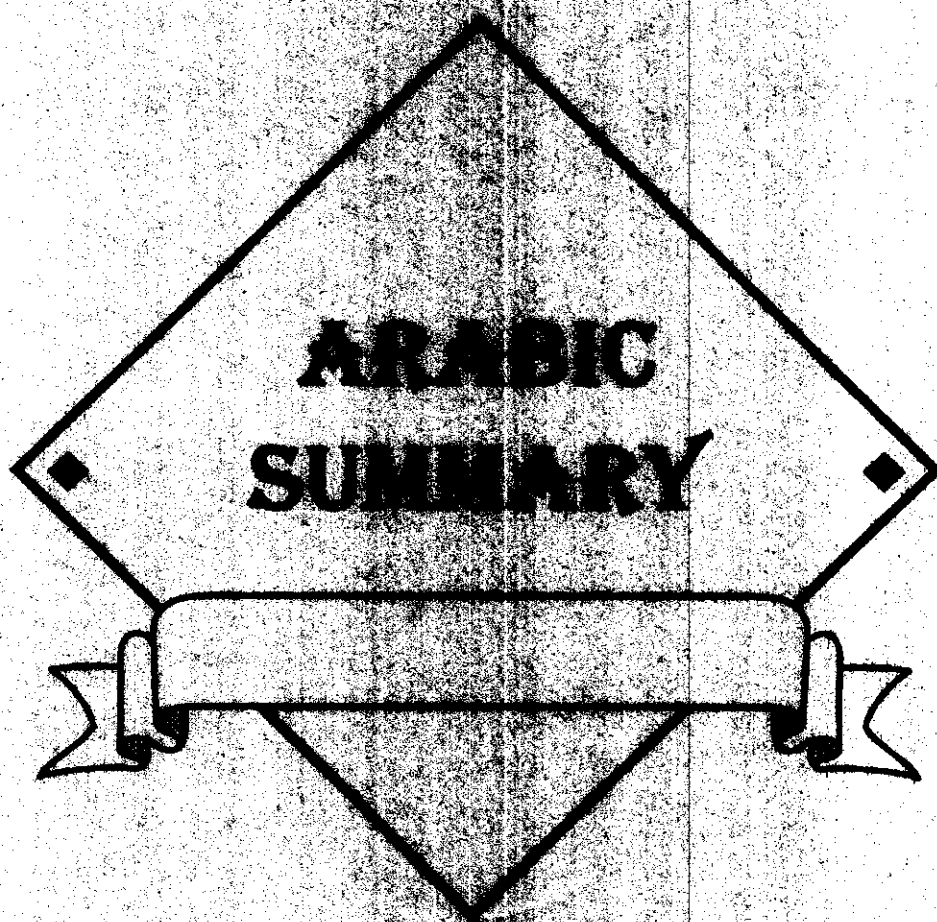




الملخص العربى

مقدمة البحث :

لقد لاحظت بعض الأمهات المرضعات صعوبة إرضاع أطفالهن بعد التمرينات أو المجهود العضلى الشديد . وفى دراسة أجريت على الأمهات بعد المجهود العضلى المتوسط وجد أن ٧٪ من أطفالهن يجدون نوعاً من الصعوبة فى الرضاعة بعد إتمام التدريبات .

وقد أفترض أن هناك منتج جانبى ينشأ فى اللبن بعد المجهود العضلى ربما يؤثر على طعمه . وفى أبحاث سابقة وجد أن هذا المنتج هو حامض اللبنيك الذى يزيد بنسبة عالية فى اللبن بعد التدريبات الشاقة . وقد لوحظ أن حامض اللبنيك له طعم حامضى يستطيع أن يتذوقه الطفل بعد الولادة مباشرة .

ولقد لوحظ أن الأطفال الرضع يفضلون الطعام الحلو عن الطعام اللاذع فتزداد معدل الرضاعة فى الحالة الأولى . وقد لوحظ تغيرات فى ضربات القلب ومعدل التنفس وحالة الرضاعة عندما يعطى للرضع نوع من الألبان الغير مألوفه له أو المعتاد عليها .

الهدف من البحث :

أجريت هذه الدراسة لـ :

- ١- مقارنة مدى تقبل الطفل الرضيع للبن الثدي قبل وبعد قيام الأم بالتمارين الشديد .
- ٢- محاولة الربط بين مدى إستجابة الطفل وتركيز حامض اللبنيك فى لبن الثدي .

خطوات البحث :

لقد أشتملت هذه الدراسة على ٦٠ أم من الأصحاء وكذلك أطفالهن الرضع من عمر ٢ - ٦ شهور وتم إختيار هذه الحالات عشوائياً من الحالات المترددة على عيادة التطعيمات فى مستشفى بنها الجامعى .

وخضعت جميع الأمهات لما يأتى :

- ١- فحص كامل ودقيق .
- ٢- رسم قلب قبل إجراء التمرينات .
- ٣- عمل تدريبات شديدة لكل أم بواسطة الجهاز الخاص لرسم القلب المجهود وتم ذلك تدريجياً حتى وصل إلى أعلى مجهود إختياري . وتم قياس معدل ضربات القلب قبل وأثناء وبعد التدريبات .

٤- عينة اللبن :

- تم أخذ عينة لبن من الأمهات قبل التمرين وبعد ١٠، ٣٠، ٦٠ و ١٢٠ دقيقة من إجراء التمرين . وفى كل مرة تم أخذ عينتان .
- الأولى :

وضعت فى الثلجة (-٢٠م) لحين إجراء قياس لحامض اللبنيك .

الثانية :

وضعت فى الثلجة لفترة قصيرة لإجراء إختبار مدى تذوق الطفل للبن .

٥- إختبار التذوق للرضيع :

أخذت العينات من الثلجة وسخنت إلى درجة حرارة الغرفة ثم أعطت للطفل بدون ترتيب بواسطة قطارة وتم إرضاع بعض الأطفال مباشرة من الثدي وتم منع الطفل من الرضاعة قبل إجراء الإختبار بساعتين ولاحظت الأم مدى تقبل الطفل للبن وإستجابته وذلك عن طريق مقياس خاص بذلك .

خلاصة النتائج

أوضحت نتائج البحث أن :

١- تركيز حامض اللبنيك يزداد في اللبن بعد ١٠ دقائق من المجهود العضلي الشديد ويصل إلى أعلى معدل بعد ٣٠ دقيقة في المجموعتين اللتان أشتملت عليهما الدراسة (المجموعة التي قامت بتفريغ الثدي قبل التمرين والمجموعة التي لم تقم بتفريغ الثدي قبل التمرين)

٢- تركيز حامض اللبنيك يزداد بمعدل أكبر في المجموعة التي لم تقم بتفريغ الثدي قبل التمرين .

٣- تركيز حامض اللبنيك كان عالياً في اللبن التي لم يتقبله الطفل بعد ١٠ دقائق و ٣٠ دقيقة من بداية التمرين عن تركيز اللبن الذي تقبله الطفل من هاتين الفترتين .

٤- تركيز حامض اللبنيك كان عالياً في اللبن الذي تقبله الطفل ولذلك فإنه يفترض أن هناك منتجات أخرى غير حامض اللبنيك مثل الكولسترول من الممكن أن يزداد في اللبن بعد المجهود العضلي الشديد .

ولذلك يجب على الأم المرضعة إما أن ترضع الطفل قبل التمرين العضلي الشديد أو تقوم بجمع الرضعة قبل بداية التمرين . البديل الآخر أن تقوم بتقليل درجة التمرين تحت مستوى إفراز حامض اللبنيك بدرجة تجعله لا يغير طعم اللبن .

القرار بتغيير طريقة الرضاعة أو درجة قوة المجهود العضلي هو إختيار الأم

المرضعة .