

"فِطَامُ الْطَّفَلَ بَيْنَ الْقُرْآنِ وَالْمَطَبِ"

د. محيي الدين لبنية

لم يغفل القرآن الكريم تحديد موعد فطام الطفل وإنفصاله عن ثدي أمه ورضاعها، ووضع الدين الإسلامي بناء على ذلك أحکامًا شرعية خاصة بالاسترضاع الذي يحرّم النكاح من أم المرضع وأخته من المرضاعة، ويختلف المفهوم الإسلامي واللغوي للفطام عن تعريفه الطبي، وهو باللغة الإنجليزية Weaning، ويعني لدى الأطباء والاختصاصيي التغذية: موعد بدء 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 متراdicftan لهما معنى واحد، يقول لسان العرب: الفصال: الفطام أي قطع المولود عن الرضاع. فصلت الشيء فانفصل: قطعته وفصلت المرأة ولدها: أي فطمتها، وفصل المولود عن الرضاع يفصله فصلًا وفاصلاً وافتصله: فطمه، وغلام فطيم أو مفظوم، وفطمته أمه تفطمته: فصلته عن رضاعها، الجوهري: فطام الطفل: فصاله عن أمها، فطم الأم ولدها وفطم الصبي وهو فطيم وكذلك غير الصبي من الرضاع، والأشنى فطيم وفطيمية، وجمع الفطيم: فطم وكل دابة تفطم، قال المحياني: فطمتها أمه تفطمته، فلم تخص من أي ذوع هو، وفطمته قلناً عن عادته، وأصل المفطام: القطع وفطم الصبي: فصله عن ثدي أمه ورضاعها، والمقطمية: الشاة إذا فطمت، وأفطممت المسخلة: حان أن تفطم، عن ابن الأهرابي: فإذا فطمت: هي فاطم ومفطومة وفطيمية، وعن أبي أيسن قال: وذلك لشهرين من يوم ولادها، ولأنفطمنك عن هذا الشيء: أي لاقطعن عنه طمعك، وفطممت الحبل: قطعته.

سن الفطام:

حدد الكتاب العزيز فترة تمام الرضاع الطبيعي للطفل عند بلوغه السنين من عمره ودليله قوله تعالى: (وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَ يَنِ الْكَامِلِيَنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتَمَّ الرِّضَاعَةُ)

²³³ البقرة. قوله - سبحانه: (وَوَصَّيْنَا إِنَّ الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْ أَمْهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلَهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا)

(الحقافـ). ويستغرق الحمل الطبيعي للمرأة عادة تسعة أشهر فيكون موعد فصال الطفل من رضاعها بعد 21 شهرًا (أي حوالي سنتين من ولادته، وجاء في الأحاديث الشرفية ما يؤكد ذلك فروع الطبراني في معجمه الصغير قوله - صلى الله عليه وسلم: (نارضاع بعد المفصل

، وقوله - صلى الله عليه وسلم - أيضًا: (نارضاع بعد حولين) (رواه المدارققطني في سننه، وسن الإسلام استناداً على الاسترضاع أحکامًا شرعية تحرم نكاح الطفل أمه وأخته من الرضاعة. قال تعالى: (حرمت عليكم أمهاتكم وبناتكم وأخواتكم وعماتكم وخالاتكم وبنات الأخ وبنات المأخ وأمهاتكم المأئي أرض عنكم وأخواتكم من الرضاع))

()، وقال المرسول - صلى الله عليه وسلم: (يحرم من الرضاع ما يحرم من النسب (رواه الشيخان، وثبت التحرير بالرضاع عند الكثير من الفقهاء عند رضاعة الطفل من غير أمه قبل فطامه ما لا يقل عن خمس

رضعات مشبعات متفرقات، فعن أم سلمة قالت: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: (لا يحرم من الرضاع إلّا ما فتّق الأئمّاء في الشيء وكان قبل الفطام) رواه الترمذى وصححه، وعن جابر بن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال: (لا يرضا على بعد فصال) رواه أبو داود الطيالسى فى مسنده.

معناه فى المطب:

الفطام فى المطب يعني: موعد إدخال الأغذية المختلفة بشكل تدريجي في تغذية الطفل الرضيع بالإضافة إلى حليب الأم أو الحليب الصناعي لتوفير العناصر الغذائية الضرورية له بشكل يتناسب مع تحسن قدراته على مسک الأشياء ومضغ الطعام وبلغه وتطور جهازه الهضمي والكليتين لديه، ولن يستهان ذلك فترة زمنية محددة تبدء فطام الطفل، لكن تنصح هيئات التغذية وختصاصي طب الأطفال بالبدء في إعطاء الطفل الرضيع أغذية إضافية بشكل تدريجي ابتداء من الشهرين الرابع وال السادس من عمره وعدم التبكير عن ذلك، وأن لا يكون الفطام قسريًا لأن عملية الانتقال الطبيعي للطفل من الدعتماد كليًا على ثدي أمه إلى تناول أغذية مختلفة قد تسيء إلى صحته، وتببدأ عملية تكيف الطفل الرضيع مع المظروف الجديدة في تغذيته عندما يكون صحيح الجسم ولا يشتكى من علة مثل ظهور أسنانه وينصح للأطباء بتأجيل البدء في الفطام في الحالات المخالفة ذلك.

المطفل قبل الشهر الرابع:

يكون لبني ثدي الأم طعاماً مثالياً للطفل خلال الشهر والأربعين أو السنة الأولى من عمره، ويوفر معظم احتياجات جسمه من العناصر الغذائية، وعادة يكون لبني الأم والحليب الصناعي فقيران نسبياً بعنصر الحديد وفيتامين (C) (حمض الأسكوربيك)، لكن جسم الرضيع يحتوي على مخزون من الحديد مصدره الأم أثناء الحمل يكفيه الثلاثة الشهور الأولى من عمره، ويفيد إعطاء الرضيع بين حين وآخر قطرات من عصير البرتقال أو الميوسفي المحلي بالسكر كمصدر فيتامين (C) والمقليل من صفار البيض نصف مسلوق أو عصير العنب كمصدر للحديد، وفي بداية حياة الطفل لا تكون لديه قدرة التنسيق بين عمليتي المضغ وال拔舌 فيرفض غريبه 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 لها 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 عن زائداً على كليته للتخلص من فضلات عمليات تمثيلها الحيوي داخل خلايا جسمه مما قد يسبب ظهور مضاعفات.

المطفل بعد الشهر الرابع:

ينصح خبراء التغذية بالبدء في إعطاء الرضيع بين الشهر الرابع والسادس من عمره بشكل تدريجي بالإضافة إلى لبني الأم أو الحليب الصناعي - أغذية إضافية مثل مستحضرات المحبوب المطبوخة وعصائر الفواكه والخضروات وغيرها لتوفير احتياجات جسمه المتزايدة من العناصر الغذائية التي لا يوفرها الحليب بشكل كاف، وشائع بين الأمهات خلال المربع الأول من هذا القرن تأخير إدخال الأغذية المختلفة في تغذية الطفل الرضيع حتى بلوغه العام الأول من عمره، ثم تغير ذلك في الخمسينيات وما بعدها فاحتذن إعطاء أطفالهن عند بلوغهم الأربعين شهور وما بعد من عمرهم أغذية متنوعة بالإضافة إلى لبني الأم أو الحليب الصناعي، وعندما يبلغ الطفل الشهر السادس من عمره يستطيع عادة إبقاء رأسه مرفوعاً والوصول إلى بعض الأشياء والتقطها وبينما يبدأ التنسيق بين حركات يديه وهنيئه، وتساعد هذه المهارات في تحسين قدراته في تناول الأغذية المختلفة مع الحليب، وتكون عادة مستحضرات المحبوب كالملقم والأرز المدعمة بالعناصر المعدنية وخاصة الحديد وفيتامينات التي يحتاجها جسم الطفل هي المطاعم الأولى المفضل إعطائه للرضيع بعد بلوغه الشهر الرابع من عمره، وتستعمل هذه الأغذية بعد مزجها بالماء أو مع عصير بعض الفواكه الطازجة كالبرتقال ويفضاف إليها القليل من السكر لتحسين مذاقها ويعطى الطفل يومياً في البداية ووجبة غذائية واحدة منها، ثم تصبح وجبتين ويزداد عددها وكمياتها تدريجياً مع زيادة تقبله لها مما يشجع الأم على إعطاء طفلها عصائر المفواكه والخضروات أو المهروس منها، وأغذية اصطناعية تحتوى على البروتين والفيتامينات والعناصر المعدنية التي يحتاجها جسمه مثل صفار البيض ولحم الدجاج والسمك بشكل يمكن الطفل من بلعها وهمتها والاستفادة من مكوناتها الغذائية.

برنامج فطام الطفل

هناك العديد من البرامج المقترحة للفطام اعتمدتها أطباء الأطفال واحتضانها المتغذية اختارت منها ما يلي:

أولاًً: برنامج شهري

عمر الطفل (بالشهر)
الأغذية المقترحة

- ١- ٤ لـ **لبن الأم فقط.**
- ٤- ٦ لـ **مستحضرات الحبوب المطبوخة مثل القمح والأرز.**
- ٦- ٧ لـ **عصائر خضراء طازجة مصفاة وتشجيع الطفل على شرب اللبن البقرى بواسطة المكأس.**
- ٧- ٨ لـ **عصائر فواكه طازجة.**
- ٨- ٩ لـ **المبدء في إعطاء الطفل أغذية يمسكها بيده مثل البسكويت والموز وأخذية مهرولة بالخلاط.**
- ٩ لـ **لحوم وعصائر ثمار الحمضيات الطازجة.**
- ١٠ لـ **صفار البيض وأغذية مطبوخة يمكنه بلعها.**
- ١٢ لـ **البيض بكامله وج咪ي الأغذية العادي على مائدة الطعام.**

ثانياً: برنامج تفصيلي للفطام

الطفل بعمر ٤ - ٦ شهور:

موعد وجبة الطعام (المساعة)
مكونات الطعام

- ٦- ٨ لـ **صباحاً لبن الأم أو الحليب الصناعي.**
 - ١٠ لـ **صباحاً لبن الأم أو الحليب الصناعي + مستحضرات حبوب مطبوخة.**
 - ٢ لـ **بعد الظهر لبن الأم أو الحليب الصناعي + عصائر فواكه وخضراء طازجة.**
 - ٦ لـ **مساءً لبن الأم أو الحليب الصناعي.**
 - ١٠ لـ **ليلاً لبن الأم أو اللبن الصناعي.**
- ٢- الطفل بعمر ٦ - ٧ شهور:**

موعد وجبة الطعام (الساعة)
(مكونات الطعام)

6 - صباحاً لبن الأم أو الحليب الصناعي

9 - 10 صباحاً مستحضرات حبوب مطبوخة + لبن أو بيضة مسلوقة أو مهلبية.

1 - 2 بعد المظهر لحم أو سمك مهروس + خضراوات مهروسة + بطاطس وعصائر فواكه مخففة بالماء أو مهلبية

3 - 4 بعد المظهر عصائر فواكه طازجة مخففة بالماء.

5 - 6 مساءً مهروس فواكه وبطاطس مهروسة أو كسترد أو مهلبية

3 - الطفل بعمر 8 شهور:

مهروس الفواكه الطازجة + أغذية مطحونة بالخلاط + بسكويت.

4 - الطفل بعمر يزيد عن 6 - 7 شهور:

يشجع الطفل على شرب الحليب البقرى العادى بالكأس.

5 - الطفل بعمر يتراوح بين 9 - 12 شهراً:

يعطى نفس الأغذية التي يتناولها باقى أفراد أسرته بعد تقطيعها أو هرسها بشكل يستطيع بلعها مثل منتجات المأكولات واللحوم بأنواعها والحبوب.

مراجع البحث:

3 - ابن منظور، جمال الدين محمد. لسان العرب. ج 11، ص 454، ج 12، ص 522. دار صادر، بيروت لبنان.

4 - المغير وز آبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب. بصداق ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز. ص 194 - 195، المكتبة العلمية - بيروت لبنان.

1 - American Academy of Pediatrics.

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

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

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

