الملف الثاني:

الإرضاع

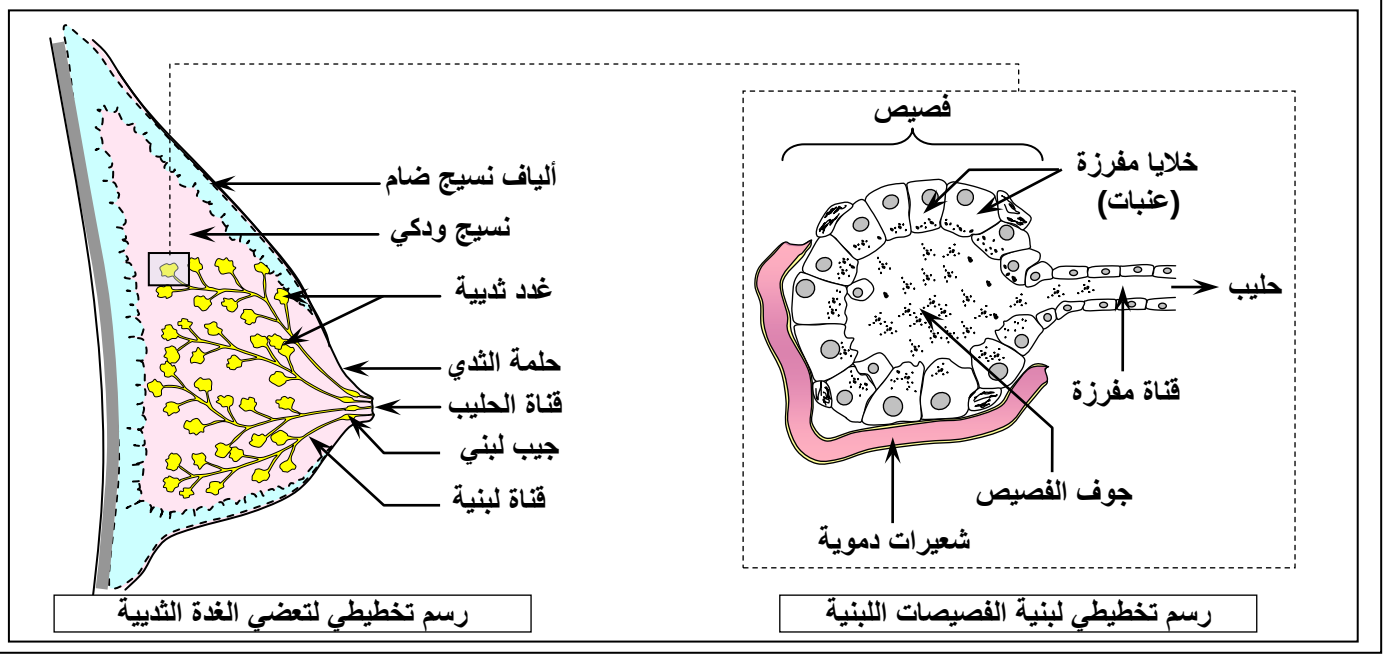
مقدمة: الإرضاع هو العملية التي يقدم بها الغذاء للرضيع، ونجد الإرضاع الطبيعي والإرضاع الاصطناعي.
كان الإرضاع الطبيعي ولا يزال أهم طريقة لتغذية الطفل، وقد حاول الأطباء المختصون بالتغذية منذ عشرات السنين إيجاد بدائل لحليب الأم فكان الإرضاع الاصطناعي بحليب البقر أو الماعز أو الغنم بنسب وتمديدات مختلفة. ثم عرفت أصناف من الألبان التجارية المعلبة وجرى تطويرها وتنويع تركيبها مع الزمن.

- **ما هي الآليات البيولوجية المسئولة عن نمو وعمل الغدد الثديية؟**
- **ما هي أهمية الإرضاع الطبيعي مقارنة بالإرضاع الاصطناعي؟**

I – الإرضاع الطبيعي، آليات إفراز الحليب وضبطه:

① الآليات المسئولة عن نمو الغدد الثديية: أنظر الوثيقة 5

الوثيقة 5: تعضي الغدة الثديية وبنية الفصيصات.



رسم تخطيطي لتعضي الغدة الثديية — رسم تخطيطي لبنية الفصيصات اللبنية

★ تنمو الغدد الثديية وتتطور أثناء البلوغ تحت تأثير الأستروجينات، إلا أن نمو النسيج الغددي لا يصل أقصاه إلا أثناء فترة الحمل، تحت تأثير مركب من الهرمونات المبيضية (أستروجين وجسفرون) من جهة، والهرمونات المشيمية والنخامية من جهة أخرى.

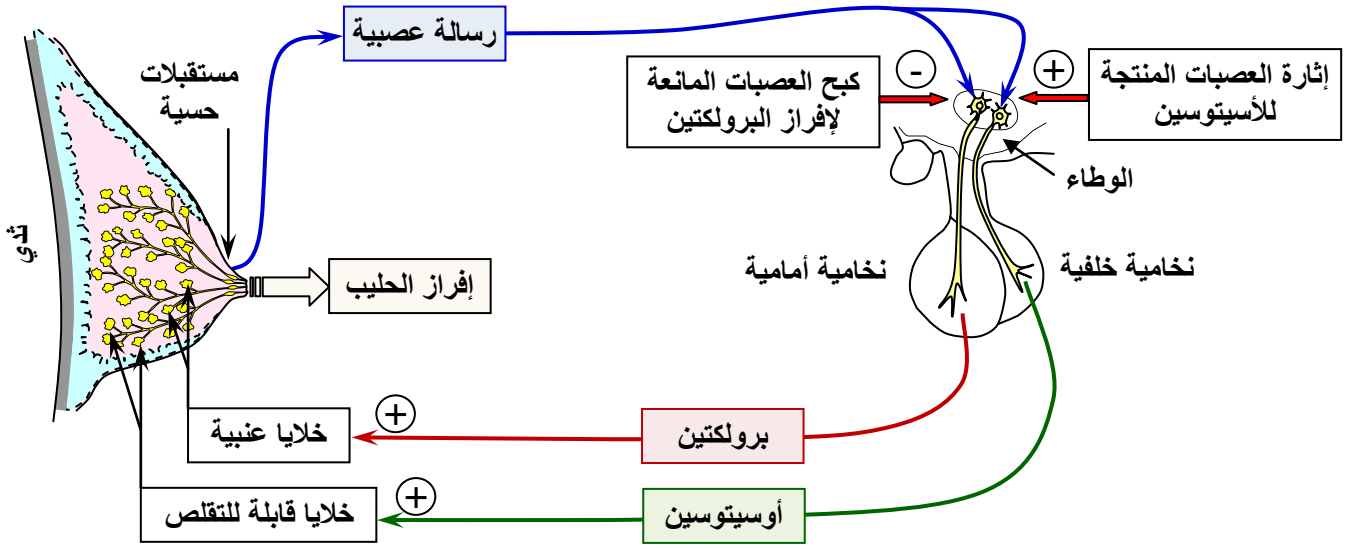
★ يجد حليب الأم مصدره في الخلايا المفرزة له على مستوى العنبات التي تتجمع على شكل فصوص. وتستمد هذه الخلايا موادها الأولية من الشعيرات الدموية المحيطة بها.

★ ينتفخ الثديان مع نهاية الحمل بتراكم الحليب، فيخرج حليب أولي "اللبأ" يكون غنيا بالبروتينات، ويتحول بالتدريج، بعد الوضع، إلى حليب عادي مع الإرضاع.

② آليات ضبط إفراز الحليب: أنظر الوثيقة 6

الوثيقة 6: آليات ضبط إفراز الحليب.

تعطي الخطاطة أسفله مختلف الآليات المتدخلة في ضبط إفراز الحليب عند المرأة



أثناء عملية الإرضاع، يؤدي امتصاص الرضيع لحلمة الثدي إلى تهييج نهاياتها العصبية، وخلق رسالة عصبية حسية مهيجة للوطاء، مما ينتج عنه إفراز هرمونات من نخامية الأم. حيث أن النخامية الأمامية تفرز هرمون البرولكتين الذي يهيج الخلايا العنبية المفرزة للحليب. والنخامية الخلفية تفرز هرمون الأوسيتوسين الذي يهيج الخلايا القابلة للتقلص والمحيطة بالفصيصات، الشيء الذي يؤدي إلى قذف الحليب.

ملحوظة:

تعتبر النسبة المرتفعة لهرمون البرولكتين بدم المرأة بعد الوضع، عاملا كابحا للاباضة، وبالتالي يعتبر عاملا منظما للنسل وذلك بمنع الحمل.

II – الإرضاع الطبيعي والإرضاع الاصطناعي: أنظر الوثيقة 7

الوثيقة 7: تركيب حليب الأم.

يعطي الجدول أسفله، تركيب حليب الأم مقارنة بحليب بعض الأنواع الحيوانية

أنواع الحليب		المرأة	البقرة	أنثى الماعز	النعجة	الفرس
محتوى الحليب (g/litre)	الألملاح	2	7	8	10	5
	السكريات	70	48	41	48	62
	الدهون	38	37	45	74	19
	البروتينات	9	34	29	55	25

1) قارن تركيب حليب الأم بتركيب حليب حيوانات ثديية أخرى، وابحث في اختلاف هذا التركيب وأثره على نمو الطفل.
2) بعد تعريف الإرضاع الطبيعي، حدد أهمية هذا الإرضاع وأسباب اللجوء إلى الإرضاع الاصطناعي.

1) يحتوي حليب الأم على عناصر الدهون بنوعية وكميات تناسب عمر الطفل وحاجته.
يتوفر حليب المرأة على نسبة مهمة من السكريات، وقد أثبتت الدراسات أهمية سكر اللاكتور لنمو وتطور الدماغ.
كما أن السكريات المعقدة لها دور في صحة الأمعاء وتخفف من الإمساك.

حليب الأم يحتوي البروتينات بنسبة اقل، وهذا المحتوى سهل الامتصاص بالكامل.
يحتوي حليب الأم على كميات متواضعة من الأملاح، لكن امتصاص هذه العناصر والفيتامينات عالي جدا وكذلك فاعليتهن.

2) الإرضاع الطبيعي هو الإرضاع بالثدي، وهي أحسن وسيلة يقدم بها الغذاء للرضيع. وينصح به الأطباء للاعتبارات التالية:

- ✓ حليب الأم غذاء كامل ومتوازن وسهل التمثيل، يستجيب لحاجات الطفل ويتضمن مضادات حيوية تحميه من عدة أمراض، وهو خال من الجراثيم.
- ✓ يمكن الإرضاع الطبيعي من إرساء علاقة عاطفية بين الأم والمولود من خلال الاتصال المباشر بينهما.
- ✓ يساعد الإرضاع الطبيعي على عودة رحم الأم إلى الحالة العادية التي كان عليها قبل الحمل.
- ✓ تقلل الرضاعة الطبيعية من احتمال الإصابة بسرطان الثدي.
- ✓ لا يتطلب الإرضاع الطبيعي تعقيم أدوات عند كل استعمال.
- ✓ الإرضاع الطبيعي اقتصادي لأنه مجاني ولا يفرض على الأسرة مصاريف إضافية.

أما الإرضاع الاصطناعي فهو تغذية المولود الجديد باستعمال قارورة الرضاعة (الرضاعة).
يلجأ إلى هذه الطريقة اختياريا (رفض الأم للإرضاع الطبيعي) أو إجباريا (إصابة الأم، غياب الحليب، ...)
لكن الحليب الاصطناعي يحتوي على كمية عالية من البروتينات يصعب هضمها، ودهنيات على شكل قطرات كبيرة يصعب تمثيلها. ويكون خاليا من مضادات الأجسام البشرية.