

# چرا نباید با هر گریه به نوزاد شیر داد؟

22 مرداد 1405

متخصصان تأکید می‌کنند هر گریه نوزاد نشانه گرسنگی نیست و شیر دادن مداوم در پاسخ به هر بی‌قراری، می‌تواند مشکلاتی مانند نفخ، کولیک و رفلکس را تشدید کند.

دکتر «محسن رستگار» رئیس گروه سلامت نوزادان و کودکان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز در یادداشتی نوشت: گریه نوزاد تنها ابزار ارتباطی او با جهان بیرون است و می‌تواند ناشی از خستگی، نیاز به آغوش، سرما، گرما، خیس بودن پوشک یا دردهای گوارشی باشد. پاسخ‌دهی به تمامی این نشانه‌ها صرفاً از طریق شیردهی، نه تنها مادر را دچار فرسودگی جسمی می‌کند، بلکه به دلیل بار اضافی بر سیستم گوارشی نوزاد، زمینه‌ساز تشدید دردهای کولیکی و رفلکس می‌شود؛ چالشی که لزوم آموزش‌های پیش از زایمان را بیش از پیش نمایان می‌سازد.

سلامت نیوز نوشت: رعایت وضعیت مناسب بدن نوزاد در آغوش مادر (پوزیشن صحیح) و همچنین حتمی بودن گرفتن آروغ پس از پایان تغذیه، دو رکن اساسی برای جلوگیری از نفخ، دل‌درد و بی‌قراری‌های بعدی کودک است.

آموزش این مهارت‌های ساده به والدین، نه تنها کیفیت تغذیه نوزاد را تضمین می‌کند، بلکه از بسیاری از مراجعات غیرضروری به مراکز درمانی به دلیل مشکلات گوارشی و بی‌خوابی‌های شبانه نوزاد پیشگیری خواهد کرد.

## شیرخشک؛ فرمول‌های متنوع اما فاقد پویایی زیستی

اگرچه شیر خشک امروزه با تنوع بالایی در بازار عرضه می‌شوند، اما هرگز قادر به شبیه‌سازی ساختار بی‌نظیر شیر مادر نیستند. شیر مادر یک بافت زنده، پویا و فعال است که ترکیب آن بر اساس سن نوزاد و حتی در هر وعده شیردهی تغییر می‌کند.

وجود سلول‌های ایمنی و آنتی‌بادی‌های فعال در شیر مادر، سیستم دفاعی نوزاد را به شدت تقویت کرده و او را در برابر انواع عفونت‌های تنفسی و باکتریایی محافظت می‌کند؛ ویژگی منحصر به فردی که در هیچ شیر مصنوعی یافت نمی‌شود.

## سد دفاعی در برابر موج بیماری‌های غیرواگیر

یافته‌های علمی نشان می‌دهند نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می‌کنند، در بزرگسالی مقاومت بسیار بالاتری در برابر بیماری‌های غیرواگیر دارند. شیر مادر احتمال ابتلا به چاقی، دیابت، فشار خون بالا، سکته‌های قلبی و مغزی و همچنین بیماری‌های خودایمنی نظیر ام‌اس (MS) □ لوپوس و بیماری‌های روماتیسمی را به طور چشمگیری کاهش می‌دهد.

تماس پوست با پوست مادر و نوزاد را از نخستین لحظات تولد، حیاتی است، شیر مادر فقط یک ماده غذایی نیست، بلکه بستری برای انتقال عشق، امنیت و صمیمیت است. مقالات علمی اثبات کرده‌اند کودکانی که از شیر مادر استفاده می‌کنند، در آینده به شکل معناداری در برابر افسردگی و اختلالات خلقی ایمن‌تر هستند و از تعادل روانی بهتری برخوردار خواهند بود.