

النبع الطبيعى للوليد بين القرآن والعلم
وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ 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 اليونسيف 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 فى سبع سور لما فى ذلك من تقدير شرعى وُعد 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 μ قال "ليس للصبي لبن خير من لبن أمه" وكذلك قال "جعل الله رزقه من ثدى أمه أحدهما شرابه وفى الآخر طعامه وعن على كرم الله وجهه قال "ما من لبن رضع به الصبي 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 ننسى هذه الأهمية لرضاعة الطفل من خلال قصة المرأة الحبلية الزانية التى أتت الرسول "p" تائبة ليقيم عليها الحد وقد أمرها μ أن تذهب حتى تضع حملها وتقوم بإرضاعه حتى فطامه وبالفعل عادت وفى يدها الصبي وبيده كسرة خبز لتدل للنبي μ على أنه فطم ويأكل الطعام وبعدها أقام 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 المفروزة منه يومياً ١٠-٤٠ مل. وعلى حد سواء فإن اللبأ الإنسانى أو البقرى يفوق بعدة مرات حليب الثدي الناضج فى البروتينات والمعادن ويقل فى سكرياته ودسمه. إضافة إلى بعض العوامل المناعية الفريدة "D" المضادة للبكتريا والفيروسات ثم يستبدل هذا اللبأ بعد الأيام القليلة الأولى من الإدرار بحليب الثدي الناضج وذلك خلال الأسبوع الثالث والرابع. كذلك فإن اللبأ يعمل كملين سهل لطيف وهبه الله سبحانه وتعالى للطفل لكى يتخلص من العقى "مادة سوداء لزجة تراكمت بالأمعاء منذ الشهر الخامس من الحمل".

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

٣ - **البروتين:** ألفا البيومين 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 بمدة 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 - **الدهن:** يختلف باختلاف المورد الغذائى للام. فهول يصل ٣,٥% ويتكون أساساً من ثلاثى جليسريد اللينوليك والبالمتين والسيترين. ويكون الأولين بنسبة الضعف فى حليب الأم مما يسهل امتصاصه. وخلال الرضعة الواحدة تكون كمية الدهن أكثر فى القسم الأخير من الرضعة مما يؤدى لإشعار الطفل بالشبع فى نهاية الرضعة وينشأ عن هذا الدهن 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 والفوسفور 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 و"تفرزه 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 الوبائية والإحصاءات الحيوية.

٩ - **الأجسام المناعية:** مثل اللاكتوفيرين، الماكروفيج والليمفوسيت من المعروف أن الجنين يستمد الأجسام المناعية فترة الحمل وعندما يخرج يكون بحاجة لمناعة إضافية لا يجدها

إلا في حليب الأم حيث היאها 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 والكريبوهيدرات التي تلتصق بالبكتريا والفيروسات وتزيلها من جسمها نهائياً دون أى 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 الإنسانى فاختلقت الآراء فهناك من يؤكد خلوه تماماً من البكتريا وفريق آخر يرى أن الحليب الإنسانى لا يكون بشكل أساسى خالياً من الجراثيم. فقد تدخل الثدي وبأعداد كبيرة بعض مسببات التهاب الثدي بجانب الفيروسات.

١١ - **قابلية الهضم والإخراج:** يتم هضم الحليب الإنسانى بمجهود وزمن أقل مقارنة بالحليب البقرى كما أن المعدة تستطيع أن تفرغ محتواها من حليب الإنسان بسرعة أكبر مما لو كان الحليب بقرى كامل. وقد لوحظ أن كمية البكتريا في أمعاء الطفل الذي يتغذى على حليب أمه تقل عشرة أمثالها 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 أى 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 للام 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 مصرى في أحد مستشفيات الولايات المتحدة الأمريكية.
- يعمل حليب الأم كمسكن طبيعى فهو يخفف من انزعاج المواليد من وخز الإبر ويعمل كمسكن للالام أثناء بعض العمليات المؤلمة حيث تقوم عملية مص هذا الحليب بمذاقه ونكهته على كبح إشارات الألم في النخاع الشوكى.
- 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 صناعى.
- يزيد حليب الأم من عناية الأم برضيعها بتكرار شرب حليبها فيحدث الارتباط النفسى بين الرضيع وأمه فيمنحه الاستقرار النفسى ويساعده على النوم والتهدئة أثناء استكمال عملية الإرضاع من (حمل ولمس وتقبيل وضم).

المعجزة الثانية: في قوله تعالى: " حولين كاملين " - تحديد دقيق للمدة اللازمة لتغذية الطفل من حليب أمه. وفي كلمة كاملين - تأكيد من الله تعالى على ضرورة إكمال السننتين وعدم التهاون في 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 تنعكس عليه بالنفع الكثير كما نرى بالنقاط التالية:

- فهو يقلل تجربته الجهاز التنفسى والبولى والدم 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.
- يقى 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 التى تغذى وليدها من حليبها:

- أظهرت دراسات فى ٣٠ دولة أن الأم التى تغذى وليدها بحليبها تكون أقل عرضة للإصابة بسرطانات الثدي والرحم والمبيض حيث تعيد الرضاعة حجم الرحم الذى يتسع ٢٠ مرة أثناء الحمل إلى حجمه الطبيعى 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 (وَإِنْ تَعُدُّوا 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 الديواني
جريدة الرياض ٢٠٠١م
جريدة النبا المعلوماتية ٢٠٠١م من موقع Google على شبكة الإنترنت
تحت عنوان حليب الأم بين العلم والقرآن