

أهمية الرضاعة الطبيعية وعلاقتها ببناء الروابط بينكما

مايو 26, 2022

تعتبر الرضاعة الطبيعية فائقة الأهمية لنمو الطفل السليم وتطوره، ولكنها تتعدي مجرد توفير الحليب لحديثي الولادة.

تعتبر الرضاعة الطبيعية فائقة الأهمية لنمو الطفل السليم وتطوره، ولكنها تتعدي مجرد توفير الحليب لحديثي الولادة. فهذا الوقت مخصص لإرضاع طفلك، والشهر على راحتة، ورعايته، وفي هذا الوقت أيضاً تعرفيين على طفلك ويبدأ طفلك بالتعرف عليك، وعلى رأحتك، ولمستك، وصوتك.

حتى لو كنت لا تستطعين إرضاعه أو اخترت بإرادتك عدم إرضاعه، فالوقت الذي تمضيه في إطعام طفلك هو مثالي لبناء الروابط بينكما.

إليك بعض الطرق لمساعدتك على إنشاء بعض الروابط مع طفلك أثناء إطعامه، سواء بواسطة الزجاجة أو عبر الرضاعة الطبيعية:

الرضاعة للتهدئة

إن الرضاعة للتهدئة الطفل، أي المص غير المغذي، تمنح طفلك الشعور بالأمان، وتعزز الروابط بينكما، وتؤمن له الأمان، وتساعد على إفراز الهرمونات الإيجابية. وتشير الدراسات إلى أن المص ببساطة يخفّض من مخاطر الإصابة بمتلازمة موت الرضيع المفاجئ، وأن استخدام المصاصة بالإضافة إلى الرضاعة الطبيعية قد ساهم في تخفيض نسب الإصابة بهذه المتلازمة. (نصيحة: دعي طفلك يقرر متى يريد التوقف عن الرضاعة، فال المص غير المغذي، حتى عندما لا يتناول الحليب، يمنحه الراحة).

نشاط المخ

أظهرت دراسة مخ الأطفال أثناء مص الثدي ازدياد نشاط المخ في المناطق التي تحكم باليقظة والانتباه، وكذلك في المناطق التي تحكم بدورة النوم والاستيقاظ.

النوم

يولد طفلك مع برنامج رائع وسهل صمم لحّه على النوم، ويدعى هذا البرنامج الرضاعة الطبيعية. فعندما تقوّمين بإطعام طفلك، ينقل جسمك الهرمونات المهدئّة إلى طفلك، بواسطة الحليب. بدوره، يُفرز طفلك الهرمونات المهدئّة، فتكون النتيجة مفيدة ومرضية لك ولـه.

مزيل للألم

أظهرت الأبحاث أن الرضاعة الطبيعية لها تأثير سحري على طفلك حين يكون مصاباً بالألم. فعندما يكون طفلك مريضاً، تساهم الميزات المهدئّة التي يتمتّع بها حمل الطفل والمصّ في شفائه والتخفيف من حدة الأعراض. إنها طريقة سريعة، وآمنة، وسهلة، لمساعدته في التعامل مع الألم.

المراجع:

...-<http://babyreference.com/nursing-its-more-than-breastfeeding-and-every>