

به نوزادان شیرغنی‌تر بدهید

ویتامین‌های شیر مادر به تغذیه زنان شیرده بستگی دارد.



ویتامین‌های شیر مادر به تغذیه زنان شیرده بستگی دارد.

متخصصان تغذیه همیشه تأکید می‌کنند که غذای مادر شیرده باید حاوی مقادیر زیادی مواد مغذی و ویتامین باشد زیرا ویتامین‌های موجود در شیر مادر عمدتاً انعکاسی از مقدار ویتامین مصرفی مادر است. مثلاً اینکه مادران شیرده برای پیشگیری از کم آبی بدن باید حدود 8 تا 10 لیوان آب در روز بنوشند.

مایعاتی مانند شیر، دوغ، چای، آب میوه و حتی مواد غذایی آبدار مانند خورش‌ها برای زنان شیرده مفید است. این روزها از هر ماده خوراکی برای رساندن مواد مغذی مورد نیاز استفاده می‌شود و با وجود آنکه شیر مادر را از کامل‌ترین غذاها برای نوزاد تازه متولدشده می‌دانند اما تلاش‌ها برای غنی‌تر کردن این موهبت غذایی الهی نیز متوقف نمانده است. در تازه‌ترین تلاش‌ها، این بار محققان سعی کرده‌اند مواد غذایی مورد نیاز نوزادان نارس را به شیر مادر اضافه کنند تا آنها نیز از این موهبت، محروم نمانند.

نیازهای ویژه نوزادان نارس، یکی از مهم‌ترین چالش‌ها در مراقبت از این نوزادان به شمار می‌رود؛ چنان که هم‌اکنون معمول است، اکثر این نوزادان در بخش‌های بستری، از شیر مادر محروم می‌شوند تا به جای آن مواد مغذی‌تر مصرف کرده و به این ترتیب عقب‌ماندگی رشد خود را جبران کنند.

اما خبرگزاری رویترز گزارش داد، محققان بیمارستان اطفال شهر تورنتو، نوعی مکمل غذایی، شامل مهم‌ترین نیازهای تغذیه‌ای نوزادان نارس تهیه کرده‌اند و با اضافه کردن آن به شیر مادر و تحت نظر داشتن این نوزادان، متوجه شده‌اند که این ترکیب، می‌تواند غذای مؤثری برای جبران این عقب‌ماندگی محسوب شود.

براساس این گزارش، مادران باید نصف شیر خود را با استفاده از پمپ‌های خاصی که ویژه این کار است، در شیشه ریخته و پودر مکمل را با آن مخلوط کنند و به نوزادشان بدهند. نیم دیگر شیر مادر، به طور معمول به نوزاد خورانده می‌شود.

بررسی شاخص‌های رشد در نوزادان مورد مطالعه، بعد از ۱۲ هفته، نشان داد که این نوزادان از جهت افزایش قد و نیز دور سر، توانسته‌اند رشد قابل‌ملاحظه‌ای داشته باشند (البته هنوز ترکیبات این مکمل، فاش نشده که احتمالاً به دلایل تجاری بوده است). بررسی‌ها نشان داد که این میزان استفاده از بطری برای تغذیه نوزاد، تأثیری در کاهش توان او برای مکیدن شیر مادر نداشته و میزان مکیدن این نوزادان با سایرین تفاوت معنی‌داری ندارد.

گفتنی است استفاده از شیشه و پستانک در نوزادان و شیرخواران کم‌سن، به دلیل شکل خاصی که سرشیشه‌ها دارند، معمولاً باعث کم شدن توان آنها در مکیدن شیر مادر می‌شود و به همین دلیل معمولاً توصیه می‌شود از این وسایل استفاده نشود. در این مطالعه به این موضوع هم توجه شده و استفاده از نیمی از سهمیه شیر نوزاد از راه معمولی، درست به دلیل پیشگیری از همین کاهش توانایی بوده است.

با این حال، این محققان خطر نکرده‌اند و یک مشاور شیردهی هم در تمام طول مدت مطالعه، همراه سایر اعضای تیم درمانی، آموزش و مشاوره لازم را به مادران می‌داده است تا در صورت بروز هر گونه مشکلی در شیردهی، فوراً برای حل آن اقدام شود. محققان تأکید دارند که چنین برنامه‌ای بدون حضور مشاوران زنده در امر شیردهی، ابتر بوده و ممکن است به نتایج مورد انتظارش دست پیدا نکند.

این محققان می‌گویند: به نظر می‌رسد بتوان از این مکمل برای روزهای بعد از ترخیص نوزاد از بیمارستان هم استفاده کرد. اما از آنجا که شیر باید در محیط دومی تهیه و به نوزاد داده شود، مسئله مهم آموزش مادران برای ضد عفونی صحیح وسایل شیردهی و تهیه شیر به روش سالم و بهداشتی است که نقص در آن می‌تواند نتایج را تغییر دهد.

به همین دلیل آنها ترجیح می‌دهند ادامه استفاده از این مکمل را در خانه، موکول به انجام پژوهش‌های بیشتر در این زمینه کرده و

برنامه دقیقی برای اجرای آن، تدوین کنند. نتایج این بررسی‌ها در آخرین شماره نشریه علمی «پدیاتریکس" منتشر شده است.

این تلاش‌ها، همگی برای رسیدن به این هدف مهم بوده که حتی نوزادان نارس هم بتوانند لذت تغذیه با شیر مادر را تجربه کنند. اما اینکه چرا برخی از مادران، نوزاد سالمشان را از این موهبت محروم می‌کنند، جای تعجب دارد.