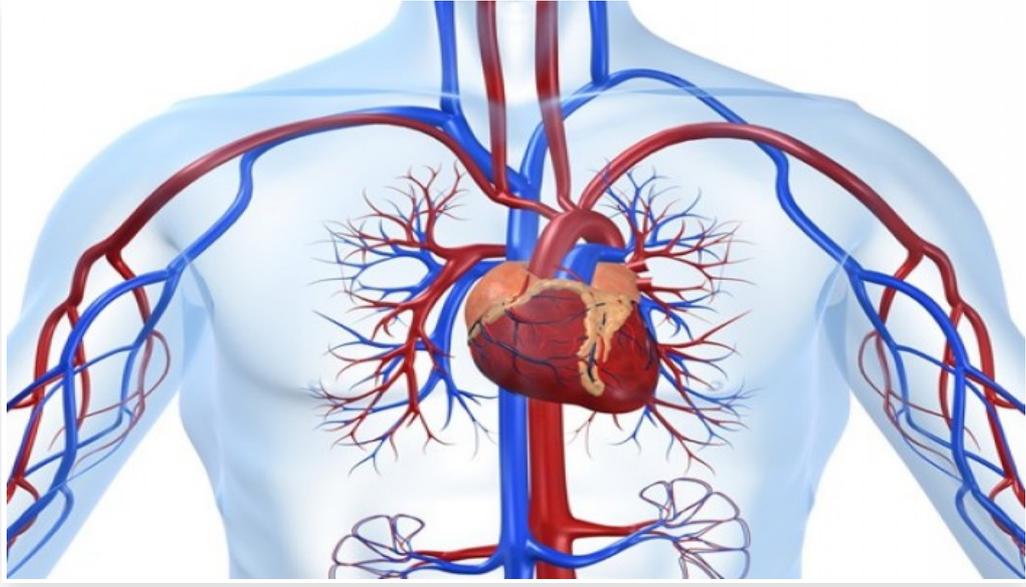


الرضاعة الطبيعية تقي الأمهات من أمراض القلب



الخميس 22 يونيو 2017 05:06 م

أفادت دراسة بريطانية حديثة، بأن الأمهات اللواتي يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية، أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية. الدراسة أجراها باحثون بجامعة أكسفورد البريطانية، ونشروا نتائجها اليوم الخميس، في دورية جمعية القلب الأمريكية. ولكشف العلاقة بين الرضاعة الطبيعية وصحة القلب والأوعية الدموية لدى الأم، قام الباحثون بتحليل بيانات 289 أماً و573 من السيدات الصينيات.

وكجزء من الدراسة، طلب من النساء تقديم معلومات عن تاريخهن الإنجابي، وموقفهن من الرضاعة الطبيعية. وراقب الباحثون معدلات الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية بين النساء المشاركات في الدراسة، لأكثر من 8 سنوات من المتابعة.

ووجد الفريق أن النساء اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية، انخفض لديهن في المتوسط خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 9%، والسكتة الدماغية بنسبة 8%.

ووجد الباحثون أيضاً أنه مع كل 6 أشهر إضافية من الرضاعة الطبيعية، انخفضت مخاطر أمراض القلب والسكتة الدماغية لدى السيدات بنسبة 4%.

وكشفت النتائج أن النساء اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية لمدة سنتين انخفض لديهن خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 18% والسكتة الدماغية بنسبة 17%.

وقال الباحثون إنهم لم يتمكنوا من تحديد الآليات الدقيقة وراء تلك النتائج التي توصلوا إليها، ولكنهم يرجحون أن انخفاض خطر أمراض القلب والسكتة الدماغية بين الأمهات المرضعات يرجع إلى إعادة ضبط عملية التمثيل الغذائي لديهن بعد الحمل.

وأضافوا أن الحمل يغير عملية التمثيل الغذائي للمرأة بشكل كبير، لأنها تخزن الدهون لتوفير الطاقة اللازمة لنمو طفلها وبمجرد ولادة الطفل، يمكن للرضاعة الطبيعية أن تقضي على الدهون المخزنة بشكل أسرع.

وكانت دراسات سابقة كشفت أن الرضاعة الطبيعية لا تفيد الطفل وحسب، بل يمكن أن تفيد الأمهات أيضاً، وتساعدن على تقليل الألم المزمن بعد الولادة القيصرية.

وأضافت الدراسات أن تحسين معدلات الرضاعة الطبيعية، يمكن أن ينقذ حياة حوالي 820 ألف طفل سنوياً حول العالم، وهذا الرقم يمثل حوالي 13% من مجموع وفيات الأطفال دون سن الخامسة سنوياً.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بأن يظل حليب الأم، مصدر الغذاء الرئيسي للطفل حتى سن 6 أشهر، وتوصي بالاستمرار لاحقاً في الرضاعة الطبيعية (مع الغذاء الصلب) حتى وصول عمر الطفل إلى سن عام.