.

این امر از خونریزی شدید و نیاز مادر به مصرف دارو می‌کاهد و از کم‌خونی او جلوگیری می‌کند.

دکتر مرندی همچنین به نقش شیر مادر در فاصله‌گذاری بین زایمانها اشاره کرد و وی اضافه کرد، تا سن ۴ الی ۶ ماهگی نباید به‌هیچ‌وجه از پستانک، آب قند و غذای کمکی برای تغذیه نوزاد استفاده کرد و پس از این مدت که غذای کمکی شروع می‌شود برای پیشگیری از بارداری باید از

وسایل جلوگیری از بارداری (بجز قرصهای استروژن‌دار) استفاده نمود.

شیردهی، ابتلای مادران شیرده را به سرطانهای پستان و رحم تا حد زیادی کاهش دهد.

دکتر مرندی در مقاله خود همچنین به تشریح علل قطع شیردهی مادران قبل از مدت مطلوب پرداخت و نتیجه گرفت که نوزاد را نباید از بدو تولد از مادر جدا کرد، بلکه نوزاد باید از بدو تولد در کنار مادر خود باشد و در هر لحظه و بهر مقدار و مدتی که می‌خواهد شیر بنوشد.

وی گفت اگر در مواقعی بیماری مادر یا نوزاد خطرناک باشد، هریک از آنها به اجبار باید در محلهای جداگانه‌ای قرار گیرند. سپس باید نوزاد را بطور مکرر برای تغذیه نزد مادر برد.

اعضای ۴۶ کشور شرکت‌کننده در این اجلاس ضمن تائید تمامی پیشنهادات مطرح شده از جانب جمهوری اسلامی ایران موارد دیگری را نیز مطرح و توصیه کردند که از آن جمله توجه کامل و تغذیه و مراقبت از مادران قبل و بعد از بارداری، آموزش

○ توزیع شیر خشک در کشورها باید تحت کنترل قرار گیرد و به‌هیچ‌وجه شیر خشک رایگان (مگر در موارد استثنایی) به مادران داده نشود.

مادران در مورد مزایای شیر مادر و مراقبتهای لازم بطرق مختلف است.

آموزش مستمر پزشکان، پرستاران، ماماها و پرسنل بهداشتی و درمانی درمورد امور بهداشتی ازجمله تغذیه با شیر مادر و اصلاح کتب دانشگاهی و یا افزودن مطالب لازم در رابطه با بهداشت و تغذیه مادر و کودک نیز بایستی اجرا شود.

○ کودکی که از شیر مادر استفاده می‌کند از ابتلا به بیماریهای شدید آلرژیک مانند آسم و اگزما تا حد زیادی مصون خواهد ماند.

در اجلاس همچنین تاکید شد که امر توزیع شیر خشک در کشورها باید تحت کنترل قرار گیرد و به‌هیچ‌وجه شیر خشک رایگان (مگر درموارد استثنائی) به مادران داده نشود.

همچنین تاکید شد برای مادران شیردهی که در خارج از منزل کار می‌کنند تسهیلاتی از قبیل مرخصی‌های طولانی بعد از زایمان، ایجاد مهدکودک در محل کار و اجازه خروج دو بار در روز جهت تغذیه کودک، فراهم شود.

بدین‌ترتیب دنیای غرب نیز که خود زمانی توصیه‌کننده برای مصرف بیشتر شیرخشک بود و هنوز هم برای گردش بیشتر کارخانه‌های خود به تبلیغ آن در کشورهای جهان سوم می‌پردازد، در اجلاس فوق چنین توصیه می‌کند که:

توزیع شیرخشک در کشورها باید تحت کنترل قرار گیرد و به‌هیچ‌وجه شیرخشک رایگان (مگر درموارد استثنائی) به مادران داده نشود.

امیدواریم که این توصیه بیش از پیش در جامعه اسلامی ایران پیاده شده و مسئولین امور بهداشتی آنرا سرلوحه کارهای خویش قرار دهند.