

# الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال توصي بالرضاعة الطبيعية مدة حولين كاملين

أحمد منصور فتى

2022-07-07

قامت الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (AAP) وهي أعلى هيئة علمية في طب الأطفال بتحديث توصياتها لتغذية الطفل. وفي توصياتها الأخيرة التي نشرت أواخر يونيو/ حزيران 2022، أوصى الخبراء الذين راجعوا عشرات الأبحاث العلمية المتعلقة بتغذية الأطفال وتأثير ذلك على الصحة البدنية والعقلية، باستمرار الرضاعة الطبيعية حتى عامين.

الإرشادات الجديدة للأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال هي تحديث لتوصيات عام 2012، وكانت الأكاديمية قبل عشر سنوات قد أوصت باستمرار الرضاعة الطبيعية لمدة تصل إلى عام واحد أو أكثر.

## صحة ومناعة للرضيع وأمه

وبعد مراجعة شاملة خلص خبراء الأكاديمية إلى أن البيانات المستوحاة من الأبحاث العلمية والدراسات تشير إلى أن لبن الأم في السنة الثانية من العمر يظل مصدرًا مهمًا للمغذيات الكبرى macronutrients والعوامل المناعية لنمو الأطفال الصغار. كما أكدت الدراسات والتحليلات أيضًا تأثير الرضاعة الطبيعية لمدة تزيد عن 12 شهرًا على صحة الأم، في خفض معدلات داء السكري من النوع 2، وارتفاع ضغط الدم، وسرطان الثدي، وسرطان المبيض.

كما أشارت البيانات إلى أنه بالنسبة للأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية، فإنهم أقل عرضة للأمراض التالية: التهاب الأذن الوسطى، ومرض الإسهال الحاد، وأمراض الجهاز التنفسي السفلي، ومتلازمة موت الرضع المفاجئ، وأمراض الأمعاء الالتهابية-Inflammatory bowel disease-، وسرطان الدم، والسكري، والسمنة، والربو، والاكزيما.

كما تناول بيان الأكاديمية تغذية الرضع من منظور الصحة العامة. فضلًا عن فوائدها الصحية الجمة، فإن الرضاعة الطبيعية تؤسس وتعزز العلاقة بين الأم والطفل.

وعليه، فقد أوصت الأكاديمية مراكز الولادة والمستشفيات بدعم الرضاعة الطبيعية والتوعية بفوائدها ومدتها - سنتين وخصوصاً في الستة أشهر الأول - كما أوصت باستخدام لبن المرضعة المبستر للرضع منخفضي وزن الولادة عندما لا يتوفر حليب الأم أو كمكمل لحليب الأم.

الأكاديمية الأمريكية ختمت توصيتها بالتذكير بأن الرضاعة الطبيعية وحليب الأم هما المعيار الذهبي لتغذية الرضع لبدن وعقل كاملين. فالمزايا الطبية والعقلية قصيرة وطويلة المدى للرضاعة الطبيعية تجعل الرضاعة الطبيعية، أو توفير لبن الأم، ضرورة للصحة العامة.

كما أوصت الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (AAP) بالرضاعة الطبيعية الحصرية لمدة 6 أشهر تقريباً بعد الولادة. علاوة على ذلك، تدعم AAP الرضاعة الطبيعية المستمرة، جنباً إلى جنب مع الأطعمة التكميلية المناسبة التي يتم تقديمها في حوالي 6 أشهر لمدة عامين.

وصدق الله العظيم،

وَأُولَئِكَ يُرْضَعْنَ أَوْلَادُهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ۗ لِيَمْنَّ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرِّضَاعَةَ ۗ

سورة البقرة، الآية 233

المصدر:

- [Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk](https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988) > <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>

تواصل مع الكاتب: [Ahmed.mansour.f@gmail.com](mailto:Ahmed.mansour.f@gmail.com) أحمد منصور فتى

إخصائي الإنعاش والعناية المركزة للأطفال

باحث في العيوب الخلقية القلبية وإصابات الرئة الحادة والانتان جامعة ولاية بنسلفانيا/ الولايات المتحدة - Penn State University- USA

الآراء الواردة في هذا المقال هي آراء المؤلفين وليست، بالضرورة، آراء منظمة المجتمع العلمي العربي

يسعدنا أن تشاركونا آرائكم وتعليقاتكم حول هذه المقالة عبر التعليقات المباشرة بالأسفل أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بالمنظمة

[تعرف على جائزة منظمة المجتمع](#)



## العلمي العربي 2022

---

Arab Scientific Community Organization (ARSCO) · [arsco-ai.org](http://arsco-ai.org)