

اسلام و تغذیه با شیر مادر

یدالله زاهد پاشا (MD)*، ارمیا زاهد پاشا (MD)، مهرانگیز بالغی (BSc)**

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 اینمنی بخش برای نوزادان ایده آل است. حضرت رسول اکرم (ص) فرمود: «لَيْسَ لِلصَّبَّىٰ لَبَنُ خَيْرٌ مِّنْ 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 میان اسلام بر تغذیه با شیر مادر بعنوان بهترین منبع تغذیه تأکید نموده است.

واژه های کلیدی: شیر مادر، اسلام، قرآن.

مقدمه

«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). تقریباً سالانه ۴ میلیون نوزاد و اکثرا در کشورهای در حال توسعه فوت می نمایند و یک مطالعه گزارش نمود که تغذیه انحرافی 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 (۶-۱۲). از مضمون این آیه، «يَوْمَ تَرَوْتَهَا تَذَهَّلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّاْ أَرْضَعَتْ وَتَضَعُّ كُلُّ ذَاتٍ حَمْلٍ حَمْلَهَا...» (۱۰). هم آگوشی شیرخوار و مادرش استنباط می شود. امروزه بحث هم اتفاقی مادر و کودک یا به اصطلاح in Rooming مورد تأکید است، تا کودک را پس از ولادت از مادر جدا نسازند و در همان اتفاق نزدیک مادر قرار دهند (۱۳) و (۱۴). شکل تکامل یافته هم اتفاقی، هم آگوشی 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 تأکید

شیر مادر از نظر مواد غذایی و اینمنی بخشی یک غذای ایده آل برای نوزادان می باشد (۱۶). متجاوز از ۱۴ قرن است که در منابع و آموخته های اسلامی با جامع ترین و زیباترین انگیزش ها نکات مهمی درباره شیر مادر در قالب توصیه ها و آموخته مطرح شده است. قرآن کریم که مهم ترین و اساسی ترین منبع و در حقیقت قانون اساسی اسلام است، در آیات متعدد و مستقیماً در باره اهمیت شیر مادر تأکید نموده است. مهمترین این آیات، آیه ۲۳۳ سوره بقره در خصوص شیر مادر می باشد (۳). «وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوَّلَنَّ كَامِلَنَّ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتَّبِّعَ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكَسُوْتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تَكُفُّ نَفْسُ إِلَّا وَسُعْهَا لَا تَضُرَّ وَإِلَهَ بِوْلَهَا وَلَا مَوْلُودُ لَهُ يَوْلَهَا وَعَلَى الْوَارِثِ مُثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَ أَنْ فَضَالًا عَنْ تَرَاضِيِّ مَهْمَهَا وَتَشَاءُرِ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدُتُمْ أَنْ سَتَّسْبِيُّوْنَ أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا تَعْمَلُونَ بَصِيرَةً». 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 امیرالمؤمنین (ع) می فرماید (۴): «مَا مِنْ لَبَنٍ رُّضِعَ بِهِ الصَّبَّىٰ أَعْظَمَ بِرَكَةً عَلَيْهِ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ» هیچ شیری برای کودک پر برکت تراز شیر مادر نیست. حضرت رسول اکرم (ص) فرمود: «لَيْسَ لِلصَّبَّىٰ لَبَنُ خَيْرٌ مِّنْ لَبَنِ

* مسئول مقاله:

آدرس: بابل بیمارستان کودکان امیرکلا، تلفن: ۰۳۳۴۲۱۵۱-۱۱۱

مادرم ارزانی داشتی سپاس بگزارم و کارهای شایسته‌ای کنم که آن را پیسندي، و زاد و رود مران بزی به صلاح‌آور، من به درگاه تو توبه کرده‌ام و من از مسلمانانم.

ج) آیه ۱۴ سوره لقمان

وَ وَصَيْنَا إِلَيْنَا إِنْسَانَ بِوَالدِّيَهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهُنَّ عَلَىٰ وَهُنْ وَفِصَالُهُ فِي عَامِينِ أَنْ اشْكُرُ لِي وَلِوَالِيْكَ إِلَيَّ الْمُصِيرُ^(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 انجمادیه، برای من و پدر و مادرت سپاس بگزار که شیر و سراجام به سوی من است.

د) آیه ۶ سوره الطلاق

أَسْكِنِهُنَّ مِنْ خَيْثُ سَكَنْتُمْ مَنْ وَجَدْكُمْ وَلَا تُنْصَرُوهُنْ يَتَضَيَّقُوا عَلَيْهِنَّ وَإِنْ كُنْ أُولَاتِ حَمْلٍ فَأَنْقَفُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّىٰ يَعْصَنَ حَمْلَهُنَّ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ قَاتُهُنَّ أُجُورَهُنَّ وَأَنْتُرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ وَإِنْ تَعَاشُتُمْ فَسَرُّضُخْ لَهُ أُخْرَى^(۸)

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 [مطلوبات] باردار باشند، خرچشان را بدھید 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 تَرَوَّهَا تَنْهَلُ كُلُّ مُرْضِعٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتٍ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَ تَرَى النَّاسَ سَكَارِيَ وَ مَا هُنْ بِسُكَارِيِ وَ لَكِنْ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ^(۹)

روزی که آن را ببینید هر زنی که در حال شیر دادن است، آن را که به او شیر می‌دهد به کلی 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) آیه ۷ سوره القصص

وَأَوْحَيْنَا إِلَيْ أُمٌّ مُؤْسَيٍ أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا حَفَتْ عَلَيْهِ فَالْقِيَهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَحَافِي وَلَا تَحْرُبِي إِنَّ رَادُهُ إِلَيْكِ وَجَاعِلُهُ مِنَ الْمُرْسِلِينَ^(۱۰)

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

و) آیه ۱۲ سوره القصص

وَحَرَّمَنَا عَلَيْهِ الْمَرَاجِعَ مِنْ قَبْلُ فَقَاتَ هُلْ أَذْكُمْ عَلَىٰ أَهْلٍ بَيْتٍ يَكْفُلُهُنَّ لَكُمْ وَهُمْ لَهُ نَاصِحُونَ^(۱۱)

و از پیش شیر دیگران 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.^(۱۲)

قرار گرفت (۱۴). «عن رسول الله صلى الله عليه وآله انه قال فى حديث "و سيد الأشربة للبن".» (۱۵) «پیامبر خدا صلی الله عليه وآل‌هـ فرمود: شیر سرور نوشیدنیهاست.» «عن امیر المؤمنین عليه السلام، أنه قال: البن أحد اللحمين.» (۱۶) «امام على عليه السلام فرمود: شیر یکی از دو گوشت است.» که شیر آخرین غذای پیامبر - صلوات الله عليه و آلـه و سلم - بود. بر طبق این روایات برای آخرين بار که آن حضرت لب به غذا زد شیر نوشید و پس از آن غذایي نخورد. بدین سان در کودکی چون قدم مبارک در این گيتی نهاد شیر نوشید و چون در آستانه رحلت و پیوستن به رحمت الهی بود بز شیر نوشید و در واقع شیر آغازین و فرجامین غذای او بود (۱). این مطالعه بهمنظور 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 فقهه 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 بِرُضْعِنَ أَوْلَادُهُنَ حَوَّلْنَ كَابِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتَمَ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَ وَكَسُوْتُهُنَ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلِّفُ نَفْسَ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَهُ بِوَلَدِهِ وَلَا مَوْلُودُ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلَ ذَيْكَ فَإِنْ أَرَادَ أَنْ تَرَاضِي مِنْهُمَا وَتَسْأَوِرُ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَمْتُمْ مَا أَتَيْتُ بِالْمَرْوُفِ وَلَنْقُوا اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَسِيرٌ^(۱۳)

و مادران فرزنداتشان را دو سال کامل شیر دهنده، این برای کسی است که بخواهد دوران شیرخوارگی را به حد کمال برساند و خوارک و پوشک آنان در حد عرف بر عهده پدر فرزند است، هیچ کس جز به اندازه توانش مکلف نمی‌شود هیچ مادری نباید به خاطر فرزندش رنجه شود و بز نباید پدر به خاطر فرزندش رنجه شود، وارت [و قیم] نبیز همین حکم را دارد، و اگر به توافق و مشورت، قصد از شیر گرفتن فرزند را کردن، گناهی بر آنان نیست، و اگر خواستید برای فرزنداتان 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 وَصَيْنَا إِلَيْنَا إِنْسَانَ بِوَالدِّيَهِ إِخْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلَهُ وَفِصَالُهُ لَمَلَثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشْدَهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبُّ أَرْبَعَنِي أَنْ اشْكُرْ بِعَيْنِكَ أَنْتِ أَعْمَلْتَ عَلَىٰ وَعَلَىٰ وَالِدَيْهِ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي دُرْبِيْتِي إِنِّي تُبَتِّلُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ^(۱۴)

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 سی ماه است، تا آنکه به کمال رشدش برسد و به چهل سالگی برسد گوید پروردگارا مرا توفیق ده که نعمتی را که بر من و بر پدر و

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 (۳) (۲۷).

در آیات قرآن به مسئله خوبشاندنی رضاعی، پیوستگی و انس مادر شیر ده و طفل شیر خوار نیز اشاره شده است (۱۰ و ۸۰). آیه ۲۳۳ سوره بقره با «أَوْلُ الْدَّاتِ» يُرْضِعُنَ أَوْلَادُهُنَّ حَوَّيْنَ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتَمَّ الرَّضَاعَةً» آغاز می شود. در این آیه به جای کلمه متعارف ام به معنای مادر از کلمه والدات (جمع والده) استفاده شده است. والد به مادری گفته می شود که کودک را زایدی است در حالی که معنای ام، هم مادر و هم کسی را که بر جایگاه مادری نشسته شامل می شود. به عبارت دیگر حق شیردادن متعلق به والد است (۳). با همین اهمیت شیر مادر در آیه ۲۳۳ سوره بقره عبارت «وَلَا تضَارِ الْوَالِدَ بُوْلَدَهَا وَلَا مُولَودَ لَهُ بُولَدَهَا» ناظر بر مسائل مهم دیگری است که نباید از نظر دور بماند. برخی محققین از همین بخش آیه به عنوان یک مصدق ضرورت فراصله گذاری منطقی میان زایمان‌ها را مورد توجه قرار داده اند.

به لحاظ اهمیت فوق العاده اهمیت استمرار تغذیه 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 تأکید شده است (۹ و ۳۰). بخش پایانی آیه مورد اشاره در سوره بقره با طرح اهمیت مساله تغذیه کودک با شیر مادر هشدار دهنده اوست و بمنظارت خدا در این خصوص تأکید خاص دارد (۳).

اگر چه در روایات متعددی این موضوع مورد اشاره اجمالی است، از مفاد ۱۵ سوره احالف نیز به وضوح می توان مناسب بودن تغذیه شیر خوار نارس با شیر مادر خودش را دریافت (۶). مادرانی که کودکان نارس بدنی می آورند، تا حدود ۲ هفته تا ۲۱ روز آگوز ترشح می کنند، در حالی که مدت ترشح آگوز در کودکان غیر نارس ۴-۵ روز است. این نکته با توجه به عدم کمال سیستم ایمنی نوزاد نارس بسیار جالب و شگفت‌انگیز 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 اتفاقی مادر و کودک یا به اصطلاح *in Rooming* مورد تأکید است تا کودک را پس از ولادت از مادر جدا نسازند و در همان اتفاق نزدیک مادر قرار دهند. شکل تکامل یافته 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 (۱۴ و ۱۳).

رعایت حقوق فرزندان توسط والدین، بارها مورد تأکید قرار گرفته است. اما در میان عواملی که تأکید 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 احلاف 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: «لَيْسَ لِلصَّبِيِّ لِبَنِ امَّهٖ» 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

نوشیدن شیر هیچ زیانی به آدمی نمی رساند و چربیهای نهفته در آن نیز برای آدمی سودمند است. شیر نه تنها هیچ زیانی برای انسان ندارد بلکه فواید متعدد و متعددی در آن است که قرآن کریم به آن با کلمه «مَنَافِع» اشاره کرده است: «وَالْأَئْمَامُ خَلَقُهَا لَكُمْ فِيهَا دِفَءٌ وَ مَنَافِعٌ وَ مِنْهَا تَأْكُلُونَ.» (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، ازن و اسید کربنیک نیز وجود دارد. در آن مواد قدری به صورت لاکتوز می باشد و دارای ویتامینهای «ب»، «ب۲»، «آ» و «د۴» است. شاید به سبب همین ویژگیها و امثال آن است که سلمان فارسی از پیامبر خدا صلی الله عليه وآل‌هی وآل‌چنین نقل می کند: «قال رسول الله صلی الله عليه وآل‌هی وآل‌شيبة اللَّبَن». (۱۵) «شیر آفای نوشیدنیهاست.» در روایتی دیگر از پیامبر خدا صلی الله عليه وآل‌هی وآل‌نفل شده است: «لَيْسَ يَعْجِزُ مَكَانُ الطَّعَامِ وَ الشَّرَابِ إِلَّا لَبَنٌ.» (۱۵) «تنها شیر است که می تواند جای آب و غذا را بگیرد (انسان را از تشنگی و گرسنگی نجات دهد).»

حضرت امام علی بن موسی الرضا - علیه السلام - از اجداد پاکش نقل می کند که پیامبر خدا - صلوات الله عليه و آله و سلم - هر وقت غذایی می خورد چنین دعا می کرد: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَ ارْزُقْنَا خَيْرًا مِنْهُ.» «خدای! به ما برکت عنایت کن و بهتر از آن را روزی ما فرمای.» اما هرگاه شیر می نوشید چنین دعا می کرد: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي وَ ارْزُقْنَا مِنْهُ.» «خدای! آن (شیر) را برای ما مبارک گردان و از دنیا منه.» «خدای! آن را برای ما می نوشید چنین دعا می کرد: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي وَ ارْزُقْنَا مِنْهُ.» «خدای! آن روزی ما فرمای.» (۱۹). در حدیث دیگری آمده است که آن حضرت هرگاه شیر آن روزی ما فرمای.» می بخواهد این دعا می کرد: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَزَدْنَا مِنْهُ.» «خدای! آن را برای ما مبارک کن و بیش از آن از آن به ما عنایت کن.» و هنگامی که غذا دیگری می فرمود، چنین دعا می کرد: «اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي وَ ارْزُقْنَا بِخَيْرًا مِنْهُ.» «خدای! این غذا را مبارک گردان و بهتر از آن را نصیب ما فرمای.» (۱۹). دعاها پیامبر خدا به هنگام نوشیدن شیر در مقایسه با دعای آن حضرت در زمان خوردن دیگر غذاها نشانگر اهمیت شیر و قدر گران آن و برتری آن بر بسیاری از غذاهast. سرویس بهداشت همکاری ایالات متحده (HP 2010) به منظور افزایش سلامت مادران و کودکان هشت هدف را تا سال ۲۰۱۰ میان 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 ۲۰۰۷، روزهای ۱-۷ آگوست، را به عنوان هفته شیر مادر 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، آنوفی، درماتیت و آسم، چاقی، دیابت تیپ ۱ و ۲ و لوسومی، لنقوم، آنتروکولیت نکروزان و مرگ ناگهانی در شیر مادر خواران کمتر است (۲۲). مطالعه ای در غنا رابطه قوی تا خیر 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

یک پستان تخیله 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 تعذیه انحصاری کودک با شیر مادر، جای تامل بسیار دارد و از موضوع شکفت انجیز تعییر تدریجی ترکیب شیر مادر در طول دوران شیردهی حکایت می‌کند. این تغییرات با تغییرات نیاز های غذایی و ایمونولوژیک شیرخوار هماهنگ است و در عین حال که انسان می‌تواند همین شیر مادر را به مثابه مانده الهی، تابلوی حکمت خداوندی بینند در همان حال نیز خاصعنانه در برابر غنای آموزش‌های اسلامی و همه سونگری و هماهنگی آن ها با اسرار خلقت زانو بزنند.

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 می‌دهد (۱۷). از آیات و منابع اشاره شده استنبط می‌شود که با توجه به مساله ترویج تعذیه کودک با شیر مادر، حق شیر دادن در درجه اول با مادر است و متقابلاً 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 می‌تواند 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 ۲۶ ماه قمری (۲ سال کامل) است. حداقل مدت شیر دادن برای کودکی که دوران ۹ ماه زندگی جنبی را به پایان برد 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 مراجعات 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 تعذیه با شیر مادر و تداوم آن را توصیه نموده و تاکنون نیز روز آمد می‌باشد.

مادر خودش مبارک و یا با برکت باشد نیز همانند کلام حضرت رسول اکرم (ص) بیانی کامل، نفخ 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 فتاوی و جوب بهره مند ساختن نوزاد از آغوز شده است. گرچه فقهای معاصر به واجب بودن تعذیه کودک با آغوز همانند برخی اسلاف خود مستقیماً "فروا نمی دهند اما به کار گیری تدبیری را که تامین کننده سلامت و بقاء کودک است ضروری می‌دانند.

در روایات اسلامی با استناد به آیه ۱۵ سوره احتفاف حدائق زمان شیر دادن به کودک ۲۱ ماه و حد مطلوب و کامل آن با استناد به آیه ۲۳۳ سوره بقره ۲۴ ماه ذکر شده است. دادن غذای تکمیلی را نیز از زمان رویش اولین دندان های شیری پیشین فک تختانی (۶ ماهگی) توصیه فرموده اند (عو۳).

در چندین روایت بر کفایت شیر مادر در تامین آب و غذای کودک هنگامی که به طور انحصاری مورد استفاده قرار می‌گیرد (تا سن ۶ ماهگی) تاکید شده است. لذا آنچه که امروزه به عنوان نتیجه تحقیقات علمی روز، در کفایت شیر مادر به هنگام تعذیه انحصاری Exclusive Breast Feeding عنوان می‌شود، در روایات معصومین علیهم السلام از پیش مطرح بوده است. جابر بن عبدا... انصاری از حضرت رسول اکرم (ص) نقل می‌کند 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 در آغاز هر بار شیر خوردن دریافت می‌شود برای تامین آب مورد نیاز و رفع حس تنفسی کودک است و به عکس ترکیب شیر پسین که چرب تر، غلیظ تر و متراکم تر است سبب سیر شدن کودک می‌شود (۱۷). اگر چه فعلاً تاکید خاصی روی شیر دادن از هر دو پستان در هر با شیر دادن نمی‌کنند، اما در روایات نقل شده از معصومین علیهم السلام از جمله دو رواتی که در مورد تعذیه انحصاری کودک با شیر مادر مطرح شد، این تاکید وجود دارد که با عنایت به تعییر ترکیب شیر پیشین و پسین بهتر است در هر بار شیر دادن اول

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

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]