الرضاعة الطبيعية تقي الأُم من هذه الأمراض



◄يكثر الحديث عن فوائد الرضاعة الطبيعية بالنسبة للرضيع، أمّا فوائد الرضاعة الطبيعية للأُم فتكشفها زهاء الطريسي "الحاصلة على درجة الماجستير في الصحّة العامة"، والتي تتلخص في مساهمة الرضاعة الطبيعية بنسبة كبيرة في حماية الأُم المرضعة من الإصابة بسرطان الرحم.

وحسب دراسة أجراها معهد الأبحاث الطبي في أستراليا، فإنّ الأُم المرضعة لديها فرصة بنسبة 11% لعدم إصابتها بسرطان الرحم مقارنة مع الأُم غير المرضعة.

وأكدت دراسة أخرى نشرها مركز السرطان للأبحاث في بريطانيا على أنّ الرضاعة الطبيعية تقلل من نسبة الإصابة بسرطان الثدي بالنسبة للأُم المرضعة، إضافة إلى عوامل أخرى، منها: الرياضة، والغذاء المناسب.

وخطورة سرطان الثدي تكشفها نسب الإصابة، فقد تم تشخيص 1.7 مليون سيّدة حول العالم قبل عدة سنوات، وكشف موقع مركز الوقاية من الأمراض الأمريكي أنّ الرضاعة الطبيعية تقلل من نسبة الإصابة بسرطان المبيض.

وأوضحت زهاء الطريسي: أنّ الرضاعة الطبيعية تساعد الرحم على العودة إلى وضعه الطبيعي عن طريق إطلاق ما يسمى بهرمون الأوكسيتوسين في الدم، والذي يساعد على خروج الحليب، وأيضاً يساعد على زيادة التقلصات الرحمية، التي تزيد من سرعة انكماش حجم الرحم، وبالتالي رجوعه إلى وضعه الطبيعي، الذي يسبق الحمل، فعند ولادة الطفل وحتى فترة خروج المشيمة، والتي تعدّ المرحلة الثالثة في عملية الولادة، فإنّ هناك فقداناً لكمية كبيرة من دم الأُم، مما يعرّض حياتها للخطر.

ومن الطّرق، التي تستخدم للحدّ من الخطورة، إرضاع الطفل، والذي يساعد بدوره على تقليل كمية

الدم المفقودة، وإطلاق هرمون الأوكسيتوسين في الدم، ثم تقليل النزيف المهبلي، وهذا ما أكده موقع "كوكورين" البريطاني للأبحاث.

وأضافت زهاء الطريسي: إنّ الرضاعة الطبيعية تحدّ من نسبة الإصابة بأمراض القلب والجلطات، ففي دراسة أجريت في الصين، ونشرتها منظمة القلب الأمريكية عام 2017م، ذُكر أنّ هناك عدة فوائد للرضاعة الطبيعية، منها: التقليل من خطورة الإصابة بأمراض القلب والجلطات، فمن خلال نتائج دراسة تم إجراؤها على قرابة 300 ألف سيّدة صينية تبيّن أنّ فرص الإصابة بأمراض القلب والجلطات تبلغ 10% أقل بين المرضعات مقارنة مع السيدات اللواتي لم يقمن بالإرضاع الطبيعي، بالإضافة إلى أنّ الرضاعة الطبيعية تقلل من نسبة إصابة الأُم المرضعة باكتئاب ما بعد الولادة، فوفقاً لدراسة أجريت على 10 آلاف سيّدة في جنوب بريطانيا 2014م، كشفت النتائج أنّ السيّدات، اللواتي قمن بالرضاعة الطبيعية، كن أقل عرضة للإصابة باكتئاب ما بعد الولادة بنسبة تصل إلى نحو 50%.►