Barriers to exclusive breastfeeding among working mothers

Sami Samir Metwaly Mesrega

يعتبر لبن الأم هبة من هبات ا التى أعطاها للأم والطفل معا وقد أثبتت الأبحاث العلمية أن الرضاعة الطبيعية هى أنسب وأفضل غذاء للطفل ومن ناحية أخرى فإن الرضاعة الطبيعية هى عامل مهم لزيادة مناعة الطفل وتقليل إحتمال إصابته بأمراض الحساسية والعدوى والأمراض الأخرى. وقد ثبت أن الرضاعة الطبيعية تحافظ على الصحة النفسية للطفل والأم معا.وقد أوصى ا سبحانه وتعالى فى القرأن الكريم " والوالدات يرضعن أولادهن حولين كاملين لمن أراد أن يتم الرضاعة....." " صدق ا العظيم" (سورة البقرة 233)وبالنسبة للأمهات العاملات لا توجد مشكلة فى بدأ الرضاعة لكن قد تقل معدلات الرضاعة عند العودة إلى العمل وهذا يعنى أن عمل الأم قد يؤثر على استمرار الرضاعة الطبيعية وتبدأ المشكلة عند عودة الأمهات إلى العمل وبعد إنتهاء إجازة الوضع وقد تدفع أعباء العمل بعض الأمهات إلى فطام أطفالهن مبكرا.وهناك عوائق قد تؤدى إلى توقف الرضاعة الطبيعية مثل عدم وجود أماكن لرعاية الأطفال الرضع بمكان العمل، عدم وجود مكان خاص لممارسة الرضاعة الطبيعية أو إفراغ الثدى من اللبن وعدم توفر الوقت .الهدف من البحثيهدف هذا البحث لدراسة تأثير التدخل للأمهات العاملات بتعليمهم ممارسة عملية إفراغ الثدى وتخزين اللبن لإعطاؤه للطفل أثناء غياب الأم بالعمل وتأثير ذلك على استمرار الرضاعة الطبيعية بدون حاجة إلى إضافة رضعات خارجية .كما يهدف هذا العمل إلى تقيم معلومات الأمهات عن الرضاعة الطبيعية وقوانين العمل المساندة لاستمرارها. وأيضا مساعدة الأمهات العاملات للإستمرار فى الرضاعة الطبيعية بعد العودة للعمل .طريقة البحثقد أجرى البحث فى مركز رعاية الأمومة والطفولة التابع للإدارة الصحية بمركز تلا محافظة المنوفية على عدد مائة من الأمهات العاملات عن طريق ملء استبيان بالمقابلة الشخصية لدراسة معلوماتهن وممارستهن للرضاعة الطبيعية كما يتضمن الأستبيان أسئلة لدراسة معلوماتهن عن قوانين العمل المساندة للرضاعة الطبيعية وتقيم ظروف العمل المساعدة على ذلك.ويتضمن أيضا أسئلة لتقيم متابعة الحمل ودور العاملين الصحين فى إعطاء معلومات عن الرضاعة الطبيعية أثناء متابعة الحمل.ثم تم اختيار خمسين أم بطريقة عشوائية (بعد ملء الإستبيان الأول) لتعليمهم عملية إفراغ الثدى من اللبن وإعطاؤه للطفل بالكوب والملعقة أثناء غياب الأم. وإعطاؤهم معلومات عن أهمية الرضاعة الطبيعية المطلقة لمدة ستة أشهر وتم إعطاؤهم معلومات عن دور الأب فى مساندة الأم لاستمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة خلال الشهور الستة الأولى وتبصيرهم بحقوقهم التى يكفلها لهم القانون المنظم لعمل المرأة والذى يساعدها على استمرار الرضاعة الطبيعية.ثم تم مقارنة الأمهات اللاتى خضعن لذلك التدخل بالأمهات اللاتى لم يخضعن لهذا التدخل. وكذلك تم مقارنة الأمهات اللاتى خضعن للتدخل ونجحن فى استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة عن طريق إفراغ الثدى بالأمهات اللاتى احتجن لإعطاء رضعات خارجية لعدم القدرة على الاستمرار فى الرضاعة المطلقة.نتائج البحثأوضحت النتائج أن غالبية الأمهات على معرفة بأهمية الرضاعة الطبيعية لكون لبن الأم خالى من الميكروبات والأنسب للطفل لأنه سهل الهضم وأنه يحمى الأم من سرطان الثدى والسمنة كما يساعد على عودة الرحم إلى حجمه الطبيعى بعد الولادة.وهناك معلومات متقدمة عن الرضاعة الطبيعية تميز فيها الأمهات اللاتى خضعن للتدخل مثل دور إفراغ الثدى و الرضاعة المتكررة فى زيادة إفراز اللبن ومثل أهمية وضع الطفل الجلد ملاصق لجلد الأم وتأثير ذلك على نمو الطفل وإعطاؤه التدفئة وزيادة إفراز اللبن.كما أوضحت النتائج أن أغلبية الأمهات لم يتعرضن لفحص الثدى أثناء متابعة الحمل وما لذلك من أهمية كبيرة فى اكتشاف سرطان الثدى.كما أن معظم الأمهات بدأن بإرضاع أطفالهن مباشرة بعد الولادة أو خلال الساعات الأولى بعد الولادة

وهذا له دور كبير فى استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة وحماية الطفل من كثير من الأمراض.كما أوضحت النتائج أن أكثر من 70% من الأمهات لا يعلمن قوانين العمل المساندة للرضاعة فى مكان العمل وقد يؤدى ذلك إلى ضياع حقوقهم وحقوق أطفالهم فى الرضاعة الطبيعية.كما أوضحت النتائج دور الأب فى استمرار الرضاعة الطبيعية حيث يعمل الأب على مساندة الأم لممارسة الرضاعة الطبيعية وإفراغ الثدى من اللبن بتوفير الوقت اللازم لذلك ومساعدة الأم فى رعاية الطفل وأعمال المنزل وشراء لوازم البيت وتشجيع الأم على عملية إفراغ الثدى. وتلعب الجدة دورا مهما فى استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة حيث أوضحت نتائج هذا البحث أن غالبية الأمهات اللاتى نجحن فى عملية إفراغ الثدى واستمرار الرضاعة المطلقة لديهم الأم أو الحماة التى تعتنى بالطفل أثناء غياب الأم بالعمل.ومن العوامل المساعدة على استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة فى مكان العمل وجود مكان خاص لممارسة عملية إفراغ الثدى وثلاجة لحفظ اللبن ووجود وسيلة للغسيل الآمن وتوفر الوقت لممارسة ذلك. وفى هذا البحث ثبت أن الأمهات اللاتى نجحن فى استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة خلال الشهور الست الأولى تتوفر لديهم هذه الظروف فى مكان عملهم مما ساعدهم على النجاحوقد سجلت النتائج الإحصائية اختلافا ملحوظا فى ذلك بينهم وبين الأمهات اللاتى احتجن إلى إعطاء رضعات إضافية.وبالنسبة لممارسة الرضاعة الطبيعية فإن الأمهات اللاتى خضعن للتدخل أثبتن اختلافا إحصائيا ملحوظا فى عدم إعطاء أغذية تكميلية أو استخدام زجاجة الإرضاع وذلك بتأثير النصح المقدم لهم. كما أن الأمهات اللاتى تعرضن للتدخل كن يرضعن أطفالهن وقتا أطول ويعملن على زيادة إفراز اللبن من الثدى باستخدام إفراغ الثدى والرضاعة المتكررة وليس بتناول كميات أكثر من السوائل ولا بتناول الأدوية.من هذه النتائج نستخلص أن :يجب ألا يعد رجوع الأم إلى العمل عائقا أمام استمرار الرضاعة الطبيعية حيث تستطيع الأمهات العاملات الإستمرار فى الرضاعة الطبيعية بعد العودة للعمل باستخدام عملية إفراغ الثدى وتخزين اللبن وإعطاؤه للطفل أثناء غياب الأم ولكن ذلك يحتاج الى مساندة من الأب وجهات العمل لمساعدة الأم.وأن عمل الأم لا يؤثر سلبيا على الطفل بل على العكس فإنه قد يكون له أهميه فى زيادة دخل الأسرة وبالتالى على الطفل فى تغذيته التغذية السليمة فى فترة الفطام.كما أن الأم العاملة تكون على درجة من التعليم مما يتيح لها فرصة اكتساب المعلومات عن أهميه الرضاعة الطبيعية.وقد يحد عمل الأم من مدة الرضاعة الطبيعية الكاملة وعدد الرضعات وفيما عدا ذلك فقد يكون لعمل الأم أثرا إيجابيا فى معرفة الأم بفوائد الرضاعة الطبيعية والتغذية بوجه عام.تلعب العائلة وخاصة الزوج دورا مهما فى استمرار الرضاعة الطبيعية المطلقة خلا الشهور السته الأولى من حياة الطفل عن طريق مساعدة الأم فى العناية بالطفل وتشجيع الأم على عملية اعتصار لبن الثدى واستخدامه لتغذية الطفل أثناء غياب الأم.على الأطباء دور مهم فى توعية الأمهات وتبصيرهن بفوائد الرضاعة الطبيعية وتعليمهن عملية اعتصار اللبن من الثدى واستعماله عن طريق الملعقة والكوب لتغذية الطفل وذلك باستخدام مادة علمية مكتوبة تعطى للأم.وقد أفضت الدراسة إلى التوصيات التالية:- أنه من الضرورى أن تبدأ التوعية عن الرضاعة الطبيعية منذ متابعة الحمل وذلك بتوعية الأمهات بأهمية ممارسة الرضاعة الطبيعية وفوائدها للأم والطفل مع أهميه فحص الثدى أثناء المتابعة لاكتشاف سرطان الثدى وعلاج أى عوائق للرضاعة الطبيعية.- ضرورة توعية الأمهات بحقوقهم القانونية وحق اطفالهن فى الإستمرار فى الرضاعة الطبيعية وأن قانون العمل يكفل لهم ذلك حيث يمنع القانون إعطاء الأمهات المرضعات أى أعمال إضافية خلال الشهور الست الأولى.- ضرورة جعل مكان العمل مكان صديق للرضاعة الطبيعية مما يساعد الأمهات على الإستمرار فى الرضاعة.- يلعب الطبيب وخصوصا طبيب الأطفال دورا مهما فى تدعيم الأم العاملة لاستمرارها فى الرضاعة الطبيعية المطلقة خلال الشهور الستة الأولى عن طريق إعطائها معلومات عن أهميه الرضاعة الطبيعية المطلقة.- عمل حملات إعلامية عن دور الدولة وكذلك دور الأسرة وخصوصا الأب فى استمرار الرضاعة الطبيعية.- يقوم أطباء الأطفال بمخاطبة المسؤلين عن وضع السياسات ومطالبتهم بإعطاء الأم العاملة إجازة مدفوعة الأجر لمدة سته أشهر وتوضيح ما لذلك من أهمية كبيرة فى عملية تقدم مستوى الصحة فى البلاد وما له من أثر يعود على المجتمع فيما بعد.