Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

دانشگاه علوم پزشکی بابل، نشریه اسلام و سلامت
دوره اول، شماره سوم، پاییز ۹۳، صفحه: ۷۷-۶۹

بررسی تطبیقی اهمیت شیر مادر از دیدگاه قرآن و دانش پزشکی

دریافت مقاله: ۹۳/۱۰/۷ پذیرش مقاله: ۹٤/۱/۲۵

محمد صادق حیدری (MA)[۱]
محمد هادی یدالله پور (PhD)[۲*]
زینب السادات حسینی (PhD)[۳]
زهرا بصیرت (MD)[٤]

۱. دانشجوی دکترای علوم قرآن و حدیث، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
۲. گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران
۳. گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
۴. مرکز تحقیقات بهداشت باروری ناباروری فاطمه زهرا (س)، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران

*نویسنده مسئول: محمد هادی یدالله پور، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران
تلفن: ۳۲۱۹۰۸٤٦ ۱۱ ۹۸+
فاکس: ۳۲۱۹۰۸٤٦ ۱۱ ۹۸+
Email: baghekhial@gmail.com

چکیده

سابقه و هدف: بی‌شک شیر مادر، بهترین غذای کودک در ماه‌های نخستین تولد اوست و تغذیه نوزاد با این شیر در دو سال اول زندگی، یکی از نعمت‌ها و موهبت‌هایی است که خداوند به انسان‌ها ارزانی داشته و آنها را به صورت فیزیولوژیک از آن بهره‌مند ساخته است؛ آیات متعددی در قرآن کریم، چگونگی مکانیسم و برنامه‌ریزی این مقوله مهم را مورد پردازش قرارداده است و از والدین، به ویژه مادران می‌خواهد که این نعمت خدادادی را از کودک خود دریغ ننمایند؛ زیرا شیر مادر غذای بی‌نظیر و کاملی است که در ارتقای سلامت روحی، رشد جسمی، تکامل مطلوب کودکان و افزایش روابط عاطفی در جامعه نقش ارزشمند و بی‌بدیلی دارد.

مواد و روش ها: این تحقیق که به شیوه توصیفی- تحلیلی انجام گرفته، در پی آن است تا به صورت تطبیقی، مسأله «شیر مادر» را از دیدگاه قرآن و برخی از یافته‌های علمی پزشکی مورد تحلیل و بررسی قرار دهد که با استفاده از آیات قرآن کریم و متون معتبر حدیثی و نیز کتاب‌های معتبر پزشکی و مقالات معتبر علمی انجام یافته است.

یافته ها: آیات متعدد قرآن کریم بر اهمیت و جایگاه شیر مادر تاکید دارد، مسائل مهمی همانند شیر اولیه یا آغوز، اولویت مادر در شیردادن به نوزاد، اهمیت مشاوره در فرآیند شیردهی، مدت زمان مطلوب شیردهی، رضاعت و پیوند خویشاوندی میان شیرخوار و شیردهنده در آیات الهی مورد اشاره قرار گرفته و خداوند با ظرافتی خاص، از آنها سخن به میان آورده است. متون علمی پزشکی نیز همانند قرآن کریم بر ضرورت تغذیه کودک با شیر مادر تأکید دارند.

نتیجه گیری: مطالعه حاضر نشان داد بهترین تغذیه برای کودک شیر مادر است. تغذیه بی‌واسطه از شیر مادر، حقوقی را ایجاد می‌نماید و ضروری است جهت سلامت جسم و روان نوزاد، مادران فرزند خود را تا مدت دو سالگی از حقشان محروم نکنند.

واژگان کلیدی: قرآن، شیر مادر، شیردهی، پزشکی

مقدمه

بی‌شک واژه مادر جایگاه ارزشمندی در میان ادیان توحیدی دارد و در طول تاریخ، همگان مقام ممتاز وی را گرامی داشته و ارج نهادند. در تأیید این مقوله همین بس که حضرت ابراهیم (ع) در آیه «رَبَّنَا اغْفِرْلِی وَلِوالِدَیَّ وَ لِلمُؤمِنِینَ یَومَ یَقُومُ الْحِسابُ؛ (۱) پروردگارا روزی که حساب برپا می‌شود بر من و پدر و مادرم و بر مؤمنان ببخشای»، برای پدر و مادرش دعای خیر می‌نماید و حضرت عیسی (ع) نیز در هنگام تولد، یکی از ویژگی‌های بارز خود را نیکی و احترام به مقام مادر توصیف می‌کند و آن را از امتیازات خدادادی خویش بر می‌شمرد: «وَ بَرّاً بِوالِدَتِی وَ لَمْ یَجعَلْنِی جَبّاراً شَقِیّاً؛ (۲) و مرا نسبت به مادرم نیکوکار گرداند و جبار و نافرمان قرار نداد». با دقت در آیات قرآن کریم به روشنی در می‌یابیم که دین مبین اسلام نیز، بیشترین عنایت و توجه را به جایگاه والای مادر نموده و در آیات متعددی با گرامی داشتن مقام وی، از آن سخن به میان آورده است (۱۰-۳). این آیات به ما نشان می‌دهند که خداوند حقوقی را برای مادران مقرر فرموده که بسیار برتر و فراتر از حقوقی است که برای دیگران، به ویژه پدران قائل شده است. زیرا «مادر» تربیت کننده انسان آینده و در وسعتی بزرگ‌تر، پرورش دهنده جامعه بشری است و با تربیت صحیح خود می‌تواند شرایطی را فراهم کند تا فرزندش با خداپرستی و پیروی از هنجارهای اخلاقی، تابع ارزش‌های مترقی انسانی شود و به سوی رشد و کمال و ترقی اوج بگیرد. قرآن کریم همه انسان‌ها را موجودی مادی و ملکوتی معرفی می‌نماید که بعد مادی و ملکی او، همان جسم اوست (۱۱) و یکی از مسائلی که می‌تواند در رشد و ارتقای سلامت روحی و روانی کودکان و نیز تکامل مطلوب آنان، تأثیر بسزایی داشته باشد و حتی آثار آن در آینده نیز سلامت افراد جامعه را تحت تأثیر خود قرار دهد، تغذیه کودک با «شیر مادر» است. زیرا تغذیه کودک با شیر مادر، بسیار فراتر از انتقال مواد غذایی است و ارزش و اهمیت آن در دو سال اول زندگی کودک، به گونه‌ای است که می‌توان از آن به عنوان هدیه و نعمتی الهی جهت پاسخ‌گویی به نیازهای کودکان و تکامل روحی و جسمی آنان نام برد. بدون تردید، مغذی‌ترین و طبیعی‌ترین غذا برای هر نوزادی، شیر مادر همان نوزاد است و این فرآیند فیزیولوژیکی و طبیعی (شیردهی به کودک)، بخشی از برنامه‌ریزی معمول مادران و پدران جهت داشتن فرزندی سالم در خانواده به حساب می‌آید.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

هرگونه عدول از این مکانیسم و مهارت برنامه‌ریزی شده، چه بسا می‌تواند با ایجاد اختلال و ناهنجاری در نوزاد، شرایط جسمی و روانی او را هر چه بیشتر مورد آسیب و هجمه قرار دهد. اهمیت و ارزش این مسأله زمانی آشکارتر می‌گردد که در کلام الهام بخش الهی و سخنان اهل بیت (ع) نیز به چگونگی مکانیسم و ساز و کار این موضوع مهم پرداخته شده است. تأثیرات روحی، اخلاقی و رفتاری شیر مادر بر کودکان به گونه‌ای است که می‌تواند در یک ارتباط متقابل و دو طرفه، صفات و ویژگی‌های مادر شیرده را به کودک شیرخوار منتقل نماید و در شکل‌گیری طبیعت و سرشت کودک نقش بی‌بدیلی ایفا نماید. امام علی (ع) در این رابطه می‌فرماید: «فَإِنّ الرّضَاعَ یُغَیّرُ الطّبَاعَ (۱۳و۱۲) ، همانا شیر مادر (رضاع) سرشت و طبیعت کودک را تغییر می‌دهد».

مواد و روش ها

مطالعه حاضر به روش تحلیلی—توصیفی با بهره‌گیری از قرآن کریم و روایات معتبر از کتاب‌های تفسیری، روایی و فقهی شیعه انجام پذیرفته است. برای انجام این پژوهش، مقالات معتبر از مجلات دینی و پزشکی اندیشمندان معاصر نیز مورد استفاده قرار گرفته است. از آنجا که آیات متعددی بر تغذیه کودک از شیر مادر تأکید دارد و نیز روایات بسیاری بر ضرورت آن اشاره نموده است و از سویی مقالات پزشکی به ضرورت، مدت و چگونگی تغذیه بدان پرداخته است. قرآن کریم آخرین کتاب آسمانی، کلام جاودانه وحی و پایدارترین سند اعجاز نبوت پیامبر اکرم (ص) است و بی‌شک ویژگی منحصر به فرد قرآن کریم باعث شده است تا همواره دانشمندان و قرآن پژوهان، در حد توانایی و استعداد علمی خود، با تکیه بر معارف و معانی بی‌انتها و عمیق این کتاب آسمانی در صدد کشف حقایق و اسرار بی‌شمار آن بر آیند و از آن بهره‌ها ببرند (۱۴). با توجه به جایگاه مهم شیر مادر در فرهنگ قرآنی و اسلامی، این نوشتار در پی آن است تا به بررسی تطبیقی اهمیت شیر مادر از دیدگاه قرآن و دانش پزشکی بپردازد.

یافته ها

گرچه دین اسلام مانند سایر ادیان توحیدی از یک قانون اساسی و کلی الهام گرفته شده و در قرآن به جزییات بسیاری از موارد اشاره نشده است، اما به دلیل حساسیت، اهمیت و ارزش شیر مادر، به نوعی استثناء قائل شده و از این مقوله مهم و تأثیر گذار نیز غافل نمانده و در آیات متعددی (۱۸–۱۵و۱۰و۵و۴)، مباحث مختلفی را در این رابطه گوشزد نموده و مورد توجه قرار داده است. موضوعاتی مانند اولویت شیر دادن توسط مادر، مدت زمان شیردهی مطلوب، حداقل زمان شیرخواری، همبستگی فامیلی میان شیرخوار و شیر دهنده و رضاعت یا پیوند خویشاوندی، از مهم‌ترین مباحثی است که هر قرآن‌پژوه عادلی با کنکاش و مطالعه اولیه در آیات وحی به آن می‌رسد.

آیه ۲۳۳ سورهٔ بقره: آیه ۲۳۳ سوره مبارکه بقره مهم‌ترین و اختصاصی‌ترین آیه درمورد شیر مادر می‌باشد؛ خداوند در این آیه شریفه شیر مادر را یکی از امتیازات استثنایی مادر بر می‌شمرد: «وَ الْوالِداتُ یُرْضِعْنَ اَولادهُنّ حَولَینِ کاملَیْنِ لِمنْ أرادَ أن یُتمّ الرّضاعةَ وَ عَلَی الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنّ وَ کِسْوَتُهُن لا تُکَلّفُ نَفْسٌ إلاّ وُسْعَها لا تُضَارّ والِدَةٌ بِوَلَدِها وَ لا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَ عَلَی الْوارِثِ مِثْلُ ذلِک فَإنْ أرادا فِصالاً عَنْ تَراضٍ مِنْهُما وَ تَشاوُرٍ فَلا جُناحَ عَلَیْهِما وَ إنْ أرَدتُمْ أنْ تَسْتَرْضِعُوا أوْلادَکُمْ فَلا جُناحَ عَلَیْکُمْ إذا سَلّمْتُمْ ما آتَیْتُمْ بِالمَعْرُوف وَ اتّقُوا اللهَ وَ اعْلَمُوا أنّ اللهَ بِما تَعمَلُونَ بَصِیرٌ» (۱۰). این آیه را می‌توان از جهات ذیل، مورد تحلیل و بازکاوی قرار داد:

۱. اولویت مادر در شیردادن به نوزاد: در این آیه به جای کلمه آشنای «اُمّ= مادر»، از واژهٔ «والدات» (جمع والده) استفاده شده که در فرهنگ و زبان عربی دارای معنایی اختصاصی است و تنها به کسی اطلاق می‌شود که فرزند را به دنیا آورده باشد. از نگاه علامه طباطبایی، منظور از والدات در آیهٔ ۲۳۳ سوره بقره، مادرانند و اگر به جای «اُمّهات» از کلمه «والِدات» استفاده نموده، برای این است که کلمه «اُمّ» اعم از کلمه «والده» می‌باشد (۱۹). مؤلف المیزان همین مفهوم را در ذیل تفسیر آیه ۷۴ سوره انعام، آنجا که با اشاره به آیهٔ «رَبّنَا اغْفِرْلِی وَ لِوالِدَیّ وَ لِلمُؤمِنینَ یَومَ یَقُومُ الْحِسابُ» (۲۰)، از دعای حضرت ابراهیم (ع) در حق پدر و مادرش سخن به میان می‌آورد نیز اراده نموده است؛ علامه درباره اختصاصی بودن کلمه «والِدیّ» در آیهٔ فوق می‌نویسد: «یکی از لطایف آیهٔ «رَبّنَا اغْفِرْلِی وَ لِوالِدَیّ وَ لِلمُؤمِنِینَ یَومَ یَقُومُ الْحِسابُ» این است که در آیه مزبور، حضرت ابراهیم (ع) از پدر و مادر خود به کلمه «والِدیّ» که جز بر پدر و مادر صلبی اطلاق و ابراز نمی‌شود، تعبیر نموده است» (۲۱). پس واژهٔ «والِدات»، اخصّ از اُمّهات است؛ زیرا اُمّهات به مادران با واسطه نیز گفته می‌شود» (۲۲). از نگاه علامه طباطبایی، کسانی که با انکار حق مادر در آیهٔ ۲۳۳ سوره بقره، فرزند را تنها به پدر منتسب می‌کنند، ره به بی‌راهه برده و سخن بیهوده و گزافی بر زبان رانده‌اند؛ زیرا علاوه بر اینکه حق شیردهی نوزاد به عهدهٔ مادر است، ناگزیر مصالح زندگی و تهیه لوازم تربیت مانند خوراک، پوشاک و نفقه‌ی مادری که کودک را شیر می‌دهد نیز به عهدهٔ پدر آن خانواده می‌باشد (۱۹). از این‌رو، خداوند در این آیه شریفه حق اولیه و مسلّم شیر دادن را به مادرِ کودکی که وی را به دنیا آورده، سپرده و آن را با عبارت «یُرْضِعْنَ اَولادهُنّ حَولَینِ کاملَیْنِ»، امری لازم و واجب شمرده است. تفسیری که برخی دیگر از مفسّران نیز بدان پرداخته‌اند (۲۳).

نکتهٔ دیگر اینکه، اگر چه در آیهٔ فوق که آیه‌ای مدنی است، از شیر اولیه یا آغوز (کلستروم) که در منابع علمی مورد تأکید فراوان قرار گرفته، به صراحت سخن و گفتاری به میان نیامده است، اما با دقت در آیهٔ مکیِ «وَ أوْحَیْنا إلی اُمِّ مُوسی أنْ أرْضِعِیهِ فَإذا خِفْتِ عَلَیْهِ فَأَلْقِیهِ فِی الْیَمّ...؛ و به مادر موسی وحی کردیم که او (موسی) را شیر بده و اگر بر او بیمناک شدی وی را به دریا بینداز» (۱۵) در می‌یابیم که قرآن کریم از همان ابتدا به زیبایی، به این موضوع مهم اشاره نموده است تا نوزاد، پس از تولدش از شیر اولیهٔ مادر محروم نگردد. علامه طباطبایی معتقد است که در آیهٔ مذکور، نوعی ایجاز و مختصر گویی به کار رفته و شیر دادن به حضرت موسی (ع)، بلافاصله پس تولد بوده است. پس تقدیر کلام چنین است: «حبلت امّ موسی به و وضعته و اوْحَینا الیها...» یعنی در حالی که شدت و بیچارگی بنی إسرائیل به این حد رسیده بود، مادر موسی به وی حامله شد، (و کسی نفهمید) و او را زایید (باز کسی نفهمید) و ما به مادر او وحی کردیم که به فرزندت شیر بده؛ یعنی ما با الهام به مادر موسی بعد از آنکه

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

او را زایید گفتیم به موسی شیر بده و چون بر او ترسیدی او را به دریا بینداز» (۲۴). تأکید آیهٔ ۲۳۳ سورهٔ بقره بر کلمه «والده»، از دیدگاه دستاوردهای علمی نیز معنای خاصی دارد؛ زیرا بر اساس یافته های علمی تغییر ترکیبات شیر مادر از هنگام تولد کودک تا پایان دوران شیردهی با نیازهای ویژه غذایی و ایمونولوژیک کودک تناسب دارد؛ چون شیر اولیه مادر (آغوز یا شیر ماک «colostrums») با داشتن مقدار زیادی ایمونوگلوبولین، سپر اطمینان‌بخشی برای کودک در برابر عفونت‌ها می‌باشد و با ایمن‌سازی ابتدایی و فراهم آوردن دیواره‌ای حفاظتی بر روی پرزهای روده، مقاومت شیرخوار را در برابر انواع عوامل بیماری‌زا و آلودگی‌های خارج رَحِم بالا می‌برد» (۲۷-۲۵). چنانچه حتی اگر کودکی پیش از موعد به دنیا آید -نوزاد نارس (LBW) که ۶ ماهه به دنیا می‌آید- معمولاً با شیر مادر رشد خود را خواهد داشت؛ زیرا شیر مادر، خود به خود متناسب با نیازهای کودک تغییر می‌کند. مثلاً آغوز برای کودکان نارس حدود دو هفته تا ۲۱ روز ترشح می‌شود، در حالی که مدت ترشح آغوز در کودکان غیر نارس، ۴ تا ۵ روز است؛ در این مدت پروتئین شیر بالاتر می‌رود و مواد ضد میکروبی آن به دلیل ضعف سیستم دفاعی بدن کودک بیشتر می‌شود و تنها شیر مادر می‌تواند تمامی نیازهای آنان، اعم از کمبود آهن، کلسیم، ویتامین‌ها و انرژی را که برای رشدشان نیاز دارند، تأمین کند (۲۸). شیر آغوز این امکان را به نوزاد شیرخوار می‌دهد تا در غیاب سیستم‌های مقاومتی و ایمنی و نیز نارسایی اولیه سیستم‌های گوارشی، عروقی، عصبی، کلیوی و ...، از خود محافظت نماید. به عبارت دیگر شیر مادر در ابتدای تولد نوزاد، ترکیب بی‌نظیری از مواد غذایی مختلف مورد نیاز کودک می‌باشد که وی را در برابر هجوم انواع باکتری‌ها، ویروس‌ها، عفونت‌های تنفسی، انگلی، قارچی و ... محافظت می‌کند. زیرا نوزدان بلافاصله پس از تولد، در معرض تعداد زیادی از میکروارگانیسم‌ها، مواد شیمیایی و پروتئین‌های خارجی قرار می‌گیرند. شیر مادر به دلیل داشتن خواص ضد میکروبی و عفونی، این قابلیت را دارد تا با تحریک سیستم‌های ایمنی نوزاد، وی را در برابر انواع عفونت‌ها محافظت نماید.

اطلاعات علمی نشان می‌دهد که عدم استفاده از شیر مادر، به منزله افزایش جدی خطر مرگ نوزادان در همان ابتدای زندگی می‌باشد. زیرا ترکیبات شیر مادر به گونه‌ای است که حتی جایگزین و معادل دیگری مانند شیر خشک و یا شیر حیوان (گاو) را نیز نمی‌توان برای آن متصور شد. بر اساس پژوهش‌های صورت گرفته، در یک کشور در حال توسعه، کودکی که با شیر مادر تغذیه می‌کند سه برابر کودکی که با شیر مادر تغذیه نمی‌کند شانس زنده ماندن دارد» (۲۹). کارشناسان بر این باورند که تغذیه انسان با شیر مادر، در آیندهٔ افراد یک جامعه نیز مؤثر است؛ زیرا شیر مادر حاوی پروتئین‌های زود هضمی است که بدن انسان برخی از آنها را که در رشد مغز موثرند و کمبود آن در سنین بلوغ به صورت ضریب هوشیِ کم خودنمایی می‌کند، نمی‌تواند بسازد؛ چربی شیر مادر خطر افزایش کلسترول، چربی‌های اضافی، فشار خون و عوارض قلبی را در میانسالی کاهش می‌دهد (۲۷).

۲. ضرر نرساندن به کودک: با توجه به عبارت «لا تُضَارّ والِدَةٌ بِوَلَدِها وَ لا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِه»، عدم حسن تفاهم میان والدین در خانواده و خودداری مادر از شیر دادن به نوزاد، عمل زیان‌باری است که عمدهٔ ضرر آن متوجه نوزاد تازه متولد شده می‌گردد. خداوند متعال در این فراز از آیهٔ ۲۳۳ سورهٔ بقره، به صراحت پدران و مادران را از این عمل نهی فرموده است و به آنان هشدار می‌دهد که هیچ یک از آنها حق ندارند سرنوشت کودک خود را وجه المصالحه اختلافات خویش قرار دهند و از این طریق بر جسم و جان نوزاد، ضربه وارد نمایند. از نگاه شیخ طبرسی، شیردهی مادران به فرزندانشان واجب یا حداقل مستحب است؛ زیرا عبارت «یُرضِعنَ أولادهُنّ حَولَینِ کاملَیْنِ» (۱۰)، جمله خبری در مقام انشاء است که مفید وجوب می‌باشد (۳۰). پس صلاح نیست که مادر به دلایل مختلفی مانند: دشمنی، خصومت و غضب نسبت به شوهر و پدر نوزاد، فرزند خود را شیر ندهد و ضرر و زیانی را متوجه او سازد (۳۱و۲۲).

عمده ضرری که از جانب عدم مصالحه میان پدر و مادر کودک در نگهداری از نوزاد متوجه او می‌شود، محرومیت از شیر طبیعی و مغذّی مادر و نیز فرآیند هم‌آغوشی و ارتباط عاطفی مناسب کودک با مادر است؛ به بیان دیگر، بروز هرگونه اختلاف و ناهنجاری در خانواده، تأثیری منفی بر ارتقای سلامت مطلوب نوزاد و ثبات شخصیتی وی در سال‌های بعد می‌گذارد. به تعبیر امام سجاد (ع)، هم‌آغوشی و ارتباط عاطفی کودک با مادر، احساس ارزشمند و زیبایی است که پروردگار یگانه تنها و تنها به کودکی بخشیده است که از میوه دل و شیرهٔ جان مادر خویش بهره می‌برد و خداوند چنین موهبتی را به احدی غیر از فرزند همان مادر، نبخشیده است: «فَحَقُّ أُمِّکَ فَأَنْ تَعْلَمَ أَنَّهَا حَمَلَتْکَ حَیْثُ لَایَحْمِلُ أَحَدٌ أَحَداً وَ أَطْعَمَتْکَ مِنْ ثَمَرَةِ قَلْبِهَا مَا لَایُطْعِمُ أَحَدٌ أَحَداً» (۳۳و۳۲) به همین دلیل در دین اسلام سفارش شده است که اگر مادر و دایه به طور یکسان برای شیر دادن دستمزد بخواهند، مادر در شیر دادن به نوزاد اولویت دارد و کسی حق ندارد چنین احساس زیبا، لطیف و رضایت‌بخشی را بدون هیچ دلیلی از نوزاد شیرخوار خود دریغ نماید.

همان‌گونه که گفته شد، در شیر مادر و شیوهٔ شیر دادن وی، امتیازات و ویژگی‌هایی وجود دارد که هرگز در شیرهای دیگر اعم از شیر خشک و شیر حیوان (گاو) وجود ندارد. کودکی که با شیر مادر و در آغوش او پرورش می‌یابد، توانایی و مقاومتش در برابر آسیب‌ها و بیماری‌های مختلف بیشتر و افزون‌تر می‌گردد. دقت در یافته‌های علمی ما را به این حقیقت رهنمون می‌سازد که اصرار و تأکید قرآن بر متضرر نساختن کودک شیرخوار، متضمن محروم نساختن وی از موهبت هم‌آغوشی با مادرش می‌باشد. زیرا شیر مادر باعث می‌شود تا ارتباط عاطفی و روانی عمیقی میان مادر و نوزاد برقرار شود و این ارتباط عاطفیِ عاشقانه می‌تواند در آینده موجب ثبات شخصیتی کودک و دستیابی به موفقیت‌های بیشتر وی گردد. علاوه بر این، بر اساس اطلاعات علمی به دست آمده، یکی از گام‌های موفقیت‌آمیز در فرآیند شیردهی، تشویق مادران به تماس پوست به پوست با نوزاد است؛ برقراری این تماس، باعث بهبود وضعیت تنفسی، رفتارهای ارادی، افزایش وزن، تنظیم درجه حرارت بدن نوزاد، همبستگی میان کودک و مادر و در نتیجه تولید شیر بیشتر می‌شود (۲۹). همچنین یک مطالعه در کشور سوئد نشان داده است نوزادانی که نود دقیقه پس از تولد خود تماس پوست به پوست با مادرانشان دارند، در مقایسه با نوزادانی که خشک شده، در حوله

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

پیچیده شده و یا در گهواره قرار می‌گیرند، ابداً گریه‌های شدید نمی‌کنند (۳۴). بنابراین شایسته نیست مادران، کودکان خود را علاوه بر غذایی که خداوند به بهترین شکل برایشان معین نموده است از فرایند هم‌آغوشی نیز محروم سازند؛ زیرا تغذیه نوزاد با شیر مادر، همراه با مراقبت‌ها و اقدامات حمایتی، پیوند عاطفی میان کودک و مادر را افزایش می‌دهد و موجب ابراز محبت بیشتر مادر به فرزند و به دنبال آن آرامش و توازن عاطفی و روحی کودک می‌شود.

۳. اهمیت مشاوره در فرآیند شیردهی: خداوند متعال در فراز دیگری از آیهٔ ۲۳۳ سورهٔ بقره «فَإِنْ أَرادا فِصالاً عَنْ تَراضٍ مِنْهُما وَتَشاوُرٍ فَلاجُناحَ عَلَيْهِما»، به مقوله مهم «مشاوره در فرآیند از شیر گرفتن نوزاد» نیز پرداخته است. هر چند قرآن کریم این مسأله حیاتی را منوط به مشورت و توافق والدینِ نوزاد نموده و در ادامه به چگونگی و جزییات این مشاوره نپرداخته و آن را مسکوت گذاشته است، اما دقت در این آیه ما را به حقیقت دیگری از مفاهیم و مضامین شگفت‌انگیز آیات وحی، رهنمون می‌سازد. از دیدگاه مفسرانی همچون آیت‌الله طالقانی، در آیهٔ مذکور، واژه «تَشاوُرٍ» بدون قید «مِنْهُما»، وسعت دایرهٔ مشورت از والدین نوزاد تا پزشک و دیگر افراد با تجربه و اهل فن را می‌رساند؛ از نظر وی این کار به صلاح کودک و خانوادهٔ اوست و پایهٔ صلاح اندیشی و تفاهم پایدار در خانواده و در حدود احکام اسلام می‌باشد تا دیگر روابط اجتماعی و مصالح جوامع بشری نیز بر پایهٔ مشورت و هم‌اندیشی، بالا آید و گسترش یابد (۲۲).

این دیدگاه از منظر یافته‌های علمی نیز قابل بررسی است؛ زیرا روش صحیح از شیر گرفتن کودک و همراهی شیر مادر با دیگر غذاهای مکمل، امر بسیار مهم و هنگامهٔ حساسی است که در آیندهٔ تغذیه کودک تأثیر غیر قابل انکاری دارد. چه بسا جایگزین کردن بهینه و مطلوب شیوهٔ غذایی مناسب در رژیم غذایی کودک، می‌تواند از مشکلات سوء تغذیه‌ای و بروز بیماری‌های مختلفی همانند ماراسموس، کواشیورکور و ... که در آینده نمایان می‌شود، جلوگیری نماید. به عنوان مثال، نتایج تحقیقات در ۹ کشور از ۱۱ کشور خارج از جنوب صحرای آفریقا نشان داد شیرخوارانی که در طولانی مدت با شیر مادر تغذیه شده و غذای کمکی ناکافی دریافت نمودند، کوتاه قدتر و لاغرتر از کودکان دیگر بودند. زیرا کمبودهای تغذیه‌ای می‌توانند در سلامت فرد همانند لاغری، کوتاهی قد، کم وزنی و ... تأثیر داشته باشد و خطراتی را برای پویایی جامعه و توسعه پایدار آن به وجود آورد (۳۵).

٤. مدت زمان مطلوب شیردهی: با توجه به نقش بی‌بدیل شیر مادر در پیشگیری از بسیاری از بیماری‌ها، قرآن کریم مدت زمان مطلوب شیردهی کودکان را دو سال کامل، «حَوْلَيْنِ كامِلَيْنِ» (۱۰)، بیان کرده است: «وَ وَصَّيْنَا الإِنْسانَ بِوالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلى وَهْنٍ وَ فِصالُهُ فِي عامَيْنِ...» (۴)؛ «وَ وَصَّيْنَا الإِنْسانَ بِوالِدَيْهِ إِحْساناً حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهاً وَ وَضَعَتْهُ كُرْهاً وَ حَمْلُهُ وَ فِصالُهُ ثَلاثُونَ شَهْراً...» (۵). در این آیات، خداوند متعال ضمن توجه دادن آدمی به کانون خانواده و روابط فرزند با والدین، حق مادر را به عنوان شاهد مثال می‌آورد تا بدینوسیله دل‌های بیدار و وجدان‌های آگاه؛ ترحم، خیرخواهی، ایثار و دلسوزی‌های مادر را در دوران سخت و دشوار بارداری و شیرخوارگی، همواره به خاطر داشته باشند و از آن به نیکی یاد نمایند. از مضمون و محتوای دو آیهٔ مذکور و نیز آیهٔ ۲۳۳ سوره بقره، این‌گونه به دست می‌آید که مادران موظفند حداکثر مدت ۲ سال کامل به کودکان خود شیر دهند و حداقل مدت شیر دادن، نباید از ۲۱ ماه کمتر باشد. پدران و مادران می‌توانند با توجه به وضع جسمی و روحی کودک و با مشورت و توافق یکدیگر، کودک را در زمان مناسبی که به مصلحت اوست، از شیر باز دارند. در اهمیت این مسأله همین بس که امام صادق (ع) شیر دادن کمتر از ۲۱ ماه را ظلم در حق کودک بیان کرده و مادران را از انجام چنین کاری نهی نمودند؛ حتی پیامبر (ص) بعد از این دوران را موجب رضاع نمی‌دانند: «عَنْ أَبِي‌عَبْدِ اللهِ(ع) قَالَ: الرَّضَاعُ وَاحِدٌ وَ عِشْرُونَ شَهْراً فَمَا نَقَصَ فَهُوَ جَوْرٌ عَلَى الصَّبِيِّ» (۳۷و۳۶)؛ «اَلْفَرْضُ فِي الرَّضَاعِ أَحَدٌ وَ عِشْرُونَ شَهْراً فَمَا نَقَصَ عَنْ أَحَدٍ وَ عِشْرِينَ شَهْراً فَقَدْ نَقَصَ الْمُرْضِعُ وَإِنْ أَرادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ فَحَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ، مدت شیردهی ۲۱ ماه است و هر آنچه کمتر از این مدت باشد، پس ستم و نقصانی بر حق شیرخوار وارد شده است و اگر خواستید شیردهی را به پایان برسانید باید مدت دو سال کامل باشد» (۳۷و۱۲)؛ «لا رَضاعَ بَعدَ فِطامٍ» (۳۸و۳۶).

اما چه رابطه‌ای میان مدت زمان شیردهی و سلامتی کودک وجود دارد که قرآن کریم و روایات رسیده از بزرگان، این چنین به این مسأله توجه نشان داده و اهمیت آن را بیان فرمودند؟ در پاسخ پرسش فوق می‌توان گفت: امروزه بر اساس نظر کارشناسان فن تغذیه، استفاده دو سالانهٔ کودکان از شیر مادر، روش مطمئنی است که با دستاوردهای علمی روز نیز قابل بررسی و اثبات می‌باشد. اولاً پستان مادر در امر تغذیه، مصونیت بخشی و رشد نوزاد، به مانند جفت در زندگی داخل رحمی، نقش خود را تا دو سالگی می‌تواند به خوبی ایفا نماید (۲۵). ثانیاً بر طبق تحقیقات صورت گرفته کودکانی که ۶-۱ و ۱۲-۷ ماه از شیر مادر تغذیه نمودند به ترتیب ۱/۰۲۳ و ۱/۱۴۵ مرتبه کمتر از کودکانی که زیر ۱ ماه شیر خورده‌اند به سرطان خون (یا لوسمی حاد) مبتلا شده‌اند؛ همچنین این تحقیقات نشان داد که کودکانی که ۱۸-۱۳ ماه و ۲۴-۱۹ ماه از شیر مادر بهره برده‌اند به ترتیب ۲/۴۵۵ و ۳/۵۴ مرتبه کمتر از کودکانی که زیر ۱ ماه شیر خورده‌اند به سرطان خون مبتلا شده‌اند؛ کودکانی که بیشتر از ۲۴ ماه از شیر مادر تغذیه نمودند ۲/۲۰۹ مرتبه کمتر به سرطان خون مبتلا شده‌اند (۳۹). پژوهش فوق بیانگر این است که میان مدت زمان تغذیه با شیر مادر و ابتلا به بیماری مهلکی مانند لوسمی حاد، رابطه معناداری وجود دارد و کودکانی که مدت بیشتری از شیر مادر تغذیه نمودند کمتر به بیماری مهلک سرطان خون مبتلا شده‌اند. بنابراین می‌توان گفت: چه بسا بیماری‌های ناشناخته و مهلکی که شیر مادر می‌تواند از ابتلا کودک به آن پیشگیری نماید، اما تاکنون تحقیق و پژوهشی در مورد آن صورت نگرفته است.

۵. برتری شیر مادر: بدون تردید، تنها غذای مناسب و ایده آل هر نوزاد، شیر مادر همان نوزاد است که به نوعی فراهم کننده مواد غذایی اختصاصی او می‌باشد. پیامبر گرامی اسلام در روایتی، شیر مادر را بهترین وسیله جهت تغذیه کودک و شیری بی‌رقیب در میان شیرهای دیگر بیان نموده‌اند: «لَيسَ لِلصَّبِيِّ لَبَنٌ خَيرٌ مِنْ لَبَنِ اُمِّهِ، برای کودک هیچ شیری نیکوتر از شیر مادر خودش نمی‌باشد» (۳۸و۱۲). امام علی (ع) نیز در

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

گفتاری مشابه سخن پیامبر، شیر مادر را با صفت «أعظَمُ بَرَکَةً» ستوده است: «ما من لَبن رَضعَ به الصّبیّ أعظَمُ بَرَکَةً علیه مِن لَبنِ اُمّه، هیچ شیری به اندازه شیر مادر برای تغذیه کودک پر برکت و مبارک نمی‌باشد» (۱۲). علاوه بر این قرآن کریم در آیات ۷ الی ۱۴ سورهٔ قصص، این مسأله مهم را با توجه به داستان حضرت موسی (ع)، به زیبایی مورد تأیید و تأکید قرار داده است. آیات ۷ الی ۱۴ سورهٔ قصص به دوران طفولیت و چگونگی رشد و پرورش حضرت موسی (ع) اشاره دارد. باری، با دقت در این آیات، به راحتی نمی‌توان از کنار جزئیات و مطالبی که بیان کنندهٔ برتری شیر مادر می‌باشد و قرآن آن را مورد تأکید و پردازش قرار داده است، گذشت؛ نگارندگان بر این باورند که خداوند در آیهٔ هفتم به زیبایی و ظرافت مثال زدنی، به مقولهٔ «شیر آغوز یا کلستروم» و حق اولیه مادر در شیر دادن به نوزاد شیرخوارش پرداخته و به آن اشاره نموده است: «وَ أَوْحَيْنا إِلى أُمِّ مُوسى أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ...، و ما به مادر موسی الهام نمودیم که فرزندش را شیر دهد و هنگامی بر او ترسیدی وی را به دریا بیفکن» (۱۵).

به اعتقاد کارشناسان، شیردهیِ بلافاصله بعد از تولد، شانس ادامه شیردهی و زنده ماندن نوزاد را افزایش می‌دهد؛ به عبارتی، تغذیه انحصاری با شیر مادر در همان ساعات اولیه تولد، میزان مرگ و میر را تا چهار برابر کاهش می‌دهد. در مقابل، شیردهی توسط غیر شیر مادر احتمال از هم‌گسیختگی فعالیت طبیعی روده را بالا برده و ایمنی کودک را در برابر عفونت‌ها کاهش می‌دهد» (۳۴). تحقیقات علمی نشان می‌دهد، «نوزاد با تشخیص صدا و بوی مادر خود، گرما و احساسی مشابه هفته‌های آخر زندگی داخل رحم را تجربه می‌کند؛ اغلب لب‌های نوزادان بلافاصله پس از تولد نزدیک سینه مادر قرار می‌گیرد و برخی از آنها شروع به مکیدن می‌کنند. اما عمده نوزادان علاقه فراوانی به صورت مادر به ویژه چشم‌هایش دارند و یا به مادرشان خیره می‌شوند. نکته جالب توجه اینکه تمایل نوزاد به بوی مایع آمنیوتیک مادر، بیانگر زمانی است که جنین در رحم مادر این مایع را بلعیده است و از آن خاطره دارد. به همین دلیل احتمالاً علاقه‌مندی نوزاد به مکیدن دست‌ها و انگشتان به خاطر آغشته بودن آنها با مایع آمنیوتیک می‌باشد» (۳۴).

از علل دیگر برتری شیر مادر نسبت به موارد تقریباً مشابه آن همانند شیر خشک و شیر حیوان (گاو) باید گفت: «شیر مادر غذای زنده‌ای است که همواره ترکیبات آن بر حسب سن شیرخوار در حال تغییر است. این شیر مخصوص نژاد انسان آفریده شده است و بیشتر از صد ترکیب متنوع دارد که نمی‌توان آن را به شیوهٔ مصنوعی تولید نمود» (۴۰). ترکیبات منحصر به فردی مانند چربی، لاکتوز (ماده قندی)، پروتئین، آهن، کلسیم، مواد معدنی، ویتامین‌ها و ... که به مقدار مورد نیاز در این موهبت خدادادی وجود دارد. در ادامه به سه نمونه از این ترکیبات اشاره می‌شود:

۱. لاکتوز: که ماده قندی اصلی در شیر مادر و سایر شیرها به حساب می‌آید، در شیر مادر بیشتر از شیر گاو وجود دارد. لاکتوز موجب سرعت در رشد میکروب غیر بیماری‌زای «لاکتوباسیل» در رودهٔ نوزاد می‌گردد و با این عمل، رشد سایر میکروب‌ها و باکتری‌های بیماری‌زا را مهار می‌نماید (۳۴).

۲. آهن: در شیر گاو، ۱۰ درصد ولی در شیر مادر ۷۰ درصد قابلیت جذب دارد (۲۵). از آنجایی که آهن در ساختمان هموگلوبین و گلبول‌های قرمز نقش اساسی دارد، شیرخوارانی که از شیر مادر تغذیه می‌کنند، کمتر در معرض کم‌خونی یا کمبودهای ویتامینی قرار می‌گیرند. در مقابل، کودکان تغذیه شده با شیر گاو، ممکن است در آینده به کم خونیِ فقر آهن دچار شوند (۴۱).

۳. چربی: هر چند تقریباً هم در شیر مادر و هم در شیرهای مصنوعی (شیر خشک) حدود پنجاه درصد انرژی از چربی تأمین می‌گردد، اما در شیرهای خشک، اسیدهای چرب اشباع نشده با زنجیره طولانی (۲۰ و ۲۲ کربنی) که برای رشد مغز لازم می‌باشند، عملاً وجود ندارد؛ در مقابل چربی شیر مادر بیشتر از نوعِ چربی‌هایی است که برای ساختمان مغز لازم است. همچنین، بر خلاف شیر خشک، شیر مادر در طول شبانه روز به آسانی و با درجه حرارت مناسب در اختیار نوزاد قرار می‌گیرد و از نظر هزینه‌های اقتصادی نیز به صرفه‌تر می‌باشد (۲۶).

بنابراین مهم‌ترین امتیاز و ویژگی شیر مادر نسبت به شیرهای دیگر به ویژه شیرخشک، تازگی و طراوت آن است. شیر مادر نه تنها عاری از میکروب است، بلکه سرشار از مواد ایمنی‌بخش بوده و به طور مستقیم، به مصرف شیرخوار می‌رسد و نیاز به نگهداری و جوشاندن ندارد. با این توصیف، جای تعجب و شگفتی فراوان دارد که انسان‌ها گاهی به جای شیر طبیعی و فیزیولوژیکی خود، از موارد مشابه آن بهره می‌برند. به گمان نگارنده این سطور، دو دلیل عمده در این باره وجود دارد: اولاً: «ناآگاهی برخی از خانواده‌ها نسبت به این موهبت بی‌نظیر و بی‌بدیل خداوندی»؛ ثانیاً: «سودجویی شرکت‌ها و کارخانه‌جات شیر خشک سازی». اما از آنجایی که آیندهٔ جامعه بشری به سلامت کودکان آن وابسته است، در سال‌های اخیر به موازات پیشرفت‌های سریع علمی و نیز چاپ و تدوین کتاب‌ها و مقالات فراوان، تا اندازه‌ای از رویه‌های غیر معمول و نادرست شیردهی نوزادان جلوگیری به عمل آمده و آموزش‌های مناسبی در این باره داده شده است.

٦. نشر حرمت از طریق رضاع: چنانچه ملاحظه گردید، شیر مادر در رشد و تکوین کودک، بسیار اهمیت دارد. اهمیت این مسأله تا بدان جاست که حتی اگر فرآیند شیردهی نوزاد توسط شخص دیگری صورت پذیرد و شیر وی نیز خصوصیات و شرایط شیر مادر را دارا باشد، این ارتباط دو طرفه موجب نشر حرمت از طریق رضاعت میان نوزاد و فرد شیر دهنده می‌شود. خداوند در این باره می‌فرماید: «حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ... وَأُمَّهَاتُكُمُ اللاَّتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتُكُم مِّنَ الرَّضَاعَةِ...، (ازدواج با) مادرانتان... و زنانی که شما را شیر داده‌اند و خواهران شیریتان، بر شما حرام شده است» (۱۷). در مورد تعداد دفعات و مدت زمان شیردهی این دسته از کودکان، اختلاف نظر وجود دارد؛ بیشتر روایات پیرامون نوشیدن شیر توسط نوزاد به صورت ۱۰ مرتبه، ۱۵ مرتبهٔ غیر متوالی، ۱۵ مرتبهٔ متوالی و یک شبانه روز، آن هم در صورتی که موجب روییدن گوشت و استحکام و استواری استخوان شود، تکیه می‌کنند. با توجه به تحلیلی که شیخ طوسی از این دسته روایات و نظرات پیرامون آن به عمل آورده و حتی آیت الله بروجردی در کتاب «منابع فقه شیعه» عنوان بابی را معنون به «باب أنّه لا یُحَرِّمُ مِنَ الرّضَاعِ

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

إلّا مَا أَنْبَتَ اللّحْمَ وَ الدّمَ وَ شِدَّ العَظْمَ...» نموده است (۴۲)- که حاکی از مقبولیت این نظر نزد وی دارد- این نتیجه به دست می‌آید که نظریهٔ مقبول «۱۵ بار شیر دادن متوالی به نوزاد (شیر خوردن متوالی نوزاد) در صورتی که گوشت بروید و استخوان محکم شود»، می‌باشد. از دیدگاه امام صادق (ع)، شیر خوردنی موجب نشر حرمت می‌شود که اولاً نوزاد از طریق نوشیدن پستان، کاملاً سیر شود و اشتهایش به پایان برسد؛ ثانیاً باعث رویش گوشت و استخوان و خون شود: «لا یُحَرِّمُ مِنَ الرَّضَاعِ إلّا مَا أَنْبَتَ اللّحْمَ وَ الدّمَ وَ شِدَّ العَظْمَ» (۱۲)؛ یا در جایی دیگر می‌فرماید: «الرَّضاعُ الّذی یُنْبِتُ اللّحْمَ وَ الدّمَ هُوَ الّذی یَرْضعُ حَتّی یَتَمَلّی وَ یَتَضَلّعَ وَ یَنْتَهِیَ نَفْسُهُ؛ رضاعی که گوشت و خون می‌رویاند و می‌سازد، همان است که شیر بخورد تا پُر شود و سیر گردد و اشتهایش به پایان رسد» (۴۳). دیدگاه قرآن و روایات، مبنی بر ۱۵ بار شیر خوردن متوالی نوزاد که موجب روییدن گوشت و استحکام استخوان شود را می‌توان از دو نظر مورد بررسی قرارداد:

الف. با توجه به چربی‌های موجود در شیر مادر: چربی‌های شیر مادر، بیشتر از نوعِ چربی‌های لازم برای ساختمان مغز است و در تکامل سیستم عصبیِ مرکزی، نقش اساسی دارند و به نحو مطلوبی نیازهای انرژیتیک نوزاد را تأمین می‌کنند. این چربی‌ها بیشتر در پایان هر وعده شیردهی ترشح شده و به سیر شدن و تأمین نیازهای انرژی طفل کمک می‌کند. از این‌رو باید به مادر توصیه کرد تا در هر وعدهٔ شیردهی، تمامی شیر هر پستان خود را به فرزندش بخوراند. همچنین، کم و کیف مطلوب چربی شیر مادر چنان است که شیرخوار زودتر سیر شده و پُرخوری نمی‌کند و موجب چاق شدن بی‌تناسب او نمی‌شود (۲۵).

ب. با توجه به میزان ویتامین D در شیر مادر: میزان ویتامین D در شیر مادر در حدود ۲۵ واحد بین المللی در لیتر است که جذب آن هم برای نوزاد به طور کامل انجام می‌گیرد. ویژگی مهم و اساسی ویتامین D، ساخت و استحکام استخوان‌های نوزاد است که کمبود آن می‌تواند منجر به بیماری راشیتیسم یا نرمی استخوان در شیرخواران شود. به همین دلیل پس از دوران شیرخواری نوزاد، اگر تغذیه مادر مطلوب نباشد یا شیرخوار در معرض آفتاب قرار نگیرد ممکن است نوزاد به بیماری راشیتیسم دچار شود. بنابراین، جهت پیشگیری از این بیماری لازم است روزانه حدود ۴۰۰ واحد ویتامین D خوراکی برای شیرخوار، توصیه و تجویز شود (۳۴). گفتنی است در آیات قرآن زمان انجام شیردهی نوزاد از طریق رضاع که موجب حرمت می‌گردد مشخص نشده است. گویا در طی مدت ۲ سال، هر زمانی که این فرآیند انجام گیرد، موجب نشر حرمت می‌گردد. اما بعد از مدت دو سال، با عنایت به روایت «لا رَضاعَ بَعْدَ فِطَامٍ» (۳۸و۳۶)، نشر حرمت انجام نمی‌گیرد.

در پایان باید گفت نیکوترین روش شیردهی از نگاه امام صادق (ع)، تأکید بر شیر خوردن نوزاد از هر دو پستان است. امام در روایتی می‌فرماید: «یا أمّ إسحَاقَ لا تُرضِعِیهِ مِنْ ثَدْیٍ واحدٍ وَ أَرْضِعِیهِ مِنْ کِلَیْهِمَا یَکُونُ أَحَدُهُمَا طَعاماً وَ الآخَرُ شَراباً؛ ای مادر اسحاق از یک پستان شیر مده از هر دو پستان شیر بده که یکی به جای طعام است و دیگری به جای آب» (۴۴و۳۶). این سخن امام صادق (ع)، از نگاه کارشناسان فن تغذیه نیز قابل توجیه است؛ زیرا ترکیب شیر مادر در ساعات مختلف شبانه‌روز متغیر است. برای نمونه، چربی که منبع غنی‌ای از انرژی است، کمترین مقدار آن در شیر مادر ۶ صبح بوده که به تدریج تا ساعت ۲ بعد از ظهر افزایش می‌یابد. در هر وعده غذایی، قسمت اول شیر مادر (شیر پیشین= Fore milk) دارای چربی کمتری است که به رنگ آبی بسیار کم رنگ می‌باشد. این چربی به تدریج افزایش یافته و بیشترین مقدار آن در اواخر شیر خوردن (شیر پسین= Hind milk) ظاهر می‌گردد و سفیدی شیر عمدتاً به دلیل محتوای چربی آن است (۴۱و۳۴) بنابراین کودک جهت رشد و نمو جسمی خود به هر دو شیر پستان مادر نیازمند است تا از ترکیبات شیر مادر به نحو احسن برخوردار شود.

بحث و نتیجه گیری

مطاله حاضر نشان داد از منظر قرآن کریم حق اولیهٔ شیردادن به نوزاد، از آنِ مادری است که کودک را به دنیا آورده است و مادر نیز وظیفه دارد نوزاد خود را از شیر مغذی آغوز، بهره‌مند سازد و با توجه به نقش بی‌مانند شیر مادر در رشد روحی و جسمی نوزاد، قرآن کریم مدت زمان مطلوب شیردهی کودک شیر خوار را دو سال کامل (حَوْلَیْنِ کامِلَیْنِ) و حداقل این زمان را ۲۱ ماه بیان نموده است.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

References

1. The Holy Qur'an. Ibrahim/ 41
2. The Holy Qur'an. Maryam/ 32
3. The Holy Qur'an. Al-Isra/ 23
4. The Holy Qur'an. Luqman/ 14
5. The Holy Qur'an. Al-Ahqaf/ 15
6. The Holy Qur'an. Al-Baqarah/ 83
7. The Holy Qur'an. Al-Ankabut/ 8
8. The Holy Qur'an. Annisa/ 36
9. The Holy Qur'an. Al-Anam/ 151
10. The Holy Qur'an. Al-Baqarah/ 233
11. Yadollahpour.B. Human dignity in Qur'an, Qom, Adyan , 2013, P75, [In Persian].
12. Ameli, Shaikhe Hor,Vasayelo l shiee, Bayroot, Dar ol Ehya ol torath ol arabi, first ed. 1987; (21)، p 468 [Arabic].
13. Majlesi.MB. Beharolanvar. Beirut: Dar Ehya al-Torath al-Arabi, 1983; v100, p323 [Arabic].
14. Yadollahpour.B Principles and historical interpretation of the Qur'an issue, Qom, dar ol elm, 2005,P184 , [In Persian].
15. The Holy Qur'an. AL-Qasas/ 7
16. The Holy Qur'an. Al-Haj/ 2
17. The Holy Qur'an. Annisa/ 23
18. The Holy Qur'an. AtTalaq/ 6
19. Tabatabaei. MH. Almizan, Qom, Entesharat Eslami Institute, 1993, V2, P 359, [In Persian].
20. The Holy Qur'an. Ibrahim/ 41
21. Tabatabaei. MH. Almizan, Qom, Entesharat Eslami Institute, 1993, V7, P 234, [In Persian].
22. Taleqani M. The light of the Qur'an. Tehran, Publishing Company, 1981,V2 P156, [In Persian].
23. Makarem Shirazi N. Tafsire Nemoneh, Tehran, Darol Kotobel Eslamieh, 1993,V2 P 186, [In Persian].
24. Tabatabaei MH.Almizan, Qom, Entesharat Eslami Institute, 1993, V16, P 10, [In Persian].
25. Noori MR. Health in the Qur'an, Mashhad, Vaqefi, 2006, P120, [In Persian].
26. Esfahani MM. Breastfeeding and the foster family, Tehran, Iran University of Medical Sciences 1993, P14, [In Persian].
27. Noori Shadkam M. The Qur'an and Modern Medicine, Tehran, DarolKotobel Eslamieh, 1997, P60, [In Persian].
28. Nelson, Waldo E, Behrman, Richard E, Nelson textbook of pediatrics.14th ed Translated by Mohammad Banyfzl, Davoud Rezomeh, Abu al-Qasim Homayoun Hashemi, Nutrition and nutritional disorders, 1992, P51, [In Persian].
29. Kamalifard M, Heidarzadeh M, Ghojazadeh M, Mohammadi M. [The effect of kangaroo care on Exclusive breast feeding in noliparous women]. J Tabrize Nurs Midwife. 2011; 17: p12–18 [In Persian].
30. Tabarsi F. Majma' al-Bayan fi-Tafsir al-Qur'an, Tehran, Naser Khosro, 1991, V1P584 [In Persian].
31. Tayyib, Abdul Hossein, Atyb al -Bayan fi Tafsir al- Qur'an (the Best statement in the interpretation of Qur'an), Islam publications, Tehran 1378. 1997, V2P472 [In Persian].
32. Harrani H. Tuhaf al-'Uqul, , Qom, Entesharat Eslami Institute, P263 [Arabic].
33. Majlesi MB. Bihār al-Anwār, Beirut: Dar Ehya Altarath Alarabi, 1983V71P15 [In Persian].
34. Esmaili MR. Brfastfeeding Counselling: A training Course. Participants Manual. WHO. Unicef1993, Babol, 2011, P27 [In Persian].
35. Masoudpour N, Salem Z, Rezaeian Mohsen, Hesami V. Relationship Between Frequency of CHild and Growth in the Second yeay 2009, P188. Medical Journal of Hormozgan University Fall 2008, 12, (3); 187- 195 [In Persian].

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

36. Koleini M. Alkafi, Tehran, Dar al- ketab Eslamieh, 1984, V6 P 40 [In Persian].
37. Toosi M. Refine judgments, Tehran, Darol Kotobel Eslamieh, 1984, V8P106 [Arabic].
38. Ibn Babawayh, mohammed bin ali (Sheik Sadooq). Uyun Akhbar Al Reza, Tehran, Jahan, 2000, P227 [Arabic].
39. Nikpour S, Rahimian S, Shokrabi S, Haghani H. Relationship Between Breast-Feeding Duration and Childhood Acute Leukemia. Iranian Journal of Endocrinology and Metabolism. 2010; 11 (2): 185-190 [In Persian].
40. Sadvandian Saadondian S, Taheri M. Guide to Breastfeeding Support. (of children and infants in hospitals), Tehran, SokhanGostar, 2009, P20 [In Persian].
41. Marlow D. Pediatric nursing. Translated to Farsi by Arezoo-maniance. Tehran: Boshra Co., 1998, P120 [In Persian].
42. Borojerdi H. Sources of shi'ite jurisprudence, Tehran, Farhange Sabz, 2011, V25, P839 [Arabic].
43. Koleini M. Alkafi, Tehran, Darol Kotobel Eslamieh, 1984, V5 P 445 [In Persian].
44. Ibn Babawayh, mohammed bin ali (Sheik Sadooq). Man-La-Yahzar-Al-Faqih, Qom, Entesharat Eslami Institute,1991, V3P475 [Arabic].

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

Babol Univ. of Med. Sciences
Islam and Health Journal/ 2014; 1(3): 69-77

Comparative study of the importance of breast milk from Qur'an and medical science approach

Received: 28 Dec 2014 Accepted: 14 Apr 2015

Heidari MS (MA)[1]
Yadollahpour MH (PhD)[2*]
Hoseiny Z (PhD)[3]
Basirat Z (MD)[4]

1. PhD student of the Quran and Hadith Mazandaran University, Babolsar, Iran
2. Department of Islamic thought, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran
3. Department of Quran and Hadith, Mazandaran University, Babolsar, Iran
4. Fateme Zahra infertility & Reproductive Health Research Center. Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran

[*]**Corresponding Author:**
Yadollahpour MH, Department of Islamic thought, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran

Tel: +98 11 32190846
Fax: +98 11 32190846
Email: baghekhial@gmail.com

Abstract

Introduction: Undoubtedly, breast milk is the best food for the baby in the first months of the birth and breastfeeding is one of blessings and gifts that God has physiologically bestowed human beings during the first two years of their lives. The mechanism and plan of this important issue have been processed by using many verses of Qur'an. Qur'an orders the parents especially mothers not to deprive their children of this blessing because breast milk is the unique and perfect food in the promotion of mental health and physical growth, optimal development of children and increasing of emotional relationships in society.

Methods: The aim of this cross-sectional study was to investigate and analyze comparatively the "breast milk" from the approach of Qur'an and some scientific and medical results. Therefore, this research was performed using verses of Qur'an, authentic hadiths, medical books and scientific papers.

Findings: Several verses of Qur'an emphasize the importance of mother's milk and the important issues such as foremilk or colostrums, priorities for mother to breastfeed the infant, consultation in the breast-feeding process, the optimal duration of breastfeeding and bonding relationships between infants and lactiferous were mentioned in the verses of God with special delicacy. Medical texts as well as Qur'an emphasize the importance of breastfeeding.

Conclusion: The study shows that the best nutrition for infants is breast milk and indirect breastfeeding from the breast provides rights. It is necessary for mothers not to deprive the children of their rights for two years in order to preserve the physical and mental health of them.

Keywords: Qur'an, Breast milk, Breastfeeding, Medicine

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]