

هفته جهانی تغذیه با شیر مادر: حمایت از تغذیه با شیر مادر اولویتی هوشمندانه برای سلامت پایدار نسل آینده

رویا فرهادی

World Breastfeeding Week: Supporting breastfeeding as a smart priority for the sustainable health of the future generation

Roya Farhadi

Professor of Neonatology, Faculty of Medicine, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

تکنیک‌های آن، مدت‌ها قبل از مادر شدن می‌باشد. ادغام برنامه‌های درسی متناسب با رده سنی در مدارس با استفاده از ابزارهای جذاب و به روز آموزشی می‌تواند موانع فرهنگی را کم‌تر کند و نسل‌های آینده را توانمند سازد. دوم، اجرای سیاست‌ها و استراتژی‌های بکار گرفته شده توسط دولت‌ها برای تسهیل شرایط استفاده نوزادان و شیرخواران از شیر مادر است که یکی از مهم‌ترین سیاست‌ها آموزش، ترویج و اجرای پروتکل‌های استاندارد برای شروع تماس پوست با پوست مادر و نوزاد و تغذیه با شیر مادر در ساعت طلایی اول پس از تولد می‌باشد. دولت‌ها باید مرخصی والدین با حقوق، محیط‌های کاری مناسب شیردهی و مقررات سختگیرانه برای ممنوعیت تبلیغ و یا استفاده نابجا از شیر خشک را وضع کنند (۴). سوم، راه اندازی بانک‌های شیر انسان برای نوزادان آسیب‌پذیر، راه نجاتی هستند که دسترسی عادلانه به

با وجود حمایت سازمان جهانی بهداشت و دهه‌ها تحقیق و اثبات مزایای بی نظیر شیر مادر نظیر کاهش مرگ و میر شیرخواران، تقویت رشد شناختی کودک و پیشگیری از بیماری‌های مزمن، نرخ جهانی تغذیه با شیر مادر در جهان و ایران کماکان پایین است (۱). لذا با نزدیک شدن به هفته جهانی تغذیه با شیر مادر در سال ۲۰۲۵، "اولویت دادن به تغذیه با شیر مادر و ایجاد سیستم‌های حمایتی پایدار" به عنوان یک ضرورت مطرح گردیده است. با توجه به چالش‌های شیردهی در جهان مدرن زمان آن رسیده است که جوامع تعهد خود را برای ترویج و حمایت از تغذیه با شیر مادر به عنوان سنگ بنای سلامت جهانی مجدداً تأیید کنند (۲). در واقع هر مقدار که در برنامه‌های شیردهی سرمایه‌گذاری شود، ده‌ها برابر در هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی صرفه‌جویی می‌شود (۳). برای دستیابی به هدف فوق سه مداخله حیاتی می‌توانند پیشرفت در این امر را تسریع کنند. اولین قدم آموزش اولیه سریع‌تر در ارتباط با شیردهی و فواید و

E-mail: dr.royafarhadi@gmail.com

مؤلف مسئول: رویا فرهادی - ساری، بلوار پاسداران، بیمارستان بوعلی سینا

۱. فوق تخصص نوزادان، استاد گروه کودکان، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۲/۱۸ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات: ۱۴۰۲/۲/۲۷ تاریخ تصویب: ۱۴۰۲/۴/۲۱

در نتیجه سیستم های حمایتی پایدار و گنجاندن تغذیه با شیر مادر در زیرساخت های اجتماعی و سرمایه گذاری مناسب، کارکنان بهداشتی و خانواده ها، همگی نقش های محوری ایفا می کنند و در آن هر مادری مشاوره شیردهی ماهرانه دریافت می کند و هر نوزادی حق برخورداری از موهبت شیر مادر را دارد. برای دستیابی به این چشم انداز، سرمایه گذاری هماهنگ لازم است که در نهایت منجر به سلامت افراد جامعه خواهد شد.

رژیم غذایی انحصاری شیر انسان را برای نوزادان نارس و یا محروم از شیر مادر تضمین می کند. این امر امکان استفاده از مزیت دو گانه شیر مادر به عنوان یک معجزه بیولوژیک هم علمی و هم مقدس و معنوی را فراهم می کند و از عوارض مصرف شیر خشک کاسته می شود. کشورهایی که شبکه های قوی بانک شیر انسان دارند، مرگ و میر نوزادان کمتری را گزارش می کنند و یکی از سیاست های مهم در کشور برای حصول به سلامت کودکان می باشد که ارزش سرمایه گذاری دارد(۵).

References

1. Kelly PJ, Sidhu A, Sajja A, Majeethia D, Dodge E, Aboul-Enein BH. Breastfeeding interventions and programs conducted in the Islamic Republic of Iran: a scoping review. *Health Educ Res* 2025; 40(1): cyae042. PMID: 39699558.
2. World Health Organization. *World Breastfeeding Week 2025: Protecting Breastfeeding: Investing in a Smart and Sustainable Future*. Geneva: World Health Organization; 2025.
3. Victora CG, Bahl R, Barros AJ, França GV, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* 2016; 387 (10017): 475-490. PMID: 26869575.
4. LoCasale-Crouch J, Wallace MK, Heeren T, Kerr S, Yue Y, Deeken G, et al. The importance of community resources for breastfeeding. *Int Breastfeed J* 2024; 19(1): 16. PMID: 38448983.
5. Farhadi R, Mehrpisheh S, Salehpour SM. The role of exclusive human milk diet on the feeding of premature infants using human milk-derived fortifiers: a narrative review study. *Clin Exc* 2022; 12(3): 1-9.