تأثير الرضاعة الطبيعية على الأم

The Effect Of Preastfeeding On The Infant Mother

مفيدة عنصر، نور الدين داودي

[1] جامعة باتنة 1(الجزائر)

[2] جامعة محمد بن أحمد وهران 2 (الجزائر)

تاريخ الاستلام : 2019-02-20 ؛ تاريخ المراجعة : 2019-07-16 ؛ تاريخ القبول : 2019-09-30

ملخص :

تم إجراء مسح شامل للأمهات المرضعات في كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية و قد بلغ عددهن 37 مفردة ، و قد أجريت هذه الدراسة في الفترة الممتدة من 2018/09/05 إلى 2019/01/08و ذلك عن طريق استمارة استبيان وزعت عليهن و شملت عدة معلومات عن عدد الأطفال و المدة الفاصلة بين حملين متتاليين و غيرها من المعلومات و المرفقة في نهاية البحث .

و قد تبين من خلال هذا البحث أن مفردات العينة يعتمدن على الرضاعة الطبيعية لوحدها في تغذية صغارهم بنسبة 54.05 %في حين 35.13 % يعتمدن على الرضاعة المزدوجة لصعوبة الاعتماد على الرضاعة الطبيعية لوحدها .

كما تبين من خلال هذا الاستبيان التأثير الايجابي للرضاعة الطبيعية على صحة الأم و الطفل .

الكلمات المفتاح : الرضاعة الطبيعية ، الأم

Abstract :

A comprehensive survey of lactating mothers was conducted in the faculty of social and human sciences . the study was conducted in the period from 05/09/2018 to 08/01/2019 through a questionnaire distributed to them . information on the number of children and the interval between two consecutive pregnancies and other information attached at the end of the research .

The study found that the sample is based on breastfeeding only 54.05%,while 35.13% are dependent on dual breastfeeding ,and breastfeeding can be relied solely on maternal and child health.

Keywords : Effect of breastfeeding ;Infant mother.

تمهيد :

من القيم الاجتماعية المعروفة في المجتمع الجزائري ، تفضيل الأسرة الممتدة عن الأسرة النووية ، و أن كثرة الأبناء سند للآباء في المستقبل كما أنه يضمن البقاء و الاستمرار لهذه الأسرة ، بالإضافة إلى اعتبارهم قوة بشرية لها و تعتبر قضية الإنجاب مسألة عائلية تخضع في أغلب الأحيان لإرادة كبار السن خاصة عند حديثي الزواج ، حيث تحرص العائلات الجزائرية على ترقب أول رضيع لهم و لا تحبذ تأجيل الإنجاب الأول لأي سبب من الأسباب ، كما أن أغلب هذه العائلات تفضل كثرة الأطفال الصغار داخل المنزل ، غير أن الواقع السكاني و الصحي في الجزائر يفرض علينا التخلي نوعا ما على هذه القيمة الاجتماعية ، أو التقليل منها من أجل الحفاظ على صحة أفراد المجتمع لا سيما صحة الأم ا و ذلك من خلال تباعد الولادات الخاصة بكل أم في إطار تنظيم الأسرة و المباعدة بين الولادات و الاهتمام بصحة الرضيع و منحه أول حق من حقوقه الذي منحه له المولى عزوجل و هو الرضاعة الطبيعية لقوله تعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم " وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ"

حيث يبين الله عزوجل في هذا الجزء من الآية 233 من سورة البقرة أهمية الرضاعة الطبيعية للرضيع

"فالإرضاع الأمومي يمثل المعيار الإحيائي –البيولوجي – لنوع البشري ، و لبن الأم عيار الذهب في تغذية الطفل ، فإنه ليس لزما علينا البرهنة على أنه أفضل من الألبان الصناعية بل بألا حرى قد يكون على عاتق صناعتيها السعي لإثبات أن لمنتجاتهم فاعلية لبن الأم أو تقريبا ما يماثلها فلا يستطيع صناع هذه الألبان إنتاج مقدار قطرة من لبن الأم " [1] فهو من صنع الله عزوجل و معجزة من معجزاته.

إذن الرضاعة الطبيعية هي أسهل و أسرع و أفضل لطرق التي تعتمد عليها الأم في تغذية رضيعها فلا تحتاج إلى تسخين و إعادة تبريد الماء ، كما أنها لا تحتاج إلى تعقيم و تطهير الزجاجة الخاصة بالإرضاع ، و بالتالي يمكن القول بأن الأم لا تحتاج إلى أي تحضيرات قبل أو بعد عملية الإرضاع ، كما أن للرضاعة الطبيعية فضلا كبيرا في تقديم غذاء نقي وصحي للرضيع ، فما يشهده البشر اليوم من تلوث كبير في مختلف المجالات التي تحيط به ملموسة أو محسوسة ، فالجراثيم المنتشرة في الغذاء الذي نتناوله و في الماء الذي نشربه و في الهواء الذي نستنشقه مما يؤثر سلبا على فعالية الرضاعة الاصطناعية .

كما تعتبر الرضاعة الطبيعية رابط عاطفي قوي يربط بين الأم و رضيعها باستمرار و على طول 24 ساعة في الليل و النهار ، فالأم لا تستطيع أن ترضع صغيرها و هي بعيدة عنه على عكس الرضاعة الاصطناعية حيث تعتمد الأم على شخص بديل كما أنه يمكنها الاعتماد على بعض الأشياء المحيطة بالرضيع مثل الوسادة في حالة عدم وجود مساعد ، و عليه فالرضاعة الطبيعية ليست مجرد وسيلة لتغذية الرضيع بل "في الواقع تمثل الوسيلة التي يحصل بها الطفل على التواصل الحسي الذي يساعده على النمو ، و من الحقائق العلمية التي توصل إليها الباحثون منذ عدة أعوام أن التلامس الجسدي المباشر يعد أمرا ضروريا للنمو الطبيعي للأطفال "[2].

و تساعد الرضاعة الطبيعية على نمو الرضيع بشكل جيد بعيدا عن مختلف الأمراض الباطنية و الجسمية فحليب الأم صحي لأنه يحتوي على أجسام مضادة بالإضافة إلى أنه غير منتهية الصلاحية مثلما هو الحال عند استخدام الحليب الاصطناعي كما " أن الأطفال الذين يرضعون من أمهاتهم بشكل تام أو شبه تام رضاعة طبيعية كاملة و تامة أي عدم إعطاء الطفل أي شيء أخر إلى جانب حليب أمه جعلهم أقل تعرضا للأمراض من الأطفال الآخرين ، كما تجعلهم أقل عرضة للأمراض التنفسية و للإسهال و سوء التغذية . ". [3]

و تجدر الإشارة إلى أن الرضاعة الطبيعية لمدة عامين متتالين نكون أكثر نفعا من الرضاعة الطبيعية لمدة سنة أو ستة أشهر ، كما أن الرضاعة الطبيعية لوحدها أحسن من الرضاعة المختلطة.

و بالتالي فإن الرضاعة الطبيعية لا توفر ما يلزم لمعالجة الطفل في حالة المرض فحسب بل إنها تقلل من استهلاك الأدوية و الأعشاب و بالتالي فهي تساعد على توفير مبالغ مالية معتبرة .

و بطبيعة الحال فإن تأثير الرضاعة الطبيعية على صحة الرضيع يقابله تأثيرها على صحة الأم ، مما يدفعنا إلى طرح التساؤل التالي :

-كيف تؤثر الرضاعة الطبيعية على الأم ؟

I.1- هدف الدراسة : تهدف دراسة تأثير الرضاعة الطبيعية على الأم إلى الكشف عن مختلف الآثار التي تتعرض لها الأم المرضع و ذلك بعد النزول إلى الميدان و معرفة أراء مجموعة من الأمهات اللواتي اعتمدنا الرضاعة الطبيعية في تغذية صغارهم .

---

[1] سوزان كلود ، جوفو ديدرجان : الرضاعة مصدر صحة للأم و الطفل ، مكتبة الرشد ، الرياض ، المملكة العربية السعودية ، الطبعة الأولى ، 2007 ، ص.9.

[2] سو كوكس : الرضاعة الصحية ، ترجمة قسم الترجمة بدار الفاروق ، ط 1 ، الجيزة ، دار الفاروق للاستثمارات الثقافية، 2007 ،ص. 32.

[3] منير عبد الله كرادشة : علم السكان الديمغرافيا الاجتماعية ، ط 1 ، أربد ، الأرد ، عالم الكتب الحديث للنشر و التوزيع ، 2008 ، ص.218.

I.2- تحديد مفاهيم الدراسة : إن بعض الحدود المستعملة في الدراسة العلمية من اجل طرح السؤال أو الفرضية أو هدف البحث تأخذ صيغة مفاهيم . هذه الأخيرة ما هي في الواقع إلا تصورات ذهنية لمجموعة متنوعة من الدارسات العلمية المختلفة ، و فيما يلي سيتم تحديد و توضيح بعض المتغيرات المتعلقة بالدراسة :

مفهوم الرضاعة :

1 – الرضاعة لغة : " الرِّضاع والرِّضاعة معناهما واحد ، وهما بفتح الراء وكسرها ، وقد رَضِعَ الصبي أمه ، بكسر الضاد ، يرضَعَها ، بفتحها ، رضعاً ورَضَاعاً ورضاعة .

قال الجوهري : ويقول أهل نجد : رَضَع يَرْضِعُ ، بفتح الضاد في الماضي وكسرها في المضارع – رضعاً ، كضرب ، يضرب ، ضرباً وأرضعته أمه ، وامرأة مرضع ، أي لها ولد ترضعه ، فإن وصفتها بإرضاعه قلت مرضعة".[4]

2- الرضاعة اصطلاحا : عرّف بعض العلماء الرضاع: "بأنه وصول لبن امرأة لجوف صغير يتغذى باللبن"[5]

وقال آخرون "هو وصول لبن آدمية إلى جوف طفل لم يزد عمُره على حولين كاملين لمن أراد أن يتم الرضاعة"[6] .

3- التعريف الإجرائي للرضاعة الطبيعية :

عملية تغذية الطفل الرضيع على حليب الأم، والتي تكون إما بشكل مباشر من الثدي إلى فم الرضيع، أو بشكل غير مباشر عبر شفط حليب الأم من الثدي ومن ثم إعطائه للرضيع عبر الرضاعة.

مفهوم الصحة :

01 مفهوم الصحة في اللغة العربية : "البرء من كل عيب أو ريب فهو صحيح أي سليم من العيوب و الأمراض "[7].

02 مفهوم الصحة في منظمة الصحة العالمية : "ليست مجرد غياب الاعتلال أو المرض ، إنما تعني أيضا الشعور بالحال او الوضع الحسن و الجيد و الكامل في القوى العقلية و الفيزيقية و الاجتماعية "[8] .

03 المفهوم الإجرائي لصحة الأم : يقصد بصحة الأم في هذه الدراسة بالحالة النفسية ، العقلية و الاجتماعية السليمة للأم أثناء القيام بعملية الرضاعة و بعد الفطام .

II - طريقة إجراء البحث: بعد تحديد هدف الدراسة يتم فيما يلي حصر المجتمع الأصلي للموضوع ، الذي يتمثل في كل الأمهات المرضعات بكلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية بجامعة عباس لغرور خنشلة ، و تجدر الإشارة إلى أن الأمهات اللواتي قمنا بالرضاعة الطبيعية في السنوات السابقة لدراسة أو يقمنا بها في فترة الدراسة ، و قد تم الاعتماد على المسح الكلي لمجتمع الدراسة حيث تحصلنا على 37 مفردة في الكلية تتوفر فيها شروط البحث هذه 37 مفردة موزعة :

17 أستاذة .

17 إدارية .

03 عاملة نظافة .

---

[4] نظر اللسان والقاموس مادة " رضع " .

[5] ،الصادق عبد الرحمان الغرياني : مدونة الفقه المالكي و أدلته ، ط 1 ، مؤسسة الريان ، ص . 3.

[6] عبد الرحمان الجزيري : الفقه في المذاهب الاربعة ، دار المكتبة العالمية ، ص .4.

[7] ، ماهر عبد الوهاب الملاح ، فايزة محمد رجب بهنسي : صحة المجتمع ط 1 ، الاسكندرية ، مصر ،2017 ،ص.9.

[8] عبد الحميد جفال ، عمار سيدي دريس : التنمية الصحية و علاقتها بالتنمية البشرية ، ط 1 ، عمان ، الأردن ، دار الأيام للنشر و التوزيع ، 2016 ، ص 19.

و قد امتدت الفترة الزمنية لهذه الدراسة من 2018/09/05 إلى غاية 2019/01/08 و تم الاعتماد على أداة الاستبيان لجمع البيانات و ضم هذا الاستبيان مجموعة من الأسئلة موزعة على ثلاثة محاور ، المحور الأول موسوم ب البيانات العامة : و قد ضم مجموعة من الأسئلة حول العمر و المدة الفاصلة بين حملين متتاليين عند كل واحدة منهن و المستوى الثقافي و كذلك المستوى الاجتماعي لهن أما المحور الثاني فقد تم وسمه ب الرضاعة الطبيعية و صحة الأم : ضم بدوره مجموعة من الأسئلة حول نوع الرضاعة التي تعتمد عليها الأم في تغذية صغيرها و كيف تدربت على استخدامها و سبب اختيارها لهذا النوع و أثر الرضاعة الطبيعية على صحتها و أخيرا المحور الثالث الذي تضمن سؤالا واحدا مفتوحا من أجل إعطاء الفرصة للأمهات المرضعات للتعبير عن أرائهن بكل صراحة و دون التقييد بإجابات محددة و كذلك تقديم مختلف النصائح للأجيال القادمة حول الرضاعة الطبيعية .

تفريغ و تحليل بيانات الدراسة :

الجدول رقم (01) : يبين توزيع أفراد العينة حسب الفئات العمرية :

الفئات العمرية	عدد التكرارات	النسبة المئوية
[26-35]	11	29.72%
]36-45]	21	56.75%
]46-55]	05	18.50%
أكثر من 55	00	00%
المجموع	37	100%

المصدر : إستمارة الإستبيان السؤال رقم 01.

من خلال الجدول رقم 01: يتضح أن النسب المئوية لأعمار الأمهات المرضعات و ذلك حسب الفئات العمرية العشرية حيث بلغت نسبتهن في الفئة 26-35 ما يقارب 29.72 بالمائة في حين بلغت نسبتهن في الفئة العمرية من (36-45(حوالي 56.75 بالمائة لتبلغ النسبة 18.50 بالمائة في الفئة العمرية (46-55(و تنعدم هذه النسبة عند الأعمار الأكثر من 55 سنة و عليه يمكن القول بأن الفئة العمرية الممتدة من 36 سنة إلى 45 سنة هي الفئة الغالبة على مجتمع الدراسة و هذا الشيء منطقي فهو العمر الذي ترتفع فيه نسبة الزواج و بالتالي ترتفع فيه نسبة الأمهات ، كما أن النساء العاملات يكثرنا في هذه الفئة العمرية أما الفئة العمرية الممتدة من 56 إلى 55 سنة فوجدنا أن نسبتها المئوية صغيرة جدا و كذلك وجدنا أن كل الأمهات قمنا بالرضاعة في السنوات السابقة للدراسة و أغلبهن جدات ، أما فيما يخص الأمهات الأكثر من 55 سنة فقد جاءت معدومة و هذا ما يتماشى و متطلبات العمل .

الجدول رقم (02) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب المدة الفاصلة بين حملين متتاليين

المدة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
سنتين	20	54.05%
أربع سنوات	08	21.62%
أكثر من أربع سنوات	09	24.32%
المجموع	37	100%

المصدر : إستمارة الاستبيان السؤال رقم 02

من خلال الجدول رقم 02: يتضح أن النسب المئوية للمدة الفاصلة بين حملين متتاليين أو بعبارة أخرى المدة الفاصلة بين الولادة و الولادة التي تليها ، حيث نجد أن نسبة المرضعات اللواتي يفصلنا بين الولادات المتتالية بحوالي سنتين هي أكبر نسبة و قدرت ب 54.05 بالمائة و من خلال توزعنا للاستبيان وجدنا أن أغلبهن أستاذات تزوجنا في سن متأخر –كنا منشغلات بمواصلة الدراسة و الرقى العلمي –و كانت هذه المباعدة قصيرة محاولة منهن الحفاظ على صحة المولود الأول و في نفس الوقت الحصول على عدد الأطفال المرغوب فيه قبل دخولهن سن اليأس ، أما المدة الفاصلة الثانية و المقدرة بأربع سنوات فقد قدرت نسبتها المئوية ب 21.62 بالمائة و هي أقل نسبة تحصلنا عليها في هذه الدراسة و يمكن إرجاع السبب في هذه المدة إلى كون المرضعة تأخذ قسط من الراحة بعد الرضاعة و السهر مع المولود الأول كما آنها تحاول تعليمه الاعتماد على نفسه في بعض الأشياء البسيطة كالأكل و الشرب و لبس ملابسه بمفرده و تحاول استرجاع لياقاتها من أجل حمل موالي في ظروف صحية جيدة ، و في الفترة الأخيرة و المقدرة ب أربع سنوات فما فوق فقد تم تقدير النسبة المئوية ب 24.32 بالمائة أغلبهن ذات مستوى اجتماعي متوسط و حليبهن لا يكفي لإشباع رضيعهن، بالإضافة إلى وجود بعض المبحوثات اللواتي يرجعن السبب في ذلك إلى ظروفهن الصحية بسبب مضعفات الولادات القيصرية .

الجدول رقم (03) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى الثقافي :

المستوى الثقافي	عدد التكرارات	النسب المئوية
لا تقرأ و لا تكتب	0	0%
ابتدائي	0	0%
متوسط	0	0%
ثانوي	03	0.81%
جامعي	17	45.94%
جامعي فما فوق	17	45.94%
المجموع	37	100%

المصدر : استمارة الاستبيان السؤال رقم (03)

من خلال الجدول رقم 03 يتضح أن النسب المئوية للمستوى الثقافي للمرضعات حيث تم وضع مجموعة من المستويات منها لا تقرأ و لا تكتب ، ابتدائي ،متوسط و التي قدرت نسبتها المئوية ب 0 بالمائة ظننا منا أن عاملات النظافة ذوات مستوى ثقافي ضعيف ، لكن تفاجئنا من مستواهن الثقافي حيث كان أضعف مستوى ثقافي في مجتمعنا هو الثانوي بنسبة 0.81 بالمائة و هي نسبة ضعيفة جدا و في نفس الوقت نسبة منطقية إذا ما ركزنا على المجال المكاني الذي أجرينا فيه الدراسة الميدانية ، لنحصل على نسبتين متساويتين في المستوى الجامعي و جامعي فما فوق و المقدرة ب 45.94 بالمائة و هي تمثل المستوى الثقافي للإداريات و الأستاذات المتواجدات في الكلية .

الجدول رقم (04): يمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى الاجتماعي:

المستوى الاجتماعي	عدد التكرارات	النسب المئوية
متدني	05	13.51%
متوسط	22	53.45%
جيد	10	27.02%
المجموع	37	100%

المصدر: استمارة الاستبيان السؤال رقم 04.

من خلال الجدول رقم 04 يتضح أن نسبة المستوى الاجتماعي للمرضعات ما بين متدني و بلغت نسبته 13051 بالمائة و هي أقل نسبة تم تسجيلها في حين تم تسجيل نسبة 59.45 بالمائة في المستوى المتوسط و هي أكبر نسبة و يمكن القول بان المستوى الاجتماعي المتوسط هو ما ينطبق على المجتمع الجزائري بصفة عامة و المجتمع الخنشلي بصفة خاصة فمجتمعنا متقارب في مستواه الاجتماعي في ظل الظروف المختلفة التي يعيش فيها لنحصل على نسبة 27.02 بالمائة من ذوات المستوى الاجتماعي الجيد .

الجدول رقم (05) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب نوع الرضاعة المعتمد عليها :

نوع الرضاعة	عدد التكرارات	النسب المئوية
رضاعة طبيعية	20	54.05%
رضاعة اصطناعية	00	00%
رضاعة مختلطة	17	45.73%
المجموع	37	100

المصدر : استمارة الاستبيان السؤال رقم 05

التعليق : من خلال الجدول رقم 05: يتضح أن نسبة كل نوع من أنواع الرضاعة التي تعتمد عليها الأم المرضع ما بين رضاعة طبيعية

و اصطناعية و مختلطة حيث احتلت الرضاعة الطبيعية الصدارة ب 54.05 بالمائة و هي نسبة مرتفعة في حين تتعدم نسبة الأمهات اللواتي يعتمدنا على الرضاعة الاصطناعية في تغذية صغارهم و ما تبقي من المرضعات فإنهن يعتمدنا على الرضاعة المختلطة و المقدرة نسبتهن ب 45.73 بالمائة و عليه يمكن القول بان كل الأمهات في مجتمع البحث قمنا بالاعتماد على الرضاعة الطبيعية وهذا شي جيد توصلت إليه الدراسة من بين هذه الأمهات هناك 54.05 بالمائة كمية الحليب لديهن كافية لرضيع و الباقي كمية الحليب لديهن غير كافية لرضيع مما أضطرهم إلى مساعدة صغارهم بالرضاعة الاصطناعية كما تجدر بنا الإشارة إلى وعي هؤلاء الأمهات بأهمية الرضاعة الطبيعية .

الجدول رقم (06) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب مدة الرضاعة للام:

المدة	عدد التكرارات	النسب المئوية
ستة أشهر	13	35.13%
سنة	13	35.13%
سنتين	11	29.72%
المجموع	37	100%

المصدر: استمارة الاستبيان السؤال رقم 06

يتضح من الجدول رقم 06 أن نسبة المدة الزمنية التي تستغرقها المرضع قبل فطم صغيرها و قد وجدنا أن نسبة الرضاعة لمدة ستة أشهر و سنة متساوية و قدرت ب 35.13 بالمائة لكل مدة ، في حين قدرت نسبة الرضاعة لمدة سنتين كما حثنا المولى عزوجل ب 29.72 بالمائة و عند تحليلينا لهذه النسبة وجدنا أنها ضئيلة جدا إذا ما قارناها بالمستوى الثقافي و الاجتماعي لأفراد العينة فكلهن مثقفات لديهن نظرة معمقة حول ضرورة إتمام الرضاعة و توصلنا إلى أن السبب الرئيس وراء ذلك يكمن في أن أغلب أفراد العينة يعملن في ولاية و يقطن في ولاية أخرى مما

يضطرهن الغياب عن صغرهن أكثر من 8 ساعات مما جعلهن يفطمنا صغارهن بعد ستة أشهر أو بعد سنة كأقصى تقدير.

الجدول رقم (07): يمثل توزيع أفراد العينة حسب التدريب على الرضاعة الطبيعية :

الكيفية	عدد التكرارات	النسب المئوية
التوعية	34	91.89%
التعليم	02	05.40%
طرق أخرى	01	02.70%
المجموع	37	100%

المصدر : استمارة الاستبيان السؤال رقم 07

يتضح من الجدول رقم 07 أن نسبة الطرق التي اكتسبت من خلالها المرضعات الرضاعة الطبيعية و قد قدرت هذه النسب ب 91.89 بالمائة اكتسبنا طريقة الرضاعة الطبيعية عن طريق التوعية و بالتحديد من الأمهات لتأتي طريقة ثانية و هي التعليم بنسبة 5.4 بالمائة و في الأخير طرق أخرى بنسبة 2.70 بالمائة و عليه يمكن القول بأن الرضاعة الطبيعية منتشرة منذ القدم و ليست وليدة اليوم .

الجدول رقم (08) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب كفاية حليب الرضيع

كفاية الحليب	عدد التكرارات	النسب المئوية
نعم	22	59.54%
لا	15	40.54%
المجموع	37	100%

المصدر : استمارة الاستبيان السؤال رقم 08

يتضح من الجدول رقم 08 أن نسبة كفاية حليب الأم لرضيع و التي تم تقديرها ب 59.54 بالمائة و هي نسبة لا باس بها و ترجع بالدرجة الأولى إلى وعي الأم و اهتمامها بصحتها و غذائها مما يعود بالنفع عليها و على صغيرها هذا من جهة و من جهة ثانية انتشار الوعي بين أفراد الأسرة بضرورة توفير الراحة النفسية للأم كي تتمكن من الإرضاع على أحسن وضع .

الجدول رقم (09) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب سبب اختيار الرضاعة الطبيعية

السبب	عدد التكرارات	النسب المئوية
الحفاظ على صحة الطفل	06	16.12%
الحفاظ على صحة الأم	06	16.12%
الحفاظ على صحة الطفل و الأم	25	67.56%
عدم القدرة على استخدام الرضاعة الاصطناعية	00	00%
المجموع	37	100%

المصدر :استمارة الاستبيان السؤال رقم 09.

يتضح من الجدول رقم 09 ان نسبة سبب اختيار المرضعات للرضاعة الطبيعية فوجدنا أن أغلب المرضعات اخترنا الرضاعة الطبيعية للحفاظ على صحتهن و صحة أطفالهن و قدرت نسبتهن ب 67.56 بالمائة و ما يجدر توضيحه أن هذا الاختيار لم يكن موضوع في الاستبيان ، غير أن الاختيار المزدوج جعلنا ندمجه في التحليل ، في حين قدرت نسبة 16.12 بالمائة يسبب الحفاظ على صحة الطفل و نفس النسبة للحفاظ على صحة الأم غير أن سبب عدم القدرة على استخدام الرضاعة الاصطناعية كان غائب و تم تقديره بنسبة 0 بالمائة

الجدول رقم (10) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب تأثر صحة الأم :

التأثير	تكرارات نعم	تكرارات لا	المجموع نعم +لا	نسبة نعم	نسبة لا	مجموع النسب
تحمي من الإصابة بالسمنة	25	12	37	67.56%	32.43%	100
تحمي من هشاشة العظام	20	17	37	54.05%	45.94%	100
تقي من سرطان المبيض	37	00	37	100%	0%	100
تقي من سرطان الثدي	37	00	37	100%	0%	100
تجنب الأمراض المزمنة	21	16	37	56.75	43.24%	100

المصدر : استمارة الاستبيان السؤال رقم 10

يتضح من الجدول رقم 10 :أن تأثر صحة الأم بالرضاعة الطبيعية حيث وجدنا أن كل المرضعات متأكدات من أن الرضاعة الطبيعية تحميهن من الإصابة من مختلف السرطانات وعلى رأسها سرطان الثدي و سرطان المبيض ، في حين وجدنا نسبة 67.56 بالمائة منهن تحميهن الرضاعة الطبيعية من السمنة و 32.43 لا تحميهن الرضاعة الطبيعية من السمنة و ما يمكن قوله في تحليلنا لهذا هو أن نوع الغذاء الذي تتناوله الأم الرضيع هو الذي يسمن أو ينحف و ليس الرضاعة ، أما بالنسبة للحماية من هشاشة العظام فإن نسبة 54.05 بالمائة تحميهم الرضاعة الطبيعية من هشاشة العظام و 45.94 بالمائة لا تحمهن الرضاعة الطبيعية من هشاشة العظام و ما يمكن توضحه في هذا الصدد أن الرضيع يأخذ ما يحتاجه من الكالسيوم من غذاء أمه فإذا كان غذائها فقير من الكالسيوم فإنه يأخذه من عظم أمه و بالتالي يتوجب على الأم الرضيع الاهتمام كثيرا بغذائها خاصة في فترة الرضاعة ، أما فيما يخص تجنب الرضاعة الطبيعية الإصابة بمختلف الأمراض المزمنة فقد كانت نسبة التأييد تقدر ب 56.75 بالمائة و نسبة النفي ب 43.24 بالمائة على اعتبار أن الأمراض المزمنة تصيب كبار السن و كل مفردات البحث لا تعاني من مثل هذه الأمراض .

التعليق على إجابات السؤال رقم (11)

رأى الباحثان ضرورة وضع سؤال مفتوح في الاستبيان و كان هذا السؤال بمثابة أهم التوصيات التي تقدمها أم اليوم للأم المستقبلية فيما يتعلق بالرضاعة الطبيعية فتحصلنا على :

*الرضاعة الطبيعية مهمة جدا من الناحية الدينية و الصحية

*الرضاعة الطبيعية مهمة جدا من الناحية الجمالية .

*الرضاعة الطبيعية تعطي توازن نفسي للأم .

* الرضاعة الطبيعية عاطفة قوية بين الأم و الرضيع .

* الرضاعة الطبيعية مهمة لصحة جسم الأم و الطفل .

* الرضاعة الطبيعية تحمي الأم و الطفل من مختلف الأمراض .

III- النتائج ومناقشتها :

النتيجة الأولى : يؤدي عمر الأم دورا مهما و فعالا في إنجاب الأطفال و تغذيتهم تغذية سليمة تعود عليهم بالنفع في صغرهم و تحميهم في كبرهم ، حيث " وجدت الدراسات ان نسبة الوفيات بين الأمهات نتيجة تكرار الحمل و الولادة و النفاس مرتفعة بشكل ظاهر ، و أن أغلب أسباب هذه الوفيات كانت تعود إلى انفجار الرحم ، التهاب الكليتين المزمن و تقدم الخلاص و أمراض الضغط و عليه فإن مخاطر الأمومة تعرف ارتفاع كبير مع كبر عمر الأمهات و كذلك كثرة ولادتهم ، فنجد أن المرأة الكبيرة في السن تعاني من مشاكل كثيرة أثناء و بعد فترة الحمل منها : تقدم الخلاص و العملية القيصرية و كذلك النزف بعد الولادة و انفجار الرحم و قلة الحليب .

و يمكن اعتبار أعمار مفردات المسح في مجتمع دراستنا أعمار مثالية من 26 سنة إلى 45 سنة للإنجاب و الرضاعة الطبيعية .

النتيجة الثانية : تسهم الرضاعة الطبيعية في الحماية من حمل موالي إلى حد كبير، فقد تمتد فترة الحماية إلى ستة أشهر بدون استخدام وسائل منع حمل مساندة و بشرط أن يكون الرضيع يشبع من الرضاعة الطبيعية فقط بالإضافة إلى انقطاع الطمث عن الأم خلال هذه الفترة ، و بعد هذه الفترة أي بعد ستة أشهر لابد على الأم أن تستخدم وسيلة مساندة لمنع الحمل مثل حبوب منع الحمل الأحادية هذه الأخير التي تمنع وقع الحمل و في نفس الوقت لا يؤثر على كمية الحليب و لا على تكوينه ، ، و وجدنا في نتائج مسحنا أن أغلب الأمهات يفضلن المباعدة بين الأطفال بسنتين متتاليتين من أجل 'عطاء الفرصة لأجسامهن لراحة و تربية الأبناء و تفادي مختلف الأخطار الصحية التي تصيب الأم عند المباعدة لفترة أكثر من أربع سنوات

النتيجة الثالثة : يؤدي المستوى الثقافي دورا كبيرا و فعالا في تنشئة الطفل تنشئة صحية منذ البداية و لعل خير دليل على ذلك هي هذه الدراسة العلمية البسيطة التي وجدنا أنها تمسح شريحة المثقفات و بلغت نسبة اعتمادهن على الرضاعة الطبيعية 100 بالمائة منهن من يكفي حليبها الرضيع فلا تلجأ إلى المساعدة و منهن من لا يكفي حليبها الرضيع فتلجأ إلى المساعدة بواسطة الرضاعة الاصطناعية .

النتيجة الرابعة : توفر الأم الرضيع التي تعتمد على الرضاعة الطبيعية في تغذية صغيرها المال والوقت عندما يكون طفلها سليما و ليس بحاجة إلى عناية و علاج و حليب اصطناعي باهظ الثمن و مستورد و زجاجات الإرضاع من جهة ، و من جهة ثانية توفير الموارد و الوقت عن طريق تجنب استخدام الوقود و الماء .

النتيجة الخامسة : وجدنا في مسحنا و بالتحديد في الجدول الخامس بأن نسبة الرضاعة الاصطناعية تقدر ب 0 بالمائة و هو شيء إيجابي ، إذ نجد في المجتمع المعاصر اليوم من تنظر إلى الأم الرضيع التي تعتمد على الرضاعة الطبيعية أنها أم رجعية و أن الطرق العصرية لتغذية الأطفال هي الرضاعة الاصطناعية و أن الحليب الاصطناعي يحوي قيمة غذائية أعلى من حليب لأم ، غير أن الواقع و قبله القرآن الكريم أثبت أن حليب الأم أفضل مصدر لتغذية الطفل .

النتيجة السادسة : حثنا الله سبحانه و تعالى على الإرضاع لمدة سنتين كاملتين لمن أراد أن يتم الرضاعة خاصة إذا ساعدته الظروف الاقتصادية و الاجتماعية و الصحية للقيام بذلك و في حالة عجز الأم عن إتمام الرضاعة لأي سبب كان ، فإنه يفضل إرضاع الصغير على الأقل ستة أشهر كي تتمكن من حمايته من مختلف الأمراض المعدية وتكسبه مقدار من المناعة إذ أن حليب الأم في الأيام الأولى أو يا يطلق عليه أسم ألباء مغذي و صحي لرضيع إلى حد كبير .

-النتيجة السابعة : من الأشياء المهمة للحد من صعوبات الرضاعة الطبيعية هي الرضاعة الأولى و ميعادها بعد الولادة ، إذ يجب على كل حامل التدرب على كيفية الرضاعة الطبيعية أثناء الحمل كما يمكنها الاستعانة بمدربة لمساعدتها على إرضاع صغيرها بطرية صحيحة من أجل سلامة ثديها و كذلك سلامة المولود .

النتيجة الثامنة : على الأم الرضيع الاهتمام كثيرا بغذائها منذ الثلاث الأخير من الحمل أي منذ الشهر السابع إلى أن تقوم بفطام رضيعها و يشترط أن يكون غذاؤها غني بالكالسيوم مل الحليب و مشتقاته و البيض ...الخ كي تتمكن من توفير كمية الحليب التي يحتاجها صغيرها من جهة و من جهة ثانية كي تحافظ على سلامة عظامها ، كما يجب على الأم الرضيع إعطاء ثديها لصغيرها كلما احتاج إلى ذلك و تتركه يرضع حتى يشبع ، إذ توجد مجموعة من الدراسات العلمية حول الرضاعة أثبتت أنه كلما زادت عدد مرات الرضاعة و فترتها كلما أدى ذلك إلى زيادة كمية الحليب عند الأم .و بالتالي يصبح حليب الأم كافي لصغيرها .

النتيجة التاسعة : تلعب الرضاعة الطبيعية دورا فعلا في الحفاظ على صحة الأم و الطفل معا .

النتيجة العاشرة : إن الإرضاع الطبيعي على المدى البعيد ينتج عنه انقطاع لطمث و بالتالي فهو يعزز التمديد في الفترة الفاصلة بين الولادات ، أذن فالرضاعة الطبيعية وسيلة فعالة من وسائل منع الحمل ،

IV- الخاتمة

تؤدي الرضاعة الطبيعية دورا فعالا في الحفاظ على صحة الأم و الطفل معا ،فلبن الأم هو الأفضل رغم كل الجهود المبذولة من طرف علماء الطب في إنتاج لبن يشبه لبن الأم ، كما أنه لا يوجد محلول اصطناعي يستطيع أن يغني تماما عن لبن الأم ، فلبن الأم يحتوي على مضادات خاصة تحمي الرضيع من مختلف الأمراض التي ترصده .

كما تجدر ا الإشارة دعوة الجميع إلى ضرورة الاهتمام أكثر برضاعة الرضيع بشكل طبيعي و مستمر لما لها من أهمية في الحفاظ على الصحة النفسية و الجسمية و الاجتماعية و العاطفية و الحفاظ على صحة الأم و حمايتها من مختلف الأمراض المحيطة بها، كما نؤكد على ضرورة الاقتصار على الرضاعة الطبيعية دون إضافة أية أطعمة أو سوائل أخرى ، و ذلك حتى بلوغ الأطفال ستة أشهر من العمر ثم مواصلة إرضاعهم طبيعيا مع إعطائهم أغذية مكملة حتى بلوغهم عامين من العمر ، و ذلك لما للرضاعة من فوائد على صحة الأم و الطفل :

* تساعد الرضاعة الطبيعية على تكوين الرابطة الوثيقة بين الأم وبين طفلها .

* تساهم الرضاعة الطبيعية في رفع معدل ذكاء الأطفال : إذ يعتبر إرضاع الطفل من حليب الثدي وحده لمدة ستة أشهر (الرضاعة الطبيعية المطلقة) مفيداً جداً بالنسبة له. كما تحسّن تطور الطفل المعرفي.

* الرضاعة الطبيعية قد يكون لها دور في تخفيض مخاطر إصابة الطفل بالأمراض التالية : السكري،مشاكل الوزن ، البدانة و تسوس الأسنان .

* تخفيض مخاطر بعض الأمراض مثل: سرطان الثدي ، سرطان المبيض، وهشاشة العظام ،أمراض القلب ،البدانة و مرض السكري النوع2

* تأخير عودة الدورة الشهرية بعد الإنجاب مما يجعلها وسيلة تنظيم نسل فعالة .

* المساعدة في فقدان الوزن الذي اكتسبته المرأة أثناء الحمل.

* تقوية الرباط العاطفي بين الأم والطفل. * تخفيض مخاطر إصابة الأم باكتئاب ما بعد الولادة الذي يصيب النساء اللواتي لا يرضعن طبيعيا بمعدل أكبر.

* تقليل الجهد المبذول من قبل الأم في الإرضاع، فالحليب الصناعي يتطلب غلي الماء ثم الانتظار حتى يبرد وبعدها خلط مقدار الحليب الجاف مع الماء وفق نسب محددة، وبعد الإرضاع تنظيف الرضّاعة وغسلها .

و بالتالي يمكن القول بأن الرضاعة الطبيعية هي هدية المولى عزوجل للأم تحمي بها نفسها و صغيرها من كل الأخطار المحيطة بهما من أجل المحافظة إلى هذه الهدية القيمة نوصي ب:

*تشجيع الرضاعة الطبيعية و مساندة الأمهات على الاعتماد .

*تفعيل دور مراكز تنظيم الأسرة في المحافظة على الرضاعة الطبيعية لما لها من أهمية في الحفاظ على صحة الأم و الرضيع معا .

*الاهتمام أكثر بتحسين نوعية الخدمات المقدمة في مراكز الرعاية الصحية الأولية .
* تطوير برامج الرضاعة الطبيعية و إعداد مختصتين لتعليم الأمهات كيفية الرضاعة الصحيحة .
* الإعلام الفعال و الوعي لتحفيز الأمهات على الرضاعة الطبيعية .
* نشر مختلف الدراسات الطيبة في مختلف الميادين خاصة الصحية منها و التي تبين إيجابيات الرضاعة الطبيعية على صحة الأم و الطفل .

جامعة الحاج لخضر باتنة
كلية العلوم الاجتماعية و الإسلامية
قسم العلوم الاجتماعية

استمارة بحث

تأثير الرضاعة الطبيعية على الأم

مقال مقدم للنشر في مجلة دولية محكمة

أ. د. نور الدين داودي **أ- مفيدة عنصر.**

ملاحظة : المعلومات الوردة في الاستمارة سرية و لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي .
السنة الجامعية : 2019/2018

السيدة المحترمة و الأم الفاضلة : يقوم الباحثان بإجراء دراسة ميدانية حول تأثير الرضاعة الطبيعية على الأم الرضيع و قد تم اختيار الأمهات الرضيعات في كلية العلوم الاجتماعية و العلوم الإنسانية بجامعة عباس لغرور خنشلة من أجل إجراء الدراسة الميدانية معهن ,و عليه أستسمحكن في تخصيص جزء من وقتكن لملأ هذه الاستمارة بكل جدية و موضوعية و ذلك من أجل تحقيق الهدف المرجو من هذا العمل العلمي ,و في الأخير تقبلوا منا فائق عبارات التقدير و الاحترام .
ملاحظة : ضع علامة - + - أمام الإجابة التي تراها مناسبة كما يمكنك الإجابة بحرية على الأسئلة المفتوحة .

المحور الأول : البيانات الخاصة :

01- العمر : (26 -35) ☐ (36 -45) ☐
(46-55) ☐ أكثر من 56 سنة ☐

02-الفترة الزمنية الفاصلة بين حملين متتاليين :

سنتين ☐ أربع سنوات ☐ أكثر من أربع سنوات ☐

03- المستوى الثقافي :

لا تقرأ و لا تكتب ☐ ابتدائي ☐ متوسط
ثانوي ☐ جامعي فما فوق ☐

04- المستوى الاجتماعي :

متدني ☐ متوسط ☐ جيد ☐

المحور الثاني : الرضاعة الطبيعية و الأم الرضيع :

05- ما نوع الرضاعة المعتمد عليها :

طبيعية ☐ اصطناعية ☐ مختلطة ☐

06- ماهي مدة الرضاعة لديك :

ستة أشهر سنة ☐ سنتين ☐

07- كيف تدربت على طريقة الرضاعة :

التوعية ☐ التعليم ☐ طرق أخرى ☐

08- هل ترين أن لبن الأم كافي لرضيع :

نعم لا

09- لماذا اخترت الرضاعة الطبيعية :

للحفاظ على صحة الرضيع للحفاظ على صحتك

عدم قدرتك على استخدام الرضاعة الاصطناعية

10- كيف تؤثر الرضاعة الطبيعية على صحتك : نعم لا

- تحميك الإصابة بالسمنة. ☐ ☐
- تحميك من هشاشة العظام . ☐ ☐
- تقيك من سرطان المبيض . ☐ ☐
- تقيك من سرطان الثدي . ☐ ☐
- تجنبك من الإصابة بالأمراض المزمنة . ☐ ☐

11-كيف تنصحين ابنتك و زوجة ابنك بالاعتماد على لرضاعة الطبيعية مستقبلا .....

قائمة المصادر المراجع المعتمد عليها في الدراسة :

القرأن الكريم : الأية 233 من صورة البقرة .

01 – الجزيري ، عبد الرحمان : الفقه في المذاهب الأربعة ، دار المكتبة العالمية .

02- الملاح ، ماهر عبد الوهاب ، بهنسي ، محمد رحب فايزة : صحة المجتمع ، الاسكندرية ، مصر ، 2017 .

03- الغرياني ، الصادق عبد الرحمان : مدونة الفقه المالكي و أدلته ، مؤسسة الريان .

04- جفال ، عبد الحميد ،سيدي دريس ، عمار : التنمية الصحية و علاقتها بالتنمية البشرية ، عمان ، الأردن ، دار الأيام للنشر و التوزيع ، 2016 .

05- جوفو ديدرجان ، سوزان كلود ، الرضاعة مصدر صحة للأم و الطفل ، الرياض ، المملكة العربية السعودية ، مكتبة الرشد ، 2007.

06- سو كوكس : الرضاعة الصحية ، ترجمة قسم الترجمة بدار الفاروق ، الجيزة ، دار الفاروق للاستثمارات الثقافية، 2007.

07- كراشة ، منير عبد الله : علم السكان –الديمغرافيا الاجتماعية -، أربد ، الأردن ، عالم الكتب الحديث للنشر و التوزيع ، 2008.

كيفية الإستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

مفيدة عنصر، نور الدين داودي (2019)، **تأثير الرضاعة الطبيعية على الأم** ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الاجتماعية، 11 (03)/ 2019 الجزائر : جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ص.ص (39-50)