مقاله مروری

مجلهٔ دانشگاه علوم پزشکی بابل
دوره پانزدهم، ویژه نامه ۱، زمستان ۱۳۹۱، صفحه ۲۰-۱۵

اسلام و تغذیه با شیر مادر

یداله زاهد پاشا (MD)[*۱]، ارمیا زاهد پاشا(MD)[۲]، مهرانگیز بالغی(BSc)[۳]

۱- مرکز تحقیقات بیماریهای غیر واگیر کودکان امیرکلا، دانشگاه علوم پزشکی بابل
۲- دانشگاه آزاد اسلامی تهران
۳- دانشگاه علوم پزشکی بابل

دریافت: ۹۱/۶/۲۹، اصلاح: ۹۱/۸/۱۷، پذیرش: ۹۱/۹/۱

خلاصه

سابقه و هدف: شیر مادر از نظر مواد غذایی و ایمنی بخش برای نوزادان ایده آل است. حضرت رسول اکرم (ص) فرمود: «لَیسَ لِلصَّبِیِّ لَبَنٌ خَیرٌ مِن لَبَنِ أُمِّهِ» یعنی برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست. این مطالعه به منظور بررسی اهمیت شیر مادر از دیدگاه اسلام انجام شده است.

روش کار: این مطالعه با گردآوری اطلاعات به شیوه کتابخانه ای از منابع معتبر قرآنی کتاب و سنت، قرآن کریم و سایر منابع فقه جهت جمع آوری روایات و احکام در رابطه با اهمیت شیر مادر و مقایسه آن با دانسته های امروزی انجام شده است.

یافته ها: قرآن کریم به شروع تغذیه با شیر مادر و تداوم آن تا ۲۴ ماه در آیه ۲۳۳ سوره بقره، آیه ۱۵ سوره احقاف، آیه ۱۴ سوره لقمان، آیه ۲۳ سوره نساء، آیه ۶ سوره طلاق، آیه ۲ سوره حج، آیه ۷ سوره قصص، آیه ۱۲ سوره قصص و احادیث دیگر تأکید کرده است.

نتیجه گیری: نتایج مطالعه نشان داد که ۱۴۰۰ سال پیش دین مبین اسلام بر تغذیه با شیر مادر بعنوان بهترین منبع تغذیه تأکید نموده است.

واژه های کلیدی: شیر مادر، اسلام، قرآن.

مقدمه

شیر مادر از نظر مواد غذایی و ایمنی بخشی یک غذای ایده آل برای نوزادان می باشد (۲و۱). متجاوز از ۱۴ قرن است که در منابع و آموزش های اسلامی با جامع ترین و زیباترین انگیزش ها نکات مهمی در باره شیر مادر در قالب توصیه ها و آموزش مطرح شده است. قرآن کریم که مهم ترین و اساسی ترین منبع و در حقیقت قانون اساسی اسلام است، در آیات متعدد و مستقیما در باره اهمیت شیر مادر تاکیده نموده است. مهمترین این آیات، آیه ۲۳۳ سوره بقره در خصوص شیر مادر می باشد(۳). «وَالْوَالِدَاتُ یُرْضِعْنَ أَوْلاَدَهُنَّ حَوْلَیْنِ کَامِلَیْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَن یُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَکِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لاَ تُکَلَّفُ نَفْسٌ إِلاَّ وُسْعَهَا لاَ تُضَآرَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلاَ مَوْلُودٌ لَّهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِکَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالاً عَن تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلاَ جُنَاحَ عَلَیْهِمَا وَإِنْ أَرَدتُّمْ أَن تَسْتَرْضِعُواْ أَوْلاَدَکُمْ فَلاَ جُنَاحَ عَلَیْکُمْ إِذَا سَلَّمْتُم مَّآ آتَیْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّ اللّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِیرٌ». مادران باید دو سال کامل فرزندان خود را شیر دهند، البته آن کسی که می خواهد شیردهی را کامل کند. حتی الامکان این هدیه پر برکت نباید از هیچ نوزادی دریغ گردد، زیرا امیرالمومنین (ع) می فرماید(۴): «ما مِنْ لَبَنٍ رُضِعَ بِهِ الصَّبِیُّ أَعْظَمَ بَرَکَةً عَلَیْهِ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ» هیچ شیری برای کودک پربرکت تر از شیر مادر نیست. حضرت رسول اکرم (ص) فرمود: « لَیسَ لِلصَّبِیِّ لَبَنٌ خَیرٌ مِن لَبَنِ أُمِّهِ» یعنی برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست. کامل ترین بیان در اهمیت تغذیه کودک با شیر مادر (بخصوص مادر خودش) را در بر دارد که می توان براساس یافته های علمی روز به تفسیر علمی این کلام مبادرت ورزید (۴). تقریبا سالانه ۴ میلیون نوزاد و اکثرا در کشورهای در حال توسعه فوت می نمایند و یک مطالعه گزارش نمود که تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول و تداوم آن تا یکسالگی ممکن است سالانه از مرگ ۱/۳ میلیون شیرخوار بکاهد (۵). در قرآن کریم نیز حداقل ۸ بار به اهمیت شیر مادر اشاره شده است (۱۲-۶). از مضمون این آیه، «یَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ کُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَ تَضَعُ کُلُّ ذاتِ حَمْلٍ حَمْلَها ...» (۱۰). هم آغوشی شیرخوار و مادرش استنباط می شود. امروزه بحث هم اتاقی مادر و کودک یا به اصطلاح Rooming in مورد تأکید است، تا کودک را پس از ولادت از مادر جدا نسازند و در همان اتاق نزدیک مادر قرار دهند (۱۴و۱۳). شکل تکامل یافته هم اتاقی، هم آغوشی است. تماس هرچه نزدیک تر مادر و شیرخوار، لمس بدن، بوییدن، نگاه کردن و فکر کردن به کودک توسط مادر در افزایش ترشح پرولاکتین و اکسی توسین نقش دارد (۱۰). تغذیه با شیر مادر در ساعت اول تولد بوسیله سازمان جهانی بهداشت نیز در قدم چهارم اقدام ۱۰ گانه توفیق تغذیه با شیر مادر در بیمارستان دوستدار کودک مورد تاکید

* مسئول مقاله:
آدرس: بابل بیمارستان کودکان امیرکلا، تلفن: ۵-۳۲۴۲۱۵۱-۰۱۱۱
e-mail: yzpasha@yahoo.com

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]

قرار گرفت (۱۴). «عن رسول اللّه‌صلی الله علیه وآله‌انه قال فی حدیثٍ "و سید الأشربهٔ اللبن".» (۱۵) «پیامبر خدا صلی الله علیه وآله‌فرمود: شیر سرور نوشیدنیهاست.» «عن امیرالمؤمنین‌علیه السلام، أنه قال: اللبن أحد اللحمین.» (۱۶) «امام علی‌علیه السلام‌فرمود: شیر یکی از دو گوشت است.» که شیر آخرین غذای پیامبر – صلوات الله علیه و آله و سلم – بود. بر طبق این روایات برای آخرین بار که آن حضرت لب به غذا زد شیر نوشید و پس از آن غذایی نخورد. بدین سان در کودکی چون قدم مبارک در این گیتی نهاد شیر نوشید و چون در آستانه رحلت و پیوستن به رحمت الهی بود نیز شیر نوشید و در واقع شیر آغازین و فرجامین غذای او بود (۱). این مطالعه به منظور بررسی اهمیت شیر مادر از دیدگاه منابع اسلام انجام شده است.

روش کار

این مطالعه با گردآوری اطلاعات به شیوه کتابخانه ای از منابع معتبر قرآنی کتاب و سنت، قرآن کریم و سایر منابع فقه جهت جمع آوری روایات و احکام در رابطه با اهمیت شیر مادر و مقایسه آن با دانسته های امروزی انجام شده است.

یافته ها

الف) آیه ۲۳۳ سوره البقره:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَن يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لاَ تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلاَّ وُسْعَهَا لاَ تُضَآرَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلاَ مَوْلُودٌ لَّهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالاً عَن تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلاَ جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدتُّمْ أَن تَسْتَرْضِعُواْ أَوْلاَدَكُمْ فَلاَ جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُم مَّآ آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّ اللّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ (۳)

و مادران فرزندانشان را دو سال کامل شیر دهند، این برای کسی است که بخواهد دوران شیرخوارگی را به حد کمال برساند و خوراک و پوشاک آنان در حد عرف بر عهده پدر فرزند است، هیچ‌کس جز به اندازه توانش مکلف نمی‌شود، هیچ مادری نباید به خاطر فرزندش رنجه شود و نیز نباید پدر به خاطر فرزندش رنجه شود، وارث [و قیم] نیز همین حکم را دارد، و اگر به توافق و مشورت، قصد از شیر گرفتن فرزند را کردند، گناهی بر آنان نیست، و اگر خواستید برای فرزندانتان دایه بگیرید، چون به درستی دستمزد آنان را بپردازید، گناهی بر شما نیست، و از خداوند پروا کنید و بدانید که خدا از کار و کردار شما آگاه است.

ب) آیه ۱۵ سوره الاحقاف:

وَ وَصَّيْنَا الإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْرًا حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ (۶)

و به انسان سفارش کرده‌ایم که در حق پدر و مادرش نیکی کند [چرا که] مادرش به دشواری او را آبستن بوده و به دشواری او را زاده است، و [دوران] بارگرفتن و از شیر گرفتن او سی‌ماه است، تا آنکه به کمال رشدش برسد و به چهل‌سالگی برسد گوید پروردگارا مرا توفیق ده که نعمتی را که بر من و بر پدر و مادرم ارزانی داشتی سپاس بگزارم و کارهای شایسته‌ای کنم که آن را بپسندی، و زاد و رود مرا نیز به صلاح‌آور، من به درگاه تو توبه کرده‌ام و من از مسلمانانم.

ج) آیه ۱۴ سوره لقمان

وَ وَصَّيْنَا الْإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ (۷)

و انسان را در حق پدر و مادرش سفارش کردیم که مادرش او را با ضعف روزافزون، آبستن بوده است، [و شیر دادن] و از شیر گرفتن او دو سال به طول انجامیده، برای من و پدر و مادرت سپاس بگزار که سیر و سرانجام به سوی من است.

د) آیه ۶ سوره الطلاق

أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنتُم مِّن وُجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُّوهُنَّ لِتُضَيِّقُوا عَلَيْهِنَّ وَإِن كُنَّ أُولَاتِ حَمْلٍ فَأَنفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّى يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ وَأْتَمِرُوا بَيْنَكُم بِمَعْرُوفٍ وَإِن تَعَاسَرْتُمْ فَسَتُرْضِعُ لَهُ أُخْرَى (۹)

زنان را در همانجا که خود سکنا دارید، در حد وسعتان سکنا دهید، و به آنان زیان مرسانید که عرصه را بر آنان تنگ بگیرید، و اگر [مطلقات] باردار باشند، خرجشان را بدهید تا آنکه وضع حمل کنند، و اگر برای شما [نوزاد را] شیر دادند، پس اجرتشان را بپردازید، و در میان خود به نیکی رایزنی کنید، و اگر به توافق نرسیدید [زن] دیگری او را شیر دهد.

و) آیه ۲ سوره الحج

يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّآ أَرْضَعَتْ وَ تَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَ تَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَ مَا هُمْ بِسُكَارَى وَ لَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ (۱۰).

روزی که آن را ببینید هر زنی که در حال شیر دادن است، آن را که به او شیر می‌دهد به کلّی از یاد می‌برد و هر زن بارداری بار خود را می‌نهد و مردم را مست بینی در حالی که مست نیستند بلکه عذاب خدا سخت است.

و) آیه۷ سوره القصص

وَأَوْحَيْنَا إِلَى أُمِّ مُوسَى أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكِ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ (۱۱).

و به مادر موسی وحی کردیم که او را شیر ده و چون بر او بیمناک شدی او را در نیل بینداز و مترس و اندوه مدار که ما او را به تو بازمی‌گردانیم و از [زمره] پیمبرانش قرار می‌دهیم.

و) آیه۱۲ سوره القصص

وَحَرَّمْنَا عَلَيْهِ الْمَرَاضِعَ مِن قَبْلُ فَقَالَتْ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَى أَهْلِ بَيْتٍ يَكْفُلُونَهُ لَكُمْ وَهُمْ لَهُ نَاصِحُونَ (۱۲)

و از پیش شیر دایگان را بر او حرام گردانیده بودیم پس [خواهرش آمد و] گفت آیا شما را بر خانواده‌ای راهنمایی کنم که برای شما از وی سرپرستی کنند و خیرخواه او باشند.

امام صادق(ع) در حدیث اول می فرمایند:

حد واجب شیر دادن ۲۱ ماه است و به هر میزان که از ۲۱ ماه کمتر شود، کمتر از حد لازم شیر داده است، و اگر بخواهد دوره شیردهی را کامل و تمام کند پس لازم است ۲ سال تمام شیر بدهد. ایشان در حدیث دیگری می فرمایند: حد ضروری شیر دادن ۲۱ ماه است و آنچه که کمتر از این مدت شیر داده شود ستمی است که بر کودک رفته است (۱۷).

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]

نوشیدنِ شیر هیچ زیانی به آدمی نمی‌رساند و چربیهای نهفته در آن نیز برای آدمی سودمند است. شیر نه تنها هیچ زیانی برای انسان ندارد بلکه فواید متنوع و متعددی در آن است که قرآن کریم به آن با کلمه «منافع» اشاره کرده است:«و الأنعام خلقها لکم فیها دِفءٌ و منافع و منها تأکلون.» (۱۸).

شیر سرشار از مواد گوناگون حیاتی است. در آن مواد معدنی از قبیل سدیم، پتاسیم، کلسیم، منیزیم، روی، مس، آهن، فسفر، کلر، ید و گوگرد موجود است. در شیر گازهای اکسیژن، ازت و اسید کربنیک نیز وجود دارد. در آن مواد قندی به صورت لاکتوز می‌باشد و دارای ویتامینهای «ب»، «پ»، «آ» و «د» است. شاید به سبب همین ویژگیها و امثال آن است که سلمان فارسی از پیامبر خدا صلی الله علیه وآله‌چنین نقل می‌کند: «قال رسول اللّه‌صلی الله علیه وآله‌سیّد الأشربهٔ اللّبن.» (۱۵) «شیر آقای نوشیدنیهاست.» در روایتی دیگر از پیامبر خداصلی الله علیه وآله‌نقل شده است:«لیس یَجْزی مکان الطعام و الشراب إلاّ اللّبن.» (۱۵) «تنها شیر است که می‌تواند جای آب و غذا را بگیرد (انسان را از تشنگی و گرسنگی نجات دهد).»

حضرت امام علی بن موسی الرضا – علیه‌السلام – از اجداد پاکش نقل می‌کند که پیامبر خدا – صلوات الله علیه و آله و سلم – هر وقت غذایی می‌خورد چنین دعا می‌کرد:« اللَّهُمَّ بَارِکْ لَنَا وَ ارْزُقْنَا خیراً مِنْهُ.» «خدایا! به ما برکت عنایت کن و بهتر از آن را روزی ما فرما.» اما هرگاه شیر می‌نوشید چنین دعا می‌کرد: «اللَّهُمَّ بَارِکْ لَنَا فِی وَ ارْزُقْنَا مِنْهُ.» «خدایا آن (شیر) را برای ما مبارک گردان و از آن روزی ما فرما.» (۱۹). در حدیث دیگری آمده است که آن حضرت هرگاه شیر می‌نوشید چنین دعا می‌کرد:«اللهم بارک لنا وزدنا منه.» «خدایا! آن را برای ما مبارک کن و بیش از این از آن به ما عنایت کن.»و هنگامی که غذای دیگری میل می‌فرمود، چنین دعا می‌کرد:«اللهم بارک لنا فیه و أبدلنا به خیراً منه.»«خدایا این غذا را مبارک گردان و بهتر از آن را نصیب ما فرما.» (۱۹). دعاهای پیامبر خدا به هنگام نوشیدن شیر در مقایسه با دعای آن حضرت در زمان خوردن دیگر غذاها نشانگر اهمیت شیر و قدر گرانِ آن و برتری آن بر بسیاری از غذاهاست. سرویس بهداشت همگانی ایالات متحده Healthy people 2010(HP 2010) به منظور افزایش سلامت مادران و کودکان هشت هدف را تا سال ۲۰۱۰م، بیان نمود که یکی از این اهداف، افزایش نسبت مادران شیرده به ۷۵ درصد است، مطالعات نشان داده است که ترویج و تشویق برنامه دار شیردهی با پستان، سبب افزایش فراوانی و مدت شیردهی می شود (۲۰).

سازمان بهداشت جهانی WHO در سال ۲۰۰۷م، روزهای ۷-۱ آگوست، را به عنوان هفته شیرمادر نام گذاری کرد و شعار او این بود که شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول پس از زایمان جان یک میلیون کودک را از مرگ نجات می دهد (۲۱). اوتیت میانی، گاستروانتریت، عفونت های تنفسی، آتوپی، درماتیت و آسم، چاقی، دیابت تیپ ۱ و ۲ و لوسمی، لنفوم، آنتروکولیت نکروزان و مرگ ناگهانی در شیر مادر خواران کمتر است (۲۲). مطالعه ای در غنا رابطه قوی تاخیر شروع تغذیه با شیر مادر را با افزایش عوامل مرگ نوزادان تائید نمود (۲۳).

بحث و نتیجه گیری

آیات فوق علاوه بر نقش تغذیه با شیر مادر از دقایق اول زندگی، به بهداشت و تداوم آن نیز تأکید دارد. مطالعه Zahed Pasha و همکاران نیز نشان داد که شروع تغذیه با شیر مادر در ۶۰ دقیقه اول در تداوم تغذیه انحصاری با شیر مادر موثر است (۲۴). در قرآن کریم نیز به شیردهی تا ۲۴ ماه پس از تولد تأکید شده است (۷و۳).

در آیات قرآن به مسئله خویشاوندی رضاعی، پیوستگی و انس مادر شیر ده و طفل شیر خوار نیز اشاره شده است (۱۰و۸). آیه ۲۳۳ سوره بقره با «وَالْوَالِدَاتُ یُرْضِعْنَ أَوْلادَهُنَّ حَوْلَیْنِ کَامِلَیْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ یُتِمَّ الرَّضَاعَةَ» آغاز می شود. در این آیه به جای کلمه متعارف ام به معنای مادر از کلمه والدات (جمع والده) استفاده شده است. والده به مادری گفته می شود که کودک را زاییده است در حالی که معنای ام، هم مادر و هم کسی را که برجایگاه مادری نشسته شامل می شود. به عبارت دیگر حق شیردادن متعلق به والده است (۳). با همه اهمیت شیر مادر در آیه ۲۳۳ سوره بقره عبارت «ولا تضار والده بولدها ولا مولود له بولده» ناظر بر مسائل مهم دیگری است که نباید از نظر دور بماند. برخی محققین از همین بخش آیه به عنوان یک مصداق ضرورت فاصله گذاری منطقی میان زایمان ها را مورد توجه قرار داده اند.

به لحاظ اهمیت فوق العاده اهمیت استمرارتغذیه کودک با غذای مناسب هم در آیه ۲۳۳ سوره بقره و هم در آیه ۶ سوره طلاق بر ضرورت مشاوره کارشناسی درمورد چگونگی از شیر گرفتن کودک تاکید شده است (۹و۳). بخش پایانی آیه مورد اشاره در سوره بقره با طرح اهمیت مساله تغذیه کودک باشیرمادر هشدار دهنده اوست و برنظارت خدا در این خصوص تاکید خاص دارد (۳).

اگر چه در روایات متعددی این موضوع مورد اشاره اجمالی است، از مفاد ۱۵ سوره احقاف نیز به وضوح می توان مناسب بودن تغذیه شیر خوار نارس با شیر مادر خودش را دریافت (۶). مادرانی که کودکان نارس بدنیا می آورند، تا حدود ۲ هفته تا ۲۱ روز آغوز ترشح می کنند، در حالی که مدت ترشح آغوز در کودکان غیر نارس ۵-۴ روز است. این نکته با توجه به عدم کمال سیستم ایمنی نوزاد نارس بسیارجالب و شگفت انگیز و در عین حال مؤید بی مانندی شیر مادر است. از مضمون آیه ۲ سوره حج، هم آغوشی شیرخوار و مادر استنباط می شود (۱۰). امروزه بحث هم اتاقی مادر و کودک یا به اصطلاح Rooming in مورد تاکید است تا کودک را پس از ولادت از مادر جدا نسازند و در همان اتاق نزدیک مادر قرار دهند. شکل تکامل یافته هم اتاقی هم آغوشی است. تماس هرچه نزدیک تر مادر و شیر خوار، لمس بدن، بوییدن، نگاه کردن و فکر کردن به کودک توسط مادر در افزایش ترشح پرولاکتین و اکسی توسین نقش دارد (۱۴و۱۳).

رعایت حقوق فرزندان توسط والدین، بارها مورد تاکید قرار گرفته است. اما در میان عواملی که تاکید بیشتر در مورد حقوق مادر را مطرح می کنند، از شیر دادن مادر به فرزند نام برده شده است. این نکته در بخش آغازین آیه ۱۵ سوره احقاف مطرح گردیده است (۶).

شیر مادر به عنوان نمونه ای آشکار از لطف و عنایت پروردگار نسبت به انسان و جلوه ای از حکمت بالغه الهی در قالب مناجات، ادعیه و رهنمود های بهداشتی، حقوقی، اجتماعی معصومین (ع) مطرح گردیده است (۴). این کلام رسا از حضرت رسول اکرم (ص) که فرمود: « لیس للصبی لبن خیر من لبن امه» یعنی برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست، کاملترین بیان در اهمیت تغذیه کودک با شیر مادر (بخصوص مادر خودش) را در بردارد که می توان بر اساس یافته های علمی روز به تفسیر علمی این کلام مبادرت ورزید (۴). این جمله مبارک امیر المؤمنین که کودک با هیچ شیری تغذیه نمی شود که به اندازه شیر

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]

مادر خودش مبارک و یا با برکت باشد نیز همانند کلام حضرت رسول اکرم (ص) بیانی کامل، نغز و پر مغز و در عین کوتاهی در بردارنده دنیایی از اطلاعات و همه سونگری است (۴).

جایگاه آغوز در تامین سلامت و بقاء کودک در حساس ترین ایام حیات نوزاد و تاکیدات مکرر روایات بر استفاده از شیر مادر از آغاز ولادت کودک منشاء صدور فتاوای وجوب بهره مند ساختن نوزاد از آغوز شده است. گرچه فقهای معاصر به واجب بودن تغذیه کودک با آغوز همانند برخی اسلاف خود مستقیما" فتوا نمی دهند اما به کار گیری تدابیری راکه تامین کننده سلامت و بقاء کودک است ضروری می دانند.

در روایات اسلامی با استناد به آیه ۱۵ سوره احقاف حداقل زمان شیر دادن به کودک ۲۱ ماه و حد مطلوب و کامل آن با استناد به آیه۲۳۳ سوره بقره ۲۴ ماه ذکر شده است. دادن غذای تکمیلی را نیز از زمان رویش اولین دندان های شیری پیشین فک تحتانی (۶ ماهگی) توصیه فرموده اند (۶و۳).

در چندین روایت بر کفایت شیر مادر در تامین آب و غذای کودک هنگامی که به طور انحصاری مورد استفاده قرار می گیرد (تا سن ۶ ماهگی) تاکید شده است. لذا آنچه که امروزه به عنوان نتیجه تحقیقات علمی روز، در کفایت شیر مادر به هنگام تغذیه انحصاری Exclusive Breast Feeding عنوان می شود، در روایات معصومین علیهم السلام از پیش مطرح بوده است. جابر بن عبدا... انصاری از حضرت رسول اکرم (ص) نقل می کند که فرمود: خداوند متعال روزی کودک را در دو پستان مادر قرار داده است. در بخشی آب و در بخش دیگر غذای او را و از هنگام ولادت کودک، به تناسب نیاز هر روز وی، روزی متناسب آن روز او را مقرر فرموده است (۴).

در توصیه حضرت امام صادق (ع) به همسرشان با تاکید به شیر دادن از هر دو پستان در هر بار شیر دادن به تامین آب و غذای کودک اشاره شده است. دانش روز ثابت کرده رقیق بودن شیری که درآغاز هر بار شیر خوردن دریافت می شود برای تامین آب مورد نیاز و رفع حس تشنگی کودک است و به عکس ترکیب شیر پسین که چرب تر، غلیظ تر و متراکم تر است سبب سیر شدن کودک می شود (۱۷). اگر چه فعلا تاکید خاصی روی شیر دادن از هر دو پستان در هر با شیر دادن نمی کنند، اما در روایات نقل شده از معصومین علیهم السلام از جمله دو روایتی که در مورد تغذیه انحصاری کودک با شیر مادر مطرح شد، این تاکید وجود دارد که با عنایت به تغییر ترکیب شیر پیشین و پسین بهتر است در هر بار شیر دادن اول یک پستان تخلیه و سپس از پستان دیگر استفاده شود تا هم شیر با کیفیت مناسبتر در اختیار کودک قرار گیرد و هم تحریک شیر سازی در هر دو پستان صورت گیرد. همان روایت ذکر شده در مورد تغذیه انحصاری کودک با شیر مادر، جای تامل بسیار دارد و از موضوع شگفت انگیز تغییر تدریجی ترکیب شیر مادر در طول دوران شیردهی حکایت می کند. این تغییرات با تغییرات نیاز های غذایی و ایمونولوژیک شیرخوار هماهنگ است و در عین حال که انسان می تواند همین شیر مادر را به مثابه مائده الهی، تابلوی حکمت خداوندی ببیند در همان حال نیز خاضعانه در برابر غنای آموزشهای اسلامی و همه سونگری و هماهنگی آن ها با اسرار خلقت زانو بزند.

از حضرت امام جعفر صادق (ع) نقل شده که آغوش چپ مادر، جایگاه مناسب تر شیرخوار است و تحقیقات نیز، دلیل این ترجیح را توضیح می دهد (۱۷). از آیات و منابع اشاره شده استنباط می شود که با توجه به مساله ترویج تغذیه کودک با شیر مادر، حق شیر دادن در درجه اول با مادر است و متقابلا کودک نیز در درجه اول حق بهره مندی از شیر مادر خود را خواهد داشت. حق حضانت کودک در دوران شیرخواری با مادر است. مادر می تواند برای شیر دادن طلب هزینه کند. پدر و سرپرست کودک برای بهره مند ساختن کودک از شیر مادر مسئولیت دارند. طول مدت شیر دادن کامل ۲۴ ماه قمری (۲ سال کامل) است. حداقل مدت شیر دادن برای کودکی که دوران ۹ ماه زندگی جنینی را به پایان برده ۲۱ ماه است. به هنگام از شیر گرفتن مشاوره و گفتگو برای چگونگی انجام گرفتن این کار به نحوی که زیانی متوجه کودک و سلامت او نگردد ضروری است. مساله شیر دادن به کودک مساله بسیار مهمی است و لازم است در چنین امر مهمی تقوای خدا پیشه کنند و امر و نهی او را مراعات نمایند. مناسب ترین غذا برای کودک شیر مادر خود اوست حتی اگر نوزاد نارس متولد شده باشد.

یکی از دلایل ضرورت رعایت حقوق مادر، حقی است که مادر به دلیل شیر دادن به کودک دارد. شیر دایه با شرایط ویژه، موجب پیوند خویشاوندی رضاعی میان شیردهنده و نیز همسر شیردهنده و شیرخوار و بستگان آن میگردد. در دوران شیرخوارگی جایگاه مناسب کودک شیرخوار، آغوش مادر یا کنار اوست. دین مبین اسلام ۱۴۰۰ سال قبل تغذیه با شیر مادر و تداوم آن را توصیه نموده و تاکنون نیز روز آمد می باشد.

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]

Islam and Breastfeeding

Y. Zahed Pasha (MD) [1*], E. Zahed-Pasha (MD) [2], M. Baleghi (BSc) [3]

1. Non-Communicable Pediatric Diseases Research Center, Amirkola Children's Hospital, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran
2. Islamic Azad University, Tehran Branch, Tehran, Iran
3. Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran

J Babol Univ Med Sci; 15 (Suppl 1); Winter 2013; pp: 15-20

Received: Sep 19th 2012, Revised: Nov 7th 2012, Accepted: Nov 21st 2012.

ABSTRACT

BACKGROUND AND OBJECTIVE: Breastfeeding is considered as ideal nourishment because it provides more immunity for neonates. As Prophet Mohammad said: there is no milk better than mother`s milk for infants. The aim of this study was to assess the importance of breast milk from Islam's point of view.

METHODS: In this study, library method was used to gather information from valid resources such as religious books, tradition, Holy Quran and the other jurisprudence resources for collecting Islamic provisions and stories related to the importance of breast milk and now is updated.

FINDINGS: The Holy Quran has emphasized to start breastfeeding and continue it for 24 months in Surah Al-Baqarah, Verse 233; Surah Al-Ahqaf, Verse 15; Surah Al-Luqman, Verse 14; Surah An-Nisa, Verse 23; Surah At-Talaq, Verse 2; Surah Al-Hajj, Verse 2; Surah Al-Qasas, Verse 7 and Surah Al-Qasas, Verse 12.

CONCLUSION: The results indicate that 1400 years ago, Islam emphasized on breastfeeding as the best source of nutrition.

KEY WORDS: *Breastfeeding, Islam, The Holy Quran.*

[*] **Corresponding Author;**
Address: Non-Communicable Pediatric Diseases Research Center, Amirkola Children's Hospital, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran
Tel: +98 111 3242151-5
E-mail: yzpasha@yahoo.com

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]

References

1.Walker A. Breast milk as the gold standard for protective nutrient. J Pediatr 2010;156(Suppl 2):S3-7.
2.Castellote C, Casillas R, Ramirez Santana C, et al. Premature delivery influences the immunological composition of colostrum and transitional and mature human milk. J Nutr 2011;141(6):1181-7.
3.The Holy Quran. Surah Al-Baqarah, Verse 233.
4.Sheikh Horr-e-Ameli M. Wasail Al-Shia. 1st ed. Beirut: Dar Ehya al-Torath al-Arabi Publications 1992; pp: 7, 9, 15-18, 483.
5.Mullany LC, Katz J, Li YM, et al. Breast-feeding patterns, time to initiation, and mortality risk among newborns in southern Nepal. J Nutr 2008;138(3):599-603.
6.The Holy Quran, Surah Al-Ahqaf, Verse 15.
7.The Holy Quran, Surah Al-Luqman, Verse 14.
8.The Holy Quran, Surah An-Nisa, Verse 23.
9.The Holy Quran, Surah At-Talaq, Verse 6.
10. The Holy Quran, Surah Al-Hajj, Verse 2.
11.The Holy Quran, Surah Al-Qasas, Verse 7.
12.The Holy Quran, Surah Al-Qasas, Verse 12.
13.UNICEF. Islamic Republic of Iran. Breastfeeding: A simple way to save young lives. Tehran, August 1st 2006.
14.Chalmers B, Levitt C, Heaman M, et al. Breastfeeding rates and hospital breastfeeding practices in Canada: a national survey of women. Birth 2009;36(2):122-32.
15.Mohaddes Noori MH. Mustadrak Al Wasail. Vol 16. Hadith 3. Qom: Al al-Byte Institute 1987; p: 373.
16.Mohaddes Noori MH. Mustadrak Al Wasail. Vol 16. Hadith 6. Qom: Al al-Byte Institute 1987; p: 16
17.Esfahani MM. Breast feeding and foster kinship. 1st ed. Tehran: Iran University of Medical Sciences Publications 1995; p: 98.
18.The Holy Quran, Surah An-Nahl, Verse 5.
19.Koleini M. Osol Kafi .Translated by Kohkamarehie MB. Qom: Osveh Publications 2001; p: 67: [in Persian].
20.Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Breastfeeding trends and updated national health objectives for exclusive breastfeeding united states, birth years 2000-2004. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2007;56(30):760-3.
21.WHO. Global strategy on infant and young child feeding. World Health Organization 2007.
22.Ip S, Chung M, Raman G, et al. Breastfeeding and maternal and infant health outcomes in developed countries. Evid Rep Technol Assess (Full Rep) 2007;153:1-186.
23.Edmond KM, Kirkwood BR, Tawiah CA, Owusu Agyei S. Impact of early infant feeding practices on mortality in low birth weight infants from rural Ghana. J Perinatol 2008;28(6):438-44.
24.Zahed-Pasha E, Zenoozi F, Baleghi M, Bijani A, Zahed Pasha Y. J Babol Univ Med Sci 2012;14(6):17-24. [in Persian]

[DOR: 20.1001.1.15614107.1391.15.1.2.1]
[DOI: 10.18869/acadpub.jbums.15.1.15]