



## وقتی کوجولویمان باید شیر خشک بخورد

این روزها کمتر کسی است که نداند بهترین غذا برای شیرخواران، بخصوص تا شش ماهگی، شیر مادر است. تغذیه با شیر مادر جدای از فواید تغذیه‌ای، به دلیل دارا بودن مواد مصنوعیت‌زا و تقویت‌کننده سیستم ایمنی بدن، کودک را در برابر بسیاری از بیماری‌های عفونی و تنفسی محافظت می‌کند.

جام جم آنلاین: این روزها کمتر کسی است که نداند بهترین غذا برای شیرخواران، بخصوص تا شش ماهگی، شیر مادر است. تغذیه با شیر مادر جدای از فواید تغذیه‌ای، به دلیل دارا بودن مواد مصنوعیت‌زا و تقویت‌کننده سیستم ایمنی بدن، کودک را در برابر بسیاری از بیماری‌های عفونی و تنفسی محافظت می‌کند. اما اگر مادرانی را که به دلایل شخصی یا باورهای غلط ذهنی از شیردادن به کودک طفره می‌روند، مستثنی کنیم، گروهی از مادران ناگزیر به تغذیه کودکشان با شیر خشک هستند.

دکتر فریبا شیروانی، فوق تخصص عفونی اطفال و عضو هیات علمی گروه اطفال دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفت‌وگو با جام‌جم می‌گوید: گرچه به طور معمول هر مادری می‌تواند فرزندش را با شیر خود تغذیه کند، اما در صورت وجود برخی بیماری‌های حاد کلیوی، اختلالات متابولیکی، هیپاتیت یا برخی بیماری‌های عفونی در مادر، تغذیه کودک با شیر خشک بهترین گزینه تلقی می‌شود.

### شیر خشک؛ بهترین گزینه تا یکسالگی

گرچه ارزش‌های تغذیه‌ای شیر خشک به هیچ عنوان با شیر مادر قابل مقایسه نیست، اما شیر خشک برای نوزادانی که به هر دلیل نمی‌توانند از شیر مادر استفاده کنند، بهترین گزینه جایگزین تغذیه‌ای برای کودک بخصوص تا یکسالگی تلقی می‌شود.

شیر خشک گرفته شده از شیر گاو برای بیشتر کودکان (کودکانی که به پروتئین شیر گاو حساسیت دارند با مشورت پزشک متخصص باید از انواع دیگر شیر خشک استفاده کنند) بهترین انتخاب است، زیرا نزدیک‌ترین ترکیب به شیر مادر محسوب می‌شود.

ترکیب اصلی در بیشتر شیر خشک‌های امروزی شیر گاو است، ولی شیر گاو قبل از استفاده در شیر خشک به میزان زیادی تغییر داده می‌شود.

به بیان دیگر از آنجایی که غلظت پروتئین‌ها در شیر معمولی گاو بالاست و هضم آنها برای نوزاد بسیار سخت است، میزان کربوهیدرات، پروتئین و چربی شیر گاو در فرآیند تولید شیر خشک تغییر داده می‌شود.

### وقتی نوزاد باید شیر خشک بخورد

طی فرآیند مکیدن نوزاد، هورمون‌های خاصی در بدن مادر ترشح می‌شود و مغز فرمان جریان یافتن شیر را از طریق غدد و مجاری خاصی در سینه مادر ارسال می‌کند.

به این ترتیب همزمان با مکیدن بیشتر نوزاد، شیر مادر نیز بیشتر می‌شود. دکتر شیروانی با تأکید بر این‌که همه مادران از توانایی شیر دادن به نوزادشان برخوردارند، می‌گوید: اگر نوزاد از بدو تولد دچار بیماری خاصی باشد که بر اساس آن قادر به خوردن شیر مادر نباشد، باید با شیر خشک تغذیه شود. چنین نوزادانی از زمان تولد، دچار تشنج، زردی و علائمی شبیه عفونت هستند. همچنین کودکانی که دچار نوعی اختلال متابولیکی هستند قادر به متابولیزه کردن اسید آمینه موجود در شیر مادر نیستند و با مصرف آن دچار مشکلات شدید عصبی می‌شوند، باید از شیرخشک استفاده کنند.

### مادران بیمار و تغذیه با شیر خشک

شیروانی با اشاره به مادرانی که قادر به شیردهی فرزند خود نیستند، می‌افزاید: مادرانی که نقص متابولیکی دارند یا از اختلالات شدید کلیوی رنج می‌برند، یعنی کراتین خونشان بسیار بالاست، نباید به فرزندشان شیر بدهند.

همچنین مادرانی که ایدز دارند، بخصوص اگر حین بارداری و زمانی نزدیک به زایمان به ویروس اچ‌آی‌وی آلوده شده باشند و نوک سینه‌شان نیز زخم باشد، نباید به نوزادشان شیر بدهند.

ابتلا به هپاتیت نوع B و C، چون واکسن آن موجود است، منعی را برای شیردهی ایجاد نمی‌کند، اما هنگام ابتلا به هپاتیت نوع A چون واکسن آن در کشورمان موجود نیست، بهتر است شیردهی با مشورت پزشک صورت بگیرد.

این متخصص اطفال تاکید می‌کند: در صورت ابتلای مادر به بیماری سل، شیردهی باید تا دو هفته پس از درمان به تعویق بیفتد، اما در صورت ابتلای مادر به آبله مرغان، می‌توان با تزریق ماده‌ای به کودک از ابتلای او به این بیماری جلوگیری کرد. در مورد سایر بیماری‌های عفونی، اگر بچه سالم و بموقع نیز به دنیا آمده باشد، منعی برای شیردهی وجود ندارد، اما مادران الکلی و نیز مادرانی که تحت شیمی‌درمانی یا مواد رادیواکتیو هستند، نباید به نوزاد خود شیر بدهند. به گفته متخصصان اطفال، مصرف داروها بجز داروهای ضدتشنج و داروهای اعصاب و روان مشکلی از بابت شیردهی مادر ایجاد نمی‌کند.

پونه شیرازی - گروه سلامت