

## 6 أشياء عن الرضاعة الطبيعية لا تصدقها



السبت 25 نوفمبر 2017 08:11 م

الرضاعة الطبيعية كالعديد من الأمور التي تتعلق بالحمل والولادة، تتكاثر حولها الأقاويل التي تخلط بين الأساطير والحقائق، ولكن هل جميعها صادقة أم أن أغلبها مجرد أكاذيب نُسجت حولها وتوارثناها ويجب عدم تصديقها على الإطلاق عن الرضاعة الطبيعية؟ سنعرض لك في هذا المقال بعضاً منها

6 خرافات عن الرضاعة الطبيعية:

1. الحاجة المتكررة للرضاعة تدل على عدم إشباعه:

إحدى هذه المقولات أنه كلما زاد عدد مرات رضاعة الصغير، فذلك يعني أنه لا يحصل على حليب كافٍ، والحقيقة أن حليب الأم سهل الهضم للغاية، لذلك يشعر الأطفال الذين يرضعون طبيعياً بالجوع أكثر من الذين يتناولون حليباً صناعياً، ومن العادي أن يرضع الصغار كل ساعتين أو ثلاث ساعات

2. التوقف عن الرضاعة لبعض الوقت يزيد من الحليب:

الحقيقة أنه كلما أرضعت أكثر يزيد اللبن، وكسر جدول الرضاعة الذي تعود عليه صغيرك قد يقلل من الحليب تدريجياً

3. رضعة من اللبن الصناعي ليلاً تجعل نوم صغيرك أفضل:

أكدت الأبحاث أن الأطفال الذين يحصلون على رضعة لبن صناعي قبل النوم لا ينامون بشكل أفضل وإنما قد ينامون لوقت أطول، وهناك فارق بين هذا وذاك، وهذا يرجع لأن الحليب الصناعي يأخذ وقتاً أطول في الهضم، وبالتالي لا يجوع الصغير بالصورة المعتادة، ولكن ذلك له آثار جانبية، وهو أن معدة الصغير ليست معتادة على وجود الطعام بها لهذا الوقت الطويل، وبالتالي يتخمر الحليب ما يتسبب في حدوث الغازات، واضطراب الجهاز الهضمي لديه

4. الرضاعة الطبيعية أفضل لوزن الجنين وذكائه:

في الحقيقة، العلاقة بين الرضاعة الطبيعية ومعدل ذكاء الأطفال غير صحيحة تماماً، فقد أثبتت دراسة، أجريت في جامعة أوهايو عام 2014 على العديد من العائلات التي تضم أطفالاً رضعوا بصورة طبيعية وآخرين بلبن صناعي، ولم تجد أي مزية إضافية لهؤلاء الذين يرضعون بصورة طبيعية، لذلك حتى اليوم المزية المؤكدة للحليب الطبيعي هو أنه يحتوي على أجسام مضادة تحمي الصغار من العدوى

5. تناول الحليب الصناعي يؤثر في الرضاعة الطبيعية:

إحدى هذه الأكاذيب أيضاً أن الأطفال الذين يرضعون طبيعياً لا يجب أن يأخذوا حليباً صناعياً لأنهم سيكرهون ثدي الأم بعدها، هذا لا يحدث، بل تعاني الكثير من الأمهات اللواتي يرغبن في العودة إلى العمل من تعويد أطفالهن الرضع على الحليب الصناعي والرضاعة من الزجاج، ولكن بعد أسبوعين تقريباً يتعلم الطفل الرضاعة من الوسيلتين دون أي مشكلات تذكر

6. الثدي الصغير ينتج حليباً أقل:

في الحقيقة، الحجم لا يهم إطلاقاً، حجم الثدي يرجع إلى الخلايا الدهنية وتوزيعها وزيادتها ونقصها في جسمك، وهذه الخلايا غير مسؤولة تماماً عن عملية إنتاج الحليب، فإذا كنت تملكين ثديين صغيرين لا داعي للقلق تماماً