

الملف الثاني:

## الإرضاع

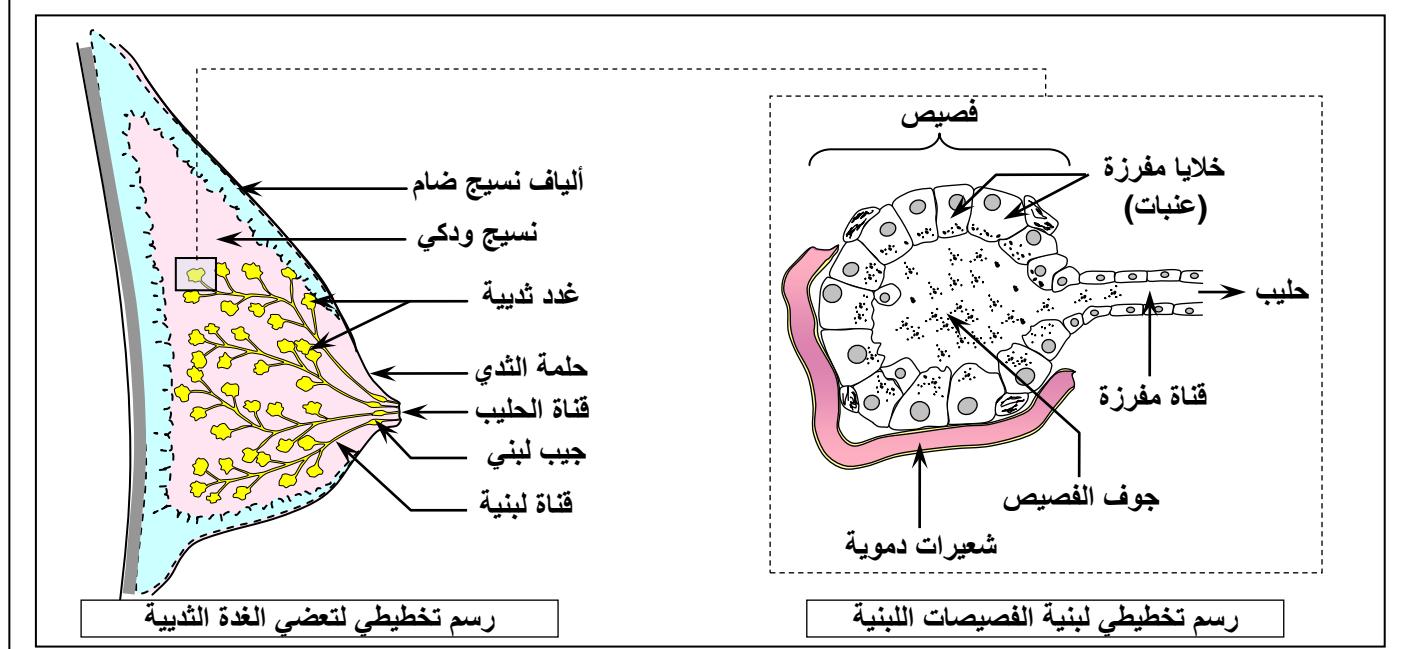
**مقدمة:** الإرضاع هو العملية التي يقدم بها الغذاء للرضيع، ونجد الإرضاع الطبيعي والإرضاع الاصطناعي. كان الإرضاع الطبيعي ولا يزال أهم طريقة لتغذية الطفل، وقد حاول الأطباء المختصون بالتغذية منذ عشرات السنين إيجاد بدائل لحليب الأم فكان الإرضاع الاصطناعي بحليب البقر أو الماعز أو الغنم بنساب وتمديدات مختلفة.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

- 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 الثدية وبنية الفصيصات.



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

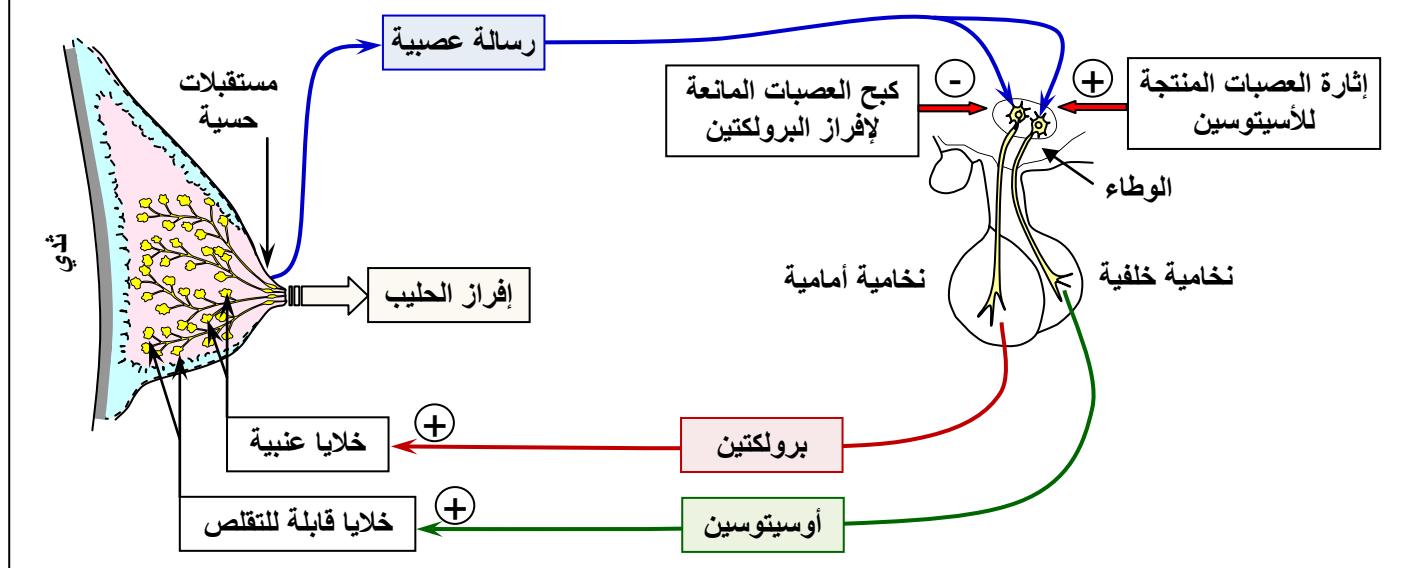
★ يجد حليب الأم مصدره في الخلايا المفرزة له على مستوى العنابات التي تجتمع على شكل فصوص. وتستمد هذه الخلايا موادها الأولية من الشعيرات الدموية المحيطة بها.

★ ينتفخ الثديان مع نهاية الحمل بتراكم الحليب، فيخرج حليب أولي "اللبا" 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 الخطة أسفله مختلف الآليات المتدخلة في ضبط إفراز الحليب عند المرأة



أثناء عملية الرضاع، يؤدي امتصاص الرضيع لحمة الثدي إلى تهيج نهاياتها العصبية، وخلق رسالة عصبية حسية مهيبة 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 الأوسيتونين الذي يهيج الخلايا القابلة للتقلص والمحيطة بالفصصيات، الشيء الذي يؤدي إلى قذف الحليب.

## ملحوظة:

تعتبر النسبة المرتفعة لهرمون البرولكتين بدم المرأة بعد الوضع، عاملًا كابحًا للإباضة، وبالتالي يعتبر عاملًا منظما للنساء وذلك بمنع الحمل.

## II – الرضاع الطبيعي والإرضاع الاصطناعي: أنظر الوثيقة 7

### الوثيقة 7: تركيب حليب الأم.

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

| الفرس | النعجة | أنثى الماعز | البقرة | المرأة | أنواع الحليب                                |
|-------|--------|-------------|--------|--------|---|
| 5     | 10     | 8           | 7      | 2      | الأملاح<br>السكريات<br>الدهون<br>البروتينات |
| 62    | 48     | 41          | 48     | 70     |   |
| 19    | 74     | 45          | 37     | 38     |   |
| 25    | 55     | 29          | 34     | 9      |   |

1) قارن تركيب حليب الأم بتركيب حليب حيوانات ثديية أخرى، وابحث في اختلاف هذا التركيب وأثره على نمو الطفل.

2) بعد تعريف الرضاع الطبيعي، حدد أهمية هذا الرضاع وأسباب اللجوء إلى الرضاع 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 اللاكتوز لنمو وتطور الدماغ. كما أن السكريات المعقدة لها دور في صحة الأمعاء وتحفظ من الإمساك.

حليب الأم يحتوي البروتينات بنسبة أقل، 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 العادمة 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.