

الرئيسية | عن الهيئة | التبرع بالدم | اتصل بنا

الهيئة العربية لخدمات نقل الدم

الأخبار - المجلة - الكتاب - الموسوعة - دليل المواقع

www.arababts.org



آخر المواضيع: ... (آخر رد: أسيره إحسانسي) :: عضو جديد (آخر رد: أسيره إحسانسي) :: استعمل شراب السعال الذي تصنعه في بيتك (آخر رد: عاشق ديرته) :: هل لي مكان ببيتكم (آخر رد: أسيره)

منتدى الهيئة العربية لخدمات نقل الدم < منتدى الثقافة الصحية العامة والاستشارات الطبية < التغذية السليمة والوقاية من البدانة

ماذا تأكل المرضعات؟ وما طعام الرضع؟

التسجيل | التعليمات | قائمة الأعضاء | التقويم

الإهداءات

www.arababts.org

إضافة رد

صفحة 1 من 2 < 1 2 > إضافة رد

1#

طعام الرُّضَع والمرضعات

يعتبر حليب الأم أفضل غذاء للرضيع بمدته بالطاقة والأضداد المناعية الواقية من الأمراض وعناصر البناء الجسدي الكاملة بالإضافة إلى مشرب الحنان الأمومي العاطفي ..

ولا عيرة في حجم الثديين بالنسبة لغزارة الحليب ، وإنما العبرة بغزارة الغدد الحليبية ، فقد يكون الثديان صغيرين لكنهما غنيان بالغدد المفرزة للحليب فيُدْران من الحليب مالا يدرهما ثديان أكبر منهما بأضعاف مضاعفة . وأما كبر الثديين فينجم في أغلب الأحيان على حساب النسيج الدهني . وتختلف كمية الحليب المفرزة بين رضعة وأخرى بحسب الحالة النفسية للمرضع وارتوانها من السوائل الكافية وصحة أثنائها وقدرة طفلها على المص ..

الوصايا الصحية الغذائية للمرضعات :

- 1 - يجب ألا تستعمل المرضع أي دواء إلا بمشورة الطبيب ، وعليها أن تتأكد من خلُق صدها وجسدها من الأمراض السارية كالمسل والإيدز وذوات الرنة الجرثومية .. ويجب أن تُطَهَّر حلمتها بالماء والصابون قبل كل رضعة ، وعليها أن تقي الحلمة بعد الرضاع بقطعة من الشاش المعقم تكون عازلاً بينها وبين حمالة الثديين (الستيان) .
- 2 - يجب أن تبدأ الرضاعة الوالدية باكراً ما أمكن بعد الولادة (يفضل حالياً وضع الطفل بعد الولادة مباشرة بتماس جلدي مباشر على بطن أمع وإعطاء الثدي له بعد الولادة مباشرة لتحريض إدرار الحليب)، ويستمر الرضاع الطبيعي على الأقل 3 - 4 أشهر ، والأفضل أن يستمر سنة وستة أشهر . وستنتين لمن تريد إتمام الرضاعة حسب القرآن الكريم ، فإذا كانت الأم ذات عمل فيمكنها تنظيم وقت الرضاع حسب دوامها .
- 3 - يجب أن تمتنع المرضع عن التدخين وشرب الكحول لأنها تُضر بالرضيع ، وعليها أن تخفف من شرب الشاي والقهوة .
- 4 - تحتاج المرضع إلى 500 ك.كالوري إضافة لحاجتها اليومية الأساسية خلال الأشهر الستة الأولى من الرضاع وتحتاج إلى مقدار أكبر إذا استمر الرضاع بعد ذلك لتعويض ما استنفدته من خزين أثناء فترة الحمل ، وليصبح لبنها عالي النوعية .
- 5 - تحتاج المرضع إلى 1.2 غ يومياً من الكالسيوم ، يمكن تأمينها عن طريق شرب الحليب وتناول مشتقاته ، ولها أن تتناول جميع الأطعمة التي تفضلها شرط أن تحتوي على المعادن الكافية من الحديد وحمض الفوليك والزنك والفيتامينات الأخرى الضرورية للطفل .
- 6 - يجب زيادة مقدار البروتينات 15 غ يومياً عن الاحتياج الأصلي خلال الأشهر الستة الأولى من الرضاع ، وزيادة 12 غ يومياً على السابق خلال الأشهر الستة التالية . ويمكن أن تكون من البروتينات الحيوانية العالية النوعية ، وذلك بتناول اللحوم والحليب والبيض . وإن تناول كاسين كبيرتين من الحليب تضمن الزيادة المطلوبة خلال الأشهر الأولى من الرضاع . فإذا لم تتوفر هذه الكمية فيمكن أن يؤخذ قسم منها من مصادر نباتية كالحنطة والبقوليات ..
- 7 - يجب ألا تفرط المرضع في تناول الحلويات والفواكه خلال الأشهر الثلاثة الأولى فقد يسبب ذلك إسهال الطفل أو إصابته بطفور المبيضات البيض في فمه ويجب تجنب بعض الأطعمة المشهورة بتحريض التحسس الغذائي كالبيض ، والسمك ، والبندق ، والشكولاتة خلال السنة الأولى من الرضاع خصوصاً إذا كانت العائلة تعاني من التحسسات الغذائية . ويجب إخراج الرضيع من الغرفة التي تنظف بالطرق القديمة (المكنسة العادية) فقد تثير الأغبرة عنده نوبة ربوية تحسسية . والأفضل استخدام المكنسة الكهربائية إن توفرت .
- 8 - يجب أن تُكثَّر المرضع من السوائل 2-3 ليترات يومياً ، منها 3-4 كؤوس من الحليب القليل الدسم لتأمين البروتين والكالسيوم .
- 9 - تظهر في الحليب مادة دسمة صفراء تعرف باسم اللبأ خلال الفترة الأولى من الإرضاع (1 - 2 أسبوع) وهي مُفَرِّزُ بروتيني طبيعي يقوي مناعة الطفل ويلين بطنه لإخراج العقي منها ويهني أمعانه لقبول الحليب والتعامل معه فيما بعد ، وذلك بما يحتوي عليه من

AM 08:46 ,2008-01-11

الدكتور ضياء الدين الجماس
المشرف العام للفتوى العلمية - اختصاصي في الأمراض الداخلية العامة - ماجستير في الأمراض الداخلية بدرجة ممتاز خبير في المصطلحات الطبية والمرضعة



تاريخ التسجيل: Dec 2007
المشاركات: 2,026

آخر مواضيعي

- 0 آداب المرضع أثناء المرض
- 0 فلوبنا منك يا غرة .. يا أختونا في فلسطين.. شعر
- 0 كيف نتخلص من رائحة الجسم الكريهة؟
- 0 تكريم بجائزة أفضل كتاب مترجم للعلوم
- 0 المعجزات الخالدات

البروتينات والسكريات والمعادن والفيتامينات والهرمونات والعوامل المساعدة على النمو وقليل من الدسم.
(ملاحظة: اللبأ Colostrum ، يدعى أيضاً الصمغة ، وهو مادة طبيعية سهلة الهضم أغنى بالبروتينات والأملاح والفيتامينات من الحليب العادي وأقل احتواءً منه على الدسم والسكريات ، وهي محملة بالأضداد المقاومة للجراثيم والفيروسات) .

10 - يجب على الأم تنويع مصادر غذائها وانتقاء الطعام ذي المذاق الجيد وأن تبتعد عن الأطعمة الحادة كالقوم أو البصل أو الفجل .. لأنَّ الطفل يتذوق حليبه فإن كان طيب المذاق أقبل على تناوله وإن كان مخلوطاً بالجذور الكيماوية الحادة فإنه ينفر منه .

11 - قد يتوقف دُر الحليب بسبب التعرض للصدمة العصبية النفسية ، فيجب تحاشيها . وإن حدثت فلا بد من استشارة الطبيب لدر الحليب أو وصف الحليب المناسب للرضيع .

12 - يجب إرضاع الطفل كلما بكى في الأسابيع الثلاثة الأولى ثم تُنظَّم رضاعته تلقائياً بعد ذلك كل 3 - 4 ساعات حسب وفرة حليبه وقدرته على الرضاع، ويتكفى عادة بـ 7 رضعات في اليوم ثم 6 رضعات مع تطاول الزمن ثم ينتظم الرضاع بمقدار 5 رضعات في اليوم .

13 - يحتاج الطفل من الحليب يومياً إلى 130 مل/كغ من وزنه خلال الأسبوعين الأولين ثم 150 مل/كغ من وزنه بعد ذلك . ولا يمكن تقدير كفاية الإرضاع الطبيعي إلا بمراقبة زيادة الوزن التي يجب أن تكون بمقدار 180-240 غ في الأسبوع .

ملاحظات حول الإرضاع الصناعي :

1 - على الأم أن تُعوِّد رضيعها على نوع ثابت من الرضاع ولا تبدل له الطرق لكي لا يختار في أيها يتابع بشكل طبيعي .
2 - الحليب التركيبي المجفف أفضل من حليب البقر الكامل لأنه يركب بنسب غذائية قريبة جداً من حليب الأم . وإذا كان الطفل لا يتحمل سكر الحليب

(اللاكتوز) ، فيمكن استخدام المنتجات المنزوعة اللاكتوز .

3 - يجب الاهتمام بنظافة الرضعات وحلماتها ، وغليها قبل كل إرضاع وقاية من الإسهالات الهضمية ، والعدوى المختلفة .

4 - يجب المحافظة على عيار الحليب وفق تعليمات الطبيب .

5 - تعطى الوجبات في الشهر الأول كلما جاع الطفل ثم تنظم بعد ذلك وفق ما يناسب أوقات فراغ الأم ، والأفضل أن تكون الوجبات متوازنة خلال اليوم وقبل النوم .

متى تضاف الأغذية الإضافية أو المواد الأخرى للرضيع ؟

1- يتحمل الرضيع ماء الرز منذ الشهر الثاني ، و يمكن إضافة المشروبات ، وعصير البرتقال أو البندورة (Vit C) والتفاح (غني بالفيتامين B) وصفار البيض المسلوق (غني بالحديد والفيتامينات) منذ الشهر الرابع (يفضل ألا يعطى زلال البيض (بياضه) حتى الشهر التاسع وبكميات قليلة في البدء لكشف احتمال وجود حالة تحسس تجاهه) .

، ويمكن إعطاء الموز اعتباراً من الشهر الرابع للرضع الأقوياء البنية وذلك بتجربة ملعقة صغيرة فإن لم يتحملها فيوجّل ذلك حتى الشهر السادس .. ولا يحتاج الرضيع عادة إلى الأغذية الإضافية حتى الشهر السادس إذا كان حليب أمه عالي النوعية .

2 - تضاف الخضار والفواكه والمواد الأحيوية تدريجياً بعد الشهر السادس لتقوية بنية الطفل وتأهيبه للقطام . وقد يستسيغ الأطفال في البدء وجبات الحبوبيات كالحنطة والذرة والشوفان ويمكن استعمال مغلياتها أو مطبوخها مع اللبن الرائب (الخائر أو الزبادي) ، ويقدم مطبوخ الخضار مهروساً على شكل شوربات .

3 - ويمكن إعطاء الجبن والمعجنات الدسمة اعتباراً من الشهر التاسع وأما اللحوم فيبعد دخول السنة الثانية ، وأفضلها لحوم الدواجن والأسماك واللحم الأحمر الطري على الترتيب ، بعد تجربة كميات قليلة منها .

التعديل الأخير تم بواسطة : الدكتور ضياء الدين الجماس بتاريخ 11-01-2008 الساعة 08:49 AM

إقتباس

2#

PM 12:06 ,2008-01-11

أبو عبدالله

مدير موقع الهيئة العربية لخدمات نقل الدم



تاريخ التسجيل: Oct 2007
المشاركات: 1,362

هل تلاحظ أخي الدكتور ان هذا الجيل من الاخوات يزهدن بالرضاعه؟

خصوصا في دول الخليج بعضهن يتوقفن عند الاربعة اشهر رضاعه و جميل ان وصلن للثمانية!

مالسبب في ذلك يا ترى؟؟

لك مني خالص التقدير

إدارة الموقع

إقتباس

3#

AM 11:31 ,2008-01-12

التوعية

الدكتور ضياء الدين الجماس

المشرف العام للشئون العلمية - اختصاصي في الأمراض الداخلية العامة - ماجستير في الأمراض الداخلية بدرجة ممتاز - خبير في المصطلحات الطبية والتمريضية



تاريخ التسجيل: Dec 2007
المشاركات: 2,026

آخر مواضيعي

0 فرق المعاني بين : شيق شانق
ممنع مانع

0 توجيهات صحية حول الحروق

0 المعالجات البديلة في تدبير حبّ
الشباب

0 عاجل لأبي عبد الله وسعير
التشيك

0 البرقات - شعر

مضت فترة طغت فيها الدعاية للحليب الصناعي وأنه يضاهي حليب الأم أو يفوقه بالفيتامينات المضافة ، ومع هذه الدعاية وحب الراحة عند الغنيات ، وجدن فيها مدخلاً وحجة لترك الرضاعة الطبيعية ، والحق قد ظهر مع تقدم العلوم وأن حليب الأم لا يمكن أن يوقوم مقامه أي لين آخر إلا للضرورات ، والمكسب بالرضاعة ليس فقط بنية جسدية سليمة ونمواً طبيعياً بل اكتساب الراحة النفسية للرضيع ، فيشرب الحنان بالضم إلى الصدر ، وهي ناحية مهمة في تربية الأطفال ..
أعتقد أن الخليجيات سيعدن إلى المسلك الطبيعي للأم ، وسيقبلن على ضم أبنائهن إلى صدرورهن الحنونة مع منح اللبن الطيب للأبناء الطيبين .
بارك الله بكم .
ضياء الدين

إقتباس

4#

PM 01:38 ,2008-01-12

مها

ماجستير علوم - تخصص علم امراض.

تاريخ التسجيل: Nov 2007
المشاركات: 322

آخر مواضيعي

0 أيها المسلمون انصروا رسول الله
ودافعوا عنه

0 قاعدة صحيحة واحدة رخصه-
سهلة- بسيطة تخليك أمراض
خطيرة- مميتة- كثيرة ومكلفة

0 لمحة عن تاريخ الطب والاداب
الطبية في الاسلام

0 عيرة ميدوسا

بسم الله الرحمن الرحيم
موضوع قيم جدا ..
اسمحوا لي ببعض الاضافات من ناحية التجربه كأم:
ويفضل البدء بالخضروات المسلوقة قبل الفواكه ..لأن الطعم الحلو سيغلب على تذوق الطفل مم قد يمتنع او يرفض الخضراوات
ومن الشهر الثالث لايأس بلعقة عسل ...واعطاء الطفل مغلي الكراويه والكمون مع تحليله خفيفه جدا(افضل من مسكنات المغص للاطفال المتوفره بالصيدليات)
فقط اضيف نقطه بسطيه انه بعد السنه الاولى من عمر الطفل يمكن اعطاءه حليب البقر او الماعز الطازج المتوفر بالسوق وبدون تحليه
بعد السنه الاولى : تجنب كثرة السكر والحلوى أو العصائر المحلاة (يفضل اعطاءه بواسطه الماصه) فانها مضرة لنمو اسنانه ..وان كان لايد منها فيتم اعطاؤها بعد وجبه الطعام الرئيسيه مباشره ولمدة قصيره وبعدها يغسل فم الطفل و يفرش اسنانه بفرشاة اسنان ناعمه جدا و بدون معجون ..كما على الاباء تجنب اعطاء اطفالهم مشروبات غازيه فانها جدا مضرة لنموه ولسنانه لانها تحتوي ما يعادل 9 ملاعق سكر + حمض

فقط عندي تعليق بوقت قطع الرضاعة ..
العمل والدراسه:

1_ بعض النساء المرضعات بدول الخليج تستشير الطبيبه بتوقيت وقف الرضاعة فتصحح انها تستطيع التوقف عند الشهر السادس ...بما أن كثير من النساء اصبحن عاملات ورغم تخصيص لهن ما يسمى بساعات رضاعه لمدة سنه ممن يعملن بالقطاع الحكوميفتستمر الام بالرضاعه لمدة ستة أشهر الى سنه ..

الاعتقاد السائد:

2_ و هناك بعض النساء يقطنن الرضاعه من الشهر السادس بسبب التفكير من الناحيه الجماليه وان الاعتقاد لو استمرت بالرضاعه الى ما بعد السنه أن هذا سيؤدي الى ترهل الصدر وما الى ذلك من تفكير

3_ وبعضهن يقطنن الرضاعه لتفكيرهن ان الحليب غير كاف للطفل ولا يشبع منه

فارجو من الدكتور توضيح النقطه الثانيه ...بأن هل استمرار المرأه بالرضاعه يؤثر على صدر المرأه من الناحيه الجماليه ؟!

بسم الله الرحمن الرحيم
(انه لا ييأس من روح الله الا القوم الكافرون)

إقتباس

5#

PM 03:35 ,2008-01-12

نقاط توضيحية

شكراً جزيلاً أختنا الفاضلة مها على هذه الخبرة الواسعة في مجالات شتى ، وأود ببيان الحقائق التالية :

- 1- الخضار المسلوقة تفقد أكثر قيمتها الغذائية بالسلق (بسبب الحرارة) وتبقى فائدتها في الألياف وبعض الفيتامينات التي لا تتخرب بالحرارة والمعادن ، وهي موجودة في الفواكه ، وقد أجبنا للنصح بالخضار المسلوقة بغرض تليين براز الطفل في حالات الإمساك . وخاصة بعد السنة الأولى ، مع العلم أن عصير البندورة ملين وهو ذو فائدة كبيرة من ناحية الفيتامينات والحديد .. ولا بأس بإعطاء ملعقة صغيرة من عصير البرتقال ..
ولذلك فإن حليب الأم خلال السنة الأولى كافٍ مع إضافات تسد نقصه بالحديد ..
- وإن إعطاء الوجبات الإضافية كماء الرز (النشأ) منذ نهاية الشهر الثاني ومسحوق الحنطة بعد الشهر الرابع (سيريلك) . والعصير وصفار البيض .. والموز بعد السادس .. كافٍ تماماً
- 2- ما قدمته في هذه الكُليمات هو خطوط عامة في التغذية الصحيحة طبيياً . وأما تجارب الأمهات فهي كثيرة ولا أمانع فيها إذا كانت قد جربتها على أطفالها السابقين ، فهي الأدرى ببنية أطفالها الجسدية ، ولكن قد لا يصح ما تتعامل به الأم بالتجربة على أطفالها وينطبق نفعه على غيرها .. وخاصة الأعشاب الطبية أو ما شابه ذلك ، فالكثيرات جربن البابونج والنعنع .. والكمون .. وصحيح أن هذا الأخير مضاد للمغص ويخفف الغازات لكنه يثير القيء عند بعض الأطفال ... وتبقى المسألة شخصية . ومن تجارب الأمهات أن أما قالت لي أنها لا تضيف للطفل سوى الزبادي (اللبن الرائب) منذ الشهر الثالث ، وأنهم ينمون عليه جيداً ، وأن المغص تديره بقلب الطفل على بطنه .. هذه من التجارب الفردية ولا تعمم .
- 3- يمكن أن يعطي حليب البقر منذ الولادة مع تمديده بالماء نصف لنصف (كأس حليب مع كأس ماء معقم) حتى الشهر الثالث ثم تزد كمية الحليب بنسبة 1-2 أي كأسان من الحليب مع كأس من الماء حتى السادس ، ويعطى حليب البقر كاملاً بعد هذه السن . ولكن يجب التنبيه على غلبه جيداً .
- 4- إذا شكّت أم الطفل من كثرة غازات أمعاء طفلها كلما أعطته لبنها (أو غيره) ، فقد يكون السبب غالباً نقص أنزيم هضم سكر اللبن (اللاكتاز) ، وفي هذه الحالة يستبدل حليب الأم بحليب منزوع اللاكتوز (fl) . ولن يزول مغصه بأي مضاد للمغص حتى ولو الكمون أو الأدوية إلا بهذه الطريقة ، لأن نقص هذا الإنزيم يعني تخمر سكر الحليب وإطلاقه للغازات ، وهذه المركبات لن تهضم الحليب بشكل طبيعي ، وقد أمكن حالياً صناعة الحليب المهضوم بهذا الإنزيم أو تقديم الأنزيم مصنعاً بحيث يضاف للحليب العادي ..
- 5- الإرضاع الطبيعي لا يؤثر على مرونة نسيج الثدي بل قد يزيدا قوة ونضارة .. وإنما يحدث الترهل إذا لم تراعى المرضعة ثبات وزنها خلال فترة الرضاع ، فالمسألة غالباً تحدث بزيادة وزن المرضعة ثم ينقص وزنها بعد الانتهاء من الرضاع فتزول الدهون من الثدي فيظهر جلده مترهلاً ينقص مكونات الثدي الدهنية . والمسألة لا علاقة لها بطول فترة الرضاع إطلاقاً وخاصة إذا كان الوضعيات التي تتخذها مع ابنها أثناء الرضاع طبيعية سليمة . وتبقى مسألة مرونة الأنسجة الضامة في الجسم كله مسألة بنيوية وراثية لدى كل إنسان ، فقد شاهدت حالات من رجوع عضلات وجلد البطن إلى وضعها الطبيعي بعد أكثر من تسع حملات كاملة وولادات كاملة ، بينما شاهدت حالات من ترهل البطن بشكل بشع منذ الولادة الأولى .. فالمسألة ترجع وراثياً إلى بنية النسيج المرن في الجلد والعضلات .. أي النسيج الضام بشكل عام .
- 6- هناك فائدة للإرضاع الطبيعي في تنظيم الحمل ، فالوضع الفيزيولوجي الطبيعي الأً تحمل المرأة طوال فترة الإرضاع الطبيعي بسبب إفراز هرمون البرولاكتين المدر للحليب من النخامي ، وهذا الإفراز يلجم أو يمنع إفراز هرمون منمي الجريب المبيضي Fsh ولذلك لا تنطلق البيوض طلية فترة الإرضاع ، ولكن هناك حالات لا يحدث فيها هذا اللجم فيمكن أن يحدث الحمل أثناء هذه الفترة ، والمسألة تجريبية بحسب كل امرأة . ولكن الأصل الطبي الفيزيولوجي عدم حدوث الحمل أثناء فترة الرضاع وهو أمر هدفه حماية حق الرضيع في إتمام رضاعه الكامل ، وقد شاهدت حالات تبقى فيها الأم حتى أكثر من سنتين وهي ترضع الطفل للاستفادة من هذه الناحية في منع الحمل وتنظيمه طبيعياً .
- 7- قد تلاحظ المرضع بعض مشح الدم وتظنه ميعاد أثناء فارة الرضاع .. هذا الدم طبيعي بسبب اختلال التوازن الهرموني الأثوئي أثناء هذه الفترة ، وبسبب علاقة هرمونات الغدة النخامية مع البرولاكتين . فلا داعي للقلق . وهذا الدم إذا لم يأخذ صفة الميعاد التي اعتادتها المرضعة فهو استحاضة .
شكراً على هذه المداخلة .
وأرجو أن أكون قد وفقت في ردف المعلومات التي قد تحتاجها الأم حول الرضاع .
وإذا كان هناك أي سؤال آخر فسأجيب عليه .

إقتباس

الدكتور ضياء الدين الجماس

المشرف العام للشئون العلمية - اختصاصي في الأمراض الداخلية العامة - ماجستير في الأمراض الداخلية بدرجة ممتاز خبير في المصطلحات الطبية والتمريض



تاريخ التسجيل: Dec 2007

المشاركات: 2,026

آخر مواضيعي

- 0 إرشادات للمرضعات
- 0 أمي .. بأم الرضا _ شعر
- 0 نداء أبوي لبساتنا الطاهرات
- 0 ماذا تعرف عن الفلاخ ؟ وكيفية تديره
- 0 ما طريقة الحساب لطلب الحمل أو منعه ؟

6#

حليب الأتان

سئلت عن أفضل حليب يماثل حليب الأم .
إنه حليب الأتان (أنثى الحمار) .
مع أطيب تحياتي
ضياء الدين

PM 03:37 ,2008-01-12

الدكتور ضياء الدين الجماس

المشرف العام للشئون العلمية - اختصاصي في الأمراض الداخلية العامة - ماجستير في الأمراض الداخلية بدرجة ممتاز خبير في المصطلحات الطبية والتمريض



تاريخ التسجيل: Dec 2007

المشاركات: 2,026

آخر مواضيعي

- 0 الأمراض المنقولة جنسياً تديرها بدون مختبرات
- 0 هذا خلق الله
- 0 من الأدب الطبي -فضل القلب - شعر
- 0 ما أسباب الالتهابات المهبيلة والرائحة الكريهة؟
- 0 العرغرة الطبيعية وصحة العم

<p>اقتباس</p>	
<p>7#</p> <p>المشاركة الأصلية كتبت بواسطة الدكتور ضياء الدين الجماس</p> <p>سئلت عن أفضل حليب يماثل حليب الأم . إنه حليب الأتان (أنثى الحمار) . مع أطيب تحياتي ضياء الدين</p> <p>بسم الله الرحمن الرحيم حليب الاتان؟ أكد هذه مزحة دكتور .. نعم التجارب الشخصية هي خاصة بكل أم وما قد ينفع لطفل لا ينفع لآخر لذا نبهت اليها بالعنوان انها تجربة شخصية حتى لا ألزم احدا بها ..</p> <p>بالنسبة للرضاعة .. ان الدسم بحليب الام بالنهايات.. ولمن تريد ان يكتسب طفلها وزن زائد فعليها ان ترضع الطفل حتى النهايات (ملاحظه مجربه) قبل التبدل الى الجانب الآخر هل هذا صحيح؟</p> <p>بسم الله الرحمن الرحيم (انه لا يياس من روح الله الا القوم الكافرون)</p> <p>التعديل الأخير تم بواسطة : مها بتاريخ 2008-01-12 الساعة 04:10 PM.</p>	<p>PM 03:56 , 2008-01-12</p> <p>مها ماجستير علوم - تخصص علم امراض. تاريخ التسجيل: Nov 2007 المشاركات: 322</p> <p>آخر مواضيعي 0 استغفر الله على لسان طفل 0 أيها المسلمون انصروا رسول الله وادفعوا عنه 0 نطق الناء فاء في لهجة بحرينيه _ طاهرة لهجة نادرة 0 صورة من صور حفل تخرجي 0 محطة من محطات الحياة</p>
<p>8#</p> <p>حقائق</p> <p>شكراً على إغناء الموضوع يا أخت مها . طبعاً ليست مزحة .. إنها حقيقة .. تركيب حليب الأتان من الناحية الغذائية هو أقرب أنماط الحليب مماثلة لحليب الأم البشرية وهذه حقيقة تعلمناها منذ تعلمنا طب الأطفال . وبالنسبة للرضاع حتى النهاية ضرورة ليس فقط من أجل المواد الغذائية بل من أجل ضمان در الحليب في المرات المقبلة ، فإذا ترك شيء في الثدي فإنه يقلل من غزارة دره في المرات القادمة لتثبط إفراز البرولاكتين من النخامي ، فإفراغ الثدي من اللبن هو الذي يحرض إفراز هذا الهرمون . وأما تركيز الحليب بالمواد الغذائية فيزداد تدريجياً مع تقدم سن الطفل بما يتناسب مع عمر الإرضاع ، فهو عيار رباني لا تتدخل فيه الأم أو الرضيع . فيكون نصف دسم في المراحل الباكرة ثم كامل الدسم مع تقدم العمر ، باستثناء أول الرضاع حتى 15 يوماً وهي مرحلة طرح اللبأ وهو أجزاء من أغلفة الخلايا المتمزقة بدر الحليب ، ولها عدة فوائد منها غناها بالمركبات المناعية ، ثم لفرط حلوليته يسبب إسهال الوليد لتنظيف أمعائه من العقي . مع أطيب تحياتي</p>	<p>PM 06:21 , 2008-01-12</p> <p>الدكتور ضياء الدين الجماس المشرف العام للشئون العلمية - اختصاصي في الأمراض الداخلية العامة - ماجستير في الأمراض الداخلية بدرجة ممتاز خبير في المصطلحات الطبية والنمريضة</p>  <p>تاريخ التسجيل: Dec 2007 المشاركات: 2,026</p> <p>آخر مواضيعي 0 مصطلحات دموية 0 هذا خلق الله 0 الغينامينات المنحلة بالدسم 0 فرق المعاني بين : شيق شانق ممنع مانع 0 من طابع الجوان - القط والغار (للأطعام)</p>
<p>9#</p> <p>جزاك الله خيرا</p>	<p>PM 06:41 , 2009-09-05</p> <p>duosrl عضو مشارك تاريخ التسجيل: May 2008 المشاركات: 51</p>

إقتباس	
10#	AM 09:40 , 2009-12-02
<p style="text-align: center;">يعطيك ألف عافية اخي الكريم ما تحرمنا من الجديد 😊</p> <p style="text-align: center;">إقتباس</p>	<p style="text-align: center;">مونة برنسياسة عضو مشارك</p> <p>تاريخ التسجيل: Dec 2009 المشاركات: 64</p> <p style="text-align: center;">آخر مواضيعي</p> <ul style="list-style-type: none"> 0 برنامج قرآن جميل جدا مع التفسير (لن تجد افضل منه) 0 برنامج رائع لتغيير لون الفولدر بأخر إصداره له . FolderHighlight.v2.0.0901 0 برنامج رائع يجعل صورتك الخاصة خلفية لمجلداتك .. 0 برنامج رهيب للتلاعب بالصور Fun Morph 3.85 Retail
الصفحة 1 من 2 <	إضافة رد
« الموضوع السابق الموضوع التالي »	
إذهب	<p style="text-align: center;">تعليمات المشاركة</p> <p>You may not post new threads You may not post replies You may not post attachments You may not edit your posts</p> <hr/> <p>متاحة BB code is الانسمات متاحة كود [IMG] متاحة كود HTML معطلة</p> <p style="text-align: right;">Forum Rules</p>
الانتقال السريع إلى	
التغذية السليمة والوقاية من البدانة	
الساعة الآن: PM 10:51	
الاتصال بنا - الهيئة العربية لخدمات نقل الدم - الأرشيف - الأعلى	
Powered by vBulletin Version 3.8.4 Copyright ©2000 - 2010, Jelsoft Enterprises Ltd	
 جميع الحقوق محفوظة لموقع الهيئة العربية لخدمات نقل الدم	