

د. محيي الدين لبنيية

لم يغفل القرآن الكريم تحديد موعد فطام الطفل وانفصاله عن ثدي أمه ورضاعها، ووضع الدين الإسلامي بناء على ذلك أحكاماً شرعية خاصة بالاسترداد المذى يحرم النكاح من أم المرضع وأخته من المرضاعة، ويختلف المفهوم الإسلامي واللغوي للفطام عن تعريفه المطبي، وهو باللغة الإنجليزية Weaning، ويعني لدى الأطفال واختصاصي التغذية: موعد بده إدخال الأغذية المختلفة في تغذية الطفل المرضع وتتنوع مكوناتها بشكل يتناسب مع تحسن مهاراته الجسمية وقدرته على مساعدة الأشياء وتطور جهازه الهضمي وكليته مع استمرار رضاعته من ثدي أمه أو من زجاجة الحليب خلال السنة الأولى من عمره.

في اللغة:

في العربية الفطام والمفصل كلمتان متراوحتان لهما معنى واحد، يقول لسان العرب: الفطام أي قطع الولد عن الرضاع. فصلت الشيء فانفصل: قطعته وفصلت المرأة ولدها: أي فطمتها، وفصل المولود عن الرضاع يفصله فصلاً وفاصلًا وافتصله: فطمه، وفلام فطيم أو مفظوم، وفطمته أمه تفطمته: فصلته عن رضاعها، المجوهري: فطام الطفل: فصاله عن أمه، فطمت الأم ولدها وفطم المصبي وهو فطيم وكذلك غير المصبي من الرضاع، والأنثى فطيم وفطيمة، وجمع الفطيم: فطم وكل دابة تفطم، قال المحياني: فطمته أمه تفطمته، فلم تخص من أي نوع هو، وفطمته فلاناً عن عادته، وأصل المفطام: المقطع وفطم المصبي: فصله عن ثدي أمه ورضاعها، والمفطيمة: الشاة إذا فطمت، وأفطمت السخالة: حان أن تفطم، عن ابن الأعرابي: فإذا فطمت: هي فاطم ومفطومة وفطيمة، وعنده أيضأً قال: وذلك لشهرين من يوم ولادها، ولأفطمنك عن هذا الشيء: أي لأنقطعن عنه طمعك، وفطمته الحبل: قطعاته.

سن المفطام:

حدد الكتاب العزيز فترة تمام الرضاع الطبيعي للطفل عند بلوغه السنين من عمره ودليله قوله تعالى: (وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أُوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتَمَ الرِّضَاعَةَ) 233 - البقرة. وقوله - سبحانه: (وَوَصَّيْنَا النَّاسَ أَنْ بِوَالِدِيهِ حِجْسَانَ حَمْلَتِهِ أُمُّهُ كُرْهَةً وَوَضَعَتِهِ كُرْهَةً وَحِمْلَهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا) (الأحقاف - 15). ويستغرق الحمل الطبيعي للمرأة عادة تسعة شهور فيكون موعد فصال الطفل من رضاعها بعد 21 شهراً (أي حوالي سنتين) من ولادته، وجاء في الأحاديث الشرفية ما يؤكد ذلك فروع الطبراني في معجمه الصغير قوله - صلى الله عليه وسلم: (لَا رضاع بعد المفصل)، وقوله - صلى الله عليه وسلم - أيضأً: (لَا رضاع بعد حولي)، (رواه الدارقطني في سننه، وسن الإسلام استناداً على الاسترداد أحكاماً شرعية تحرم نكاح الطفل أمه وأخته من الرضاعة).

قال تعالى: (حَرَمَتْ عَلَيْكُمْ أَمَهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَعَمَاتُكُمْ وَأَخْوَاتُكُمْ وَبَنَاتُ الْمَأْخَذِ وَبَنَاتُ الْمَأْذِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخْوَاتُكُمْ مِنْ الرِّضَاعَةِ) (النساء - 23)، وقال الرسول - صلى الله عليه وسلم: (يحرم من الرضاع ما يحرم من النسب) (روايه الشیخان، وثبت

المتحريم بالرضاع عند الكثير من المقهاء عند رضاعة الطفل من غير أمه قبل فطامه ما ثنا يقل عن خمس رضعات مشبعات متفرقات،
 فعن أم سلمة قالت: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: (لا يحرم من الرضاع إما ما فتق الأمعاء في المثدي وكان قبل الفطام
) رواه الترمذى وصححه، وعن جابر عن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال: (لا رضاع بعد فصال
) رواه أبو داود الطيالسى فى مسنده.

معناه في المطب:

الفطام في المطب يعني: موعد إدخال الأغذية المختلفة بشكل تدريجي في تغذية الطفل الرضيع بالإضافة إلى حليب الأم أو الحليب الصناعي لتوفير العناصر الغذائية المضورية له بشكل يتناسب مع تحسن قدراته على مسك الأشياء ومضغ الطعام وبلعه وتطور جهازه الهضمى والمكليتين لديه، وليس هناك فترة زمنية محددة لبدء فطام الطفل، لكن تناصح هيئات التغذية واحتياجات طب الأطفال بالبدء في إعطاء الطفل الرضيع أغذية إضافية بشكل تدريجي ابتداء من الشهرين الرابع والخامس من عمره وعدم التبكير عن ذلك، وأن لا يكون الفطام قسرى لأن عملية الانتقال الطبيعي للطفل من المعتماد كلياً على ثدي أمه إلى تناول أغذية متنوعة قد تسيء إلى صحته، وتبدأ عملية تكيف الطفل الرضيع مع المظروف الجديد في تغذيته عندما يكون صحيحاً الجسم ولا يشتكي من علة مثل ظهور أسنانه وينصح للأطباء بتأجيل البدء في الفطام في الحالات المخالفة ذلك.

الطفل قبل الشهر الرابع:

يكون لبنة ثدي الأم طعاماً مثالياً للطفل خلال الشهر الأول من عمره، ويوفر معظم احتياجات جسمه من العناصر الغذائية، وخاصة يكون لبنة الأم واللحم الصناعي فقيران نسبياً بعنصر الحديد وفيتامين (ج) (حمض الأسكوربيك)، لكن جسم الرضيع يحتوي على مخزون من الحديد مصدره الأم أثناء الحمل يكفيه المائة الشهور الأولى من عمره، ويفيد إعطاء الرضيع بين حين وآخر قطرات من عصير البرتقال أو الميوسفي المحلي بالمسكر كمصدر فيتامين (ج) والقليل من صفار البيض نصف مسلوق أو عصير العنب كمصدر للحديد، وفي بداية حياة الطفل لا تكون لديه قدرة التنسيق بين عملية المضغ والبلع فيرفض غريزياً بلغ أي طعام يدخل فمه، لكن يتغير ذلك عادة عندما يصل الشهر الرابع من عمره أو نحو ذلك، وتفضل بعض الأمهات التبكير في إدخال الأغذية المختلفة لأطفالهن اعتقاداً بفائدة لصحتهم، فهو يوفر لجسم الطفل سعرات حرارية قد تزيد عن احتياجاته أو تسبب بعض مكوناتها حدوث حالة الحساسية الغذائية أو تكون بعض مكوناتها الغذائية وخاصة البروتين والعناصر المعدنية كالصوديوم عبئاً زائداً على كلية للتخلص من فضلات عمليات تمثيلها الحيوي داخل خلايا جسمه مما قد يسبب ظهور مضاعفات.

الطفل بعد الشهر الرابع:

ينصح خبراء المتغذية بالبدء في إعطاء الرضيع بين الشهر الرابع وال السادس من عمره بشكل تدريجي بالإضافة إلى لبن الأم أو الحليب الصناعي - أخذية إضافية مثل مستحضرات المحبوب المطبوخة وعصائر الفواكه والخضراوات وغيرها لتوفير احتياجات جسمه المتزايدة من العناصر الغذائية التي لا يوفرها الحليب بشكل كاف، وشائع بين الأمهات خلال الرابع الأول من هذا القرن تأخير إدخال الأخذية المختلفة في تغذية الطفل الرضيع حتى بلوغه العام الأول من عمره، ثم تغير ذلك في الخمسينيات وما بعدها فاعتذر إعطاء الأطفالهن عند بلوغهم الأربعية شهور وما بعد من عمرهم أخذية متزنة بالإضافة إلى لبن الأم أو الحليب الصناعي، وعندما يبلغ الطفل الشهر السادس من عمره يستطيع عادة إبقاء رأسه مرفوعاً والموصول إلى بعض الأشياء والمتقاطها وبين حركات يديه وعينيه، وتساعد هذه المهارات في تحسين قدراته في تناول الأخذية المختلفة مع الحليب، وتكون عادة مستحضرات المحبوب كالم淇م والأرز المدعمة بالعناصر المعدنية وخاصة الحديد والفيتامينات التي يحتاجها جسم الطفل هي الطعام الأول المفضل لعطائه للرضيع بعد بلوغه الشهر الرابع من عمره، و تستعمل هذه الأخذية بعد مزجها بالماء أو مع عصير بعض الفواكه الطازجة كالمبرائق ويضاف إليها القليل من السكر لتحسين مذاقها ويعطى الطفل يومياً في البداية وجبة غذائية واحدة منها، ثم تصبح وجبتين ويزداد عددها وكمياتها تدريجياً مع زيادة تقبيله لها مما يشجع الأم على إعطاء طفلها عصائر الفواكه والخضراوات أو المهروس منها، وأخذية اصطناعية تحتوي على البروتين والفيتامينات والعناصر المعدنية التي يحتاجها جسمه مثل صفار البيض ولحم الدجاج والسمك بشكل يمكن الطفل من بلعها وهضمها والاستفادة من مكوناتها الغذائية.

برنامج فطام الطفل

هناك العديد من البرامج المقترحة للفطام اعتمدها أطباء الأطفال واقتصرت على المحتذية اختارت منها ما يلي:

أولاً: برنامج شهري

عمر الطفل (بالشهر) الأخذية المقترحة

١-٤-٥-٦ لـبن الأم فقط.

٤-٦-٧-٨ مستحضرات المحبوب المطبوخة مثل الم淇م والأرز.

6- عصائر حضراوات طازجة مصفاة وتشجيع الطفل على شرب اللبن البكري بواسطة المكأس.

7- عصائر وفواكه طازجة.

8- المبدء في إعطاء الطفل أغذية يمسكها بيده مثل المبسكويت والموز وأغذية مهروسة بالخلاط.

9- لحوم وعصائر ثمار الحمضيات الطازجة.

10- صفار البيض وأغذية مطبوخة يمكنه بلعها.

12- البيض بكامله وجمیع الأغذیة العادیة على مائدة المطعم.

ثانيًّا: برنامج تفصيلي للفطام

المطلوب بعمر 4-6 شهور:

موعد وجبة الطعام (الساعة) مكونات الطعام

6- صباحًًا لبن الأم أو الحليب الصناعي.

١٠- صباحاً لبن الأم أو الحليب الصناعي + مستحضرات حبوب مطبوخة.

٢- بعد المظهر لبن الأم أو الحليب الصناعي + عصائر فواكه وخضروات طازجة

٦- مساءً لبن الأم أو الحليب الصناعي.

١٠- ليلاً لبن الأم أو اللبن الصناعي.

٢- الطفل بعمر ٦ - ٧ شهور:

موعد وجبة الطعام (الساعة) مكونات الطعام

٦- صباحاً لبن الأم أو الحليب الصناعي

٩- ١٠- صباحاً مستحضرات حبوب مطبوخة + لبن أو بيضة مسلوقة أو مهلبية.

١- ٢- بعد المظهر لحم أو سمك مهروس + خضروات مهروسه + بطاطس وعصائر فواكه مخففة بالماء أو مهلبية

٣- ٤- بعد المظهر عصائر فواكه طازجة مخففة بالماء.

٥- ٦- مساءً مهروس فواكه وبطاطس مهروسه أو كسترد أو مهلبية

٣- الطفل بعمر ٨ شهور: مهر وس المفاوكة المطازجة + أخذية مطحونة بالخلاط + بسكويت.

٤- الطفل بعمر يزيد عن ٦ - ٧ شهور: يشجع الطفل على شرب الحليب البقرى العادى بالكأس.

٥- الطفل بعمر يتراوح بين ٩ - ١٢ شهراً: يعطى نفس الأخذية المتبعة بتناولها باقى أفراد أسرته بعد تقطيعها أو هرسها بشكل يستطيع بلعها مثل منتجات المأكولات واللحوم بأنواعها والحبوب.

مراجع البحث:

١ - American Academy of Pediatrics.

Pediatric nutrition Handbook. P.8. American Academy of Pediatrics.p.o.box 927. Elk grove Village, Ill., U.S.A.

٢ - McLaren, D.S and Burman, D. (1982).

Textbook of Paediatric nutnition. Ps.64,398,391,436,443. Churchill Livingstone, London, England.

٣- ابن منظور، جمال الدين محمد. لسان العرب. ج ١١، ص ٥٢٢، ج ١٢، ص ٤٥٤، دار صادر، بيروت لبنان.

٤- المفيروز آبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب. بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز. ص ١٩٤ - ١٩٥، المكتبة العلمية- بيروت لبنان.