



في الوقت الذي أظهرت فيه العديد من الدراسات الفوائد قصيرة الأمد التي تجنيها الأم المرضع من الرضاعة الطبيعية، مثل خسارة الوزن، <http://syr-res.com/?383b> وتقليل الكوليسترول، وخفض الضغط وسكر الدم، كان لا بد من البحث عن فوائد مستقبلية وتحديداً فيما يخص صحة القلب و الدماغ.

وفي محاولة للوصول إلى نتائج دقيقة حول هذا الموضوع، قام الباحثون بإجراء دراسة نُشِرت في مجلة 30 ال بين أعمارهن تتراوح ،صينية 300 ألف إلى قارب ما بينات تناولت American Heart Association وال 79 عاماً، وكانت البيانات حول نوع ومدّة إرضاع كل واحدة منهن لطفلها، وتاريخهن الصحي، وبعض العوامل المتعلقة بنمط الحياة، علماً أن جميع السيدات كن سليمات ولا يعانين من أي أمراض قلبية وعائية في بداية الدراسة، وبعد متابعتن لمدة 8 سنوات، بدأت تظهر أمراض القلب التاجية عند أكثر من 16 ألف سيدة، كما أصيبت 24 ألف سيدة منهن بسكتة دماغية.

وبتحليل المعطيات، لاحظ القائمون على الدراسة أن احتمال إصابة الأمهات اللاتي أرضعن أطفالهن بأمراض القلب قد انخفض بنسبة 9% عند اتباع الرضاعة الطبيعية، كما قابل ذلك انخفاض نسبته 8% في احتمال إصابتهن بالسكتة الدماغية وذلك مقارنةً بالأمهات اللواتي اعتمدن على الحليب الصناعي في تغذية أطفالهن.

كما وُجِدَ أنّ مدّة الإرضاع الطبيعي قد لعبت دوراً في تقليل خطر الإصابة بهذه الأمراض، إذ كان احتمال إصابة الأمهات اللواتي أرضعن أطفالهن لسنتين أو أكثر أقل بنسبة 18% و 17% لكل من أمراض القلب والسكتات الدماغية على التتابع، أيضاً بالمقارنة مع الأمهات اللاتي لم يرضعن أطفالهن طبيعياً واعتمدن على الحليب الصناعي.

يُذكر أن هذه النتائج كانت ثابتة حتى بعد أخذ عوامل الخطورة لهذه الأمراض بعين الاعتبار، كاللّذين، وارتفاع ضغط الدم، والسُّكري. ولكن إجراء الدراسة على نساء صينيات فقط يعد من المآخذ التي تسجل ضد هذه الدراسة، إذ ما زال الأمر يحتاج مزيداً من البحث مع إعادة إجراء التجارب على مجتمعات أخرى قبل أن يتم تعميم النتائج على نطاق واسع، وهذا يعني أن الجزم بالدور المباشر للإرضاع الطبيعي في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية ليس ممكناً بعد خاصّةً وأن النظام الغذائي للأم لم يؤخذ بعين الاعتبار في تصميم التجربة هذه.



وحتى ذلك الوقت، توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بالإرضاع الطبيعي الحصري خلال الأشهر السبعة الأولى من عمر الطفل، لبدأ بعدها إدخال الأغذية المكملة مع الاستمرار بالرضاعة حتى عمر السنتين.

المصدر:

<http://syr-res.com/?3839>

الدراسة المرجعية:

<http://syr-res.com/?383a>

المساهمون في المقال :

ترجمة: Shahera Ghali



تدقيق علمي: Rasha Samir Sryo



تدقيق لغوي: Alaa Al Jabban



اقتراح: نقشو عبدالمنعم - Abdulmonem Naksho



تصميم الصورة: Khaled Abuyasser



صوت: Ola Qasseer



نشر: Saad A. Ibrahim

