

World Breastfeeding Programs and Divine Commands in the Qur'an

ARTICLE INFO

Article Type

Analytical Review

Authors

Ahmad Jafari¹,

Maryam Safarnavadeh^{2*}

ABSTRACT

Breastfeeding by the mother is a subject that has been addressed in the verses of the Holy Qur'an and narrations. Scientific research also indicates that breast milk is a nutrient-rich food and complete and there is no quite similar alternative to it; therefore, international associations have put breast-feeding development programs on the agenda. In this research, the divine commands in the Qur'an have been studied along with the daily plans.

The research method was documentary and library-based, based on which international articles and programs via internet search were extracted as well as verses related to breastfeeding in the Qur'an were studied and the results were compared. According to the findings, the World Health Organization recommends the use of breast milk as the sole source of nutrition for up to 6 months and then for up to two years and advises to develop it. The Holy Qur'an recommends breastfeeding for two years in its verses. Based on the findings of the research, it can be concluded that the benefits of breastfeeding by the mother besides the complete feeding of the infant, have positive side effects such as the future health of the adult, mental relaxation and sustainable development that have been proven today. These scientific findings are what the verses of the Qur'an recommend.

How to cite this article

Maryam Safarnavadeh,
Assistant Professor. *Journal of
Quran and medicine*, 2019:4(4):
1-5

Keywords: Breast Milk, World Health Programs, Qur'anic Commands

¹Associate Professor, Dept. of Community Oral Health, Faculty of Dentistry, Tehran University of Medical Sciences. Tehran, Iran

²Assistant Professor, Educational Deputy of Ministry of health and medical education, Tehran, Iran.

* Correspondence:

Address: Corresponding Author,
Assistant Professor, Educational Deputy
of Ministry of health and medical
education, Tehran, Iran.

Mobile phone: +98 913142 4385

Tel: +98 21 88364238

Fax: +98 21 88015961

Email: dr.safarnavadeh@gmail.com

Article History

Received: 2019/07/29

Accepted: 2019/11/25

ePublished: 2020/04/13

برنامه های جهانی شیر مادر و دستورات الهی در قرآن

احمد جعفری

دکترای تخصصی دندانپزشکی کودکان، دانشیار گروه آموزشی سلامت دهان و دندان پزشکی اجتماعی، دانشکده دندانپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

مریم صفرنواده*

دکترای تخصصی PhD آموزش پزشکی، استادیار، معاونت آموزشی، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، تهران، ایران

چکیده

شیردادن کودک توسط مادر موضوعی است که در آیات قرآن مجید و روایات به آن پرداخته شده است. تحقیقات علمی نیز بیانگر کامل بودن شیر مادر و نبودن جایگزین کاملاً مشابه برای آن است؛ از این رو مجامع بین المللی مرتبط برنامه های توسعه استفاده از شیر مادر را در دستور کار خود داده اند. در این پژوهش دستورات الهی در قرآن در کنار برنامه های روز، مورد مطالعه قرار گرفته است. روش پژوهش اسنادی و مبتنی بر منابع کتابخانه ای بوده است که بر اساس آن، مقالات و برنامه های جهانی در جستجوی اینترنت استخراج و همچنین آیات مرتبط با شیردهی در قرآن مورد مطالعه قرار گرفت و نتایج با یکدیگر مقایسه شدند. بر اساس یافته ها سازمان جهانی بهداشت استفاده از شیر مادر را به عنوان تنها منبع تغذیه تا ۶ ماهگی و سپس ادامه آن تا دو سالگی در برنامه خود داشته است و توصیه به توسعه آن دارد. قرآن مجید توصیه دو سال شیر دادن را در آیات خود دارد. بر اساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گیری کرد که مزایای شیردهی کودکان توسط مادر علاوه بر تغذیه کامل نوزاد، موجب عوارض مثبت جنبی آن از جمله سلامت آینده فرد در بزرگسالی، آرامش روحی و توسعه پایدار است که امروزه این موارد، اثبات شده است. این یافته های علمی همان چیزی است که آیات قرآن آن را توصیه می کند.

واژگان کلیدی: شیر مادر، برنامه های جهانی سلامت، دستورات قرآن

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۵/۷

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۹/۴

* نویسنده مسئول: معاونت آموزشی، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، تهران، ایران

مقدمه

شیر دادن کودک توسط مادر موضوعی است که در آیات قرآن مجید و روایات به آن پرداخته شده است. کتاب مقدس ما در سوره های مختلف تأکید بر این امر دارد. گرچه به عنوان یک مسلمان معتقدیم که آیات الهی بی چون و چرا مورد تأیید است و باید از آن تبعیت نمود، اما مستندات علمی می تواند به خوبی پرده از راز تأکیدات الهی بر این دستورات را بردارد. امروزه استفاده از شیر مادر، از سوی مراکز علمی و سیاست گذاری کشورها و مجامع بین المللی از جمله سازمان بهداشت جهانی و یونسف مورد تأیید و تأکید قرار گرفته است. در سال ۲۰۰۷ برنامه جمعیت سالم در ۲۰۱۰ در ایالات متحده امریکا ارائه گردید و در بازنگری آن ۲ مورد مربوط به تغذیه با شیر مادر به آن اضافه شده که افزایش مادرانی که کودکان خود را شیر می دهند تا دو برابر و بیشتر در سنین مختلف، از آن جمله بود اگرچه بیشتر این ایالات به این هدف دست نیافتند^(۱). شیر دادن مطلوب طبق نظر مرکز مبارزه با بیماری های آمریکا، آن شیر دانیست که کودک فقط شیر مادر را دریافت کند و از تغذیه با روش های دیگر (تا سن ۶ ماهگی) خودداری شود.

شیردهی مادر به نوزاد تنها به عنوان تغذیه کودک مطرح نیست بلکه این امر فواید مثبت بسیار پیچیده ای را در پی دارد. تأثیرات این امر، صرفاً به مواد غذایی موجود در شیر مادر ختم نمی شود. چه، در این صورت با شبیه سازی مواد می شد به ویژگی های شیر مادر دست یافت. در طول زمان شیر خوردن، پیام های ارتباطی مادر-فرزندی رد و بدل می شود. از سوی دیگر شیر دادن مادر، نه تنها کودک را در برابر بسیاری از بیماری ها محافظت می کند^(۲-۷)، بلکه مصونیت مادر را نیز در مقابل برخی بیماری ها از جمله سرطان، بالا می برد. سیستم ایمنی نوزاد در هنگام تولد بسیار کم است. در این شرایط وجود مقدار زیادی از ایمونوگلوبولین در شیر مادر به حفاظت کودک کمک می کند. به عنوان مثال آنتی بادی های IGA که توسط لنفوسیت های مادر ساخته می شود به غدد شیر مادر منتقل شده و کودک با تغذیه شیر مادر از آن بهره مند می شود. بنابراین آنتی بادی های ترشحی IGA کودک را در مقابل میکروبیها محافظت می کند^(۸). تغذیه با شیر مادر خطر بسیاری از بیماری های آغازین زندگی کودک از جمله التهاب گوش میانی، عفونت های تنفسی، دیابت نوع دوم، سندرم مرگ ناگهانی کودک و چاقی را کاهش می دهد^(۹). تغذیه با شیر مادر به تنهایی در مقایسه با تغذیه بدون شیر مادر و غذاهای کمکی در پیشگیری از بروز عفونت دستگاه تنفسی، التهاب حاد گوش میانی، التهاب های پوستی و چاقی دوران کودکی مؤثر بوده است^(۱۰). تغذیه با شیر مادر در شرایط عالی مرگ و میر نوزادان را که ناشی از بیماری های شایع کودکان از جمله اسهال یا عفونت های تنفسی است کاهش می دهد. همچنین به بهبود سریع تر بیماری های کودک کمک می کند^(۱۱). در همین راستا دیده شده است که تغذیه با شیر مادر بر کاهش تب های بعد از واکسیناسیون مؤثر است^(۱۲). شیر دادن بلافاصله پس از زایمان همچنین تأثیر معناداری بر کاهش عفونت های خونی داشته است^(۱۳).

شیر دادن کودک از سوی دیگر منافع نیز برای مادر در بردارد که از جمله می توان به کاهش خطر دیابت نوع دوم، سرطان تخمدان و سرطان سینه اشاره کرد^(۱۴). تغذیه کودک با شیر مادر علاوه بر آن که روشی کم هزینه برای تغذیه نوزاد است برای خود مادر نیز دارای منافع می باشد. تغذیه مکرر و انحصاری نوزاد با شیر مادر می تواند فواصل بین باروری را تنظیم کند و حاملگی زودرس مادر را به تعویق اندازد. در همین دوران هورمون های سودمند وارد بدن مادر می شود. از جمله این هورمون ها می توان به اکسی توسین و پرولاکتین اشاره کرد، که آرامش مادر و احساس او را برای تربیت و پرولاکتین اشاره کرد، که آرامش مادر و احساس او بلافاصله پس از تولد باعث افزایش سطح اکسی توسین مادر می شود، در نتیجه رحم سریع تر منقبض شده، کاهش خونریزی را به همراه دارد. همچنین مادران شیرده کمتر مبتلا به سرطان های پستان، تخمدان و اندومتر می شوند^(۱۵-۱۷). کاهش خطر دیابت نوع دوم از جمله اثرات مثبت شیردهی برای مادران است^(۱۸).

از سویی دیگر تمایل گروهی از مادران به شیردهی نوزاد خود کم شده و به شیردهی از شیشه روی می آورند. تحقیقات در ایران بیانگر روند کاستی میزان شیردهی کودکان توسط مادران می باشد، حال آنکه شیردهی مادر در دوران نوزادی جزو اولویت های بهداشتی کشور است^(۱۸).

این مطلب در دوران رضاع و شیر دادن نیز ادامه می‌یابد، چرا که «شیر، شیره جان مادر است». لذا به دنبال آن می‌افزاید: «و دوران شیر خواری او در دو سال پایان می‌یابد» (وَ فِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ)، همان گونه که در سوره بقره نیز اشاره شده است. منظور دوران کامل شیر خواری است هر چند ممکن است گاهی کمتر از آن انجام شود. سپس خداوند می‌فرماید: توصیه کردم که: «برای من و برای پدر و مادرت شکر به جا آور» (أَنْ اشْكُرْ لِي وَ لِوَالِدَيْكَ). شکر مرا به جا آور که خالق و منعم اصلی تو هستم و چنین پدر و مادر مهربانی به تو داده‌ام و هم شکر پدر و مادرت را که واسطه این فیض و عهده‌دار انتقال نعمت‌های من به تو می‌باشند و البته این اهمیت جایگاه پدر و مادر را می‌رساند که در شکرگزاری در کنار خداوند نام برده می‌شوند. در پایان آیه خداوند با لحنی که خالی از تهدید و عتاب نیست می‌فرماید: «بازگشت (همه شما) به سوی من است» (إِلَيَّ الْمَصِيرُ)، که حکایت از اهمیت توجه به نکات تربیتی فوق دارد (۲۰).

سازمان جهانی بهداشت شیر دادن مادر را در طی شش ماهه اول به تنهایی و پس از آن را تا دو سالگی همراه با دیگر مواد غذایی توصیه می‌کند (۲۱). یونیسف هدف برنامه تغذیه‌ای خود برای نوزادان و کودکان را مراقبت، ارتقاء و حمایت از تغذیه با شیر مادر بیان می‌کند (۲۲). شیر مادر بهترین ماده غذایی برای کودک است. (۲۳) یونیسف هرگونه خدمات مرتبط با مادر را در راستای تشویق، حمایت و توسعه استفاده از شیر مادران می‌داند و سفارش می‌کند تا تمامی مادران در خصوص مزایا و مدیریت تغذیه با شیر مادر آگاه شوند. باید به مادران در شیر دادن در همان نیم ساعت اول بعد از تولد نوزاد کمک شود و حتی چنانچه کودک و مادر ضرورتاً باید جدا از هم نگهداری شوند باید به مادر نشان داده شود که چگونه به شیر دادن نوزاد خود ادامه دهد. به نوزادان به‌جز داروهای لازم هیچ غذا یا نوشیدنی دیگری (در ۶ ماه اول) داده نشود. مادر و نوزاد باید تمام طول شبانه روز در کنار هم باشند. مادران باید به شیر دادن بر اساس تقاضای کودک تشویق شود. به نوزادان شیرخوار پستانک داده نشود. حمایت‌های لازم از مادرانی که به نوزادان خود شیر می‌دهند از جمله خدمات رایگان بیمارستانی و کلینیکی باید به عمل آید (۲۴).

بحث

تأکید آیات الهی بر تغذیه کودک با شیر مادر است. در این برنامه مادر و پدر مسئولیت دارند. آیه ۲۳۳ سوره بقره، می‌فهماند پدر به علت اینکه فرزند برای او متولد می‌شود و در بیشتر احکام زندگی ملحق به اوست، ناگزیر مصالح زندگی و لوازم تربیت و از آن جمله خوراک و پوشاک و نفقه، به عهده او است. همچنین کلمه ارضاع که مصدر فعل یرضع است، مصدر باب افعال و از ماده رضاعه و رضع گرفته شده است، که به معنای مکیدن پستان به منظور نوشیدن شیر از آن است، و کلمه حول به معنای سال است، و در اینجا دو سال کامل را می‌گوید. و جمله «لمن اراد ان یتم الرضاعة»، دلالت دارد بر اینکه: حضانت (کودکی را در دامن پروریدن) و شیر دادن حق مادر طلاق داده شده، و موکول به اختیار او است، اگر خواست می‌تواند کودکش را شیر دهد و در دامن پیوردد، و اگر نخواست می‌تواند از این کار امتناع بورزد، و همچنین رساندن مدت دو سال را به آخر، حق اوست، اگر خواست می‌تواند دو سال کامل شیر دهد، و اگر نخواست می‌تواند مقداری از دو سال را شیر داده، از تکمیل آن خودداری کند، و اما شوهر چنین اختیاری ندارد، (که از ابتدا اگر خواست بچه را از

مواد و روش‌ها

در این پژوهش آیات کلام الله مجید درباره شیردهی مادر به کودک بررسی شد و کتب تفاسیر، دستورات و نظرات ارزشمند و راهگشای قرآن کریم مورد کاوش قرار گرفت. برنامه‌های سازمان‌های معتبر جهانی در خصوص نوزادان، تغذیه و هدف-گذاری‌های آنها جستجو شد. همچنین از مقالات و منابع علمی روز برای تبیین دیدگاه‌های محققان و مراکز علمی جهانی در خصوص استفاده از شیر مادر بهره گرفته شد. در پایان جمع‌بندی نظرات، نتایج و برنامه‌های غالب استخراج و مقایسه‌ای بین این منابع و دستورات الهی انجام گردید.

یافته‌ها

قرآن کریم در هفت سوره به صورت مستقیم و یا غیرمستقیم به دوران بارداری، شیردهی و شیردادن اشاره می‌کند. برخی آیات که به صورت مستقیم اشاره دارد، نمود دستور الهی است، و برخی دیگر از آیات بیان مطالبی در خصوص شیردهی نوزاد توسط مادر می‌باشد. پنج سوره‌ای که اشاره مستقیم به شیردادن به نوزادان می‌نماید، شامل سوره‌های مبارکه بقره، احقاف، لقمان، نساء، و طلاق می‌باشد. همچنین دو سوره مبارکه حج و قصص، اشاره - غیرمستقیم به شیردهی مادران دارد که بیان آنها در این کتاب آسمانی بیانگر اهمیت موضوع می‌باشد و یا این که خداوند قصد توجه دادن بندگان به این امر را دارند. در زیر به نتایج حاصله در قرآن می‌پردازیم؛

تفسیر المیزان، آیه ۲۳۳ سوره بقره را به این صورت تفسیر می‌کند که خداوند می‌فرماید: "و الوالادات یرضعن اولادهن حولین کاملین، لمن اراد ان یتم الرضاعة" مادران، فرزندان خویش را دو سال تمام شیر دهند، برای کسی که می‌خواهد شیر دادن را کامل کند و صاحب فرزند خوراک و پوشاک آنها را به شایستگی عهده‌دار است. هیچکس بیش از توانش مکلف نمی‌شود، هیچ مادری به سبب طفلش زیان نبیند و نه صاحب فرزند، به سبب فرزندش، وارث نیز مانند این را بر عهده دارد اگر پدر و مادر به رضایت و مشورت هم خواستند طفل را از شیر بگیرند گناهی بر آنان نیست و اگر خواستید برای فرزندان خود دایه بگیرید، اگر فردی را که در نظر می‌گیرید به شایستگی به او حقی بدهید گناهی بر شما نیست، از خدا بترسید و بدانید که خدا بینی اعمال شما است (۱۹).

در تفسیر نمونه اهمیت شیردهی کودک از منظر دیگری نیز بررسی شده است. هزینه زندگی مادر از نظر غذا و لباس حتی در صورتی که طلاق بگیرد در دوران شیردهی به عهده پدر نوزاد است تا مادر با خاطری آسوده بتواند فرزند را شیر دهد (و علی المولودله رزقه و کسوتهن). دوم آنکه در صورت مرگ پدر باید ورثه عهده‌دار این وظیفه باشند و احتیاجات مادر را در دوران شیردهی تأمین کنند (۲۰).

خداوند در آیه ۱۴ سوره لقمان ابتدا می‌فرماید: «و ما به انسان درباره پدر و مادرش سفارش کردیم» (وَ وَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ). سپس اشاره به زحمات مادر در دوران بارداری و شیردهی داشته، می‌گوید: «مادرش او را با ناتوانی روی ناتوانی حمل کرد» و در دوران بارداری هر روز رنج و ناراحتی تازه‌ای را متحمل می‌شد (حَمَلْتَهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلِيًّا وَهْنًا). تفسیر نمونه، چنین می‌گوید که مادران در دوران بارداری گرفتار وهن و سستی می‌شوند، چرا که جسم و جان خود را به پرورش جنین خود اختصاص می‌دهند، و از تمام مواد حیاتی وجود خود بهترینش را تقدیم او می‌دارند. حتی

نتیجه گیری

دیده شده است که از جمله عواملی که موجب می شود تا مادران کمتر از شیر خود کودکانشان را تغذیه کنند، فقدان آموزش اهمیت شیر مادر و نبود شبکه های اجتماعی حامی آن است. همچنین تبلیغات فزاینده کارخانه های شیر خشک و غذاهای جانشین و جو فرهنگی که بهای لازم را به شیر مادر نمی دهد نیز در این زمینه مؤثر است.

منابع

- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Racial and ethnic differences in breastfeeding initiation and duration, by state - National Immunization Survey, United States, 2004-2008. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2010 Mar 26;59(11):327-34.
- Glass, Roger I. "Protection against cholera in breast-fed children by antibodies in breast milk." *New England Journal of Medicine* 308.23 (1983): 2010-2012.
- Stanley I, Mei Ch, Gowri R, Chew P, Magula N, DeVine D, et al. Breastfeeding and maternal and infant health outcomes in developed countries. *Evid Rep Technol Assess (Full Rep)* 2007 April; (153): 1-186.
- Owen MJ, Baldwin CD, Swank PR, Pannu AK, Johnson DL, Howie VM. «Relation of infant feeding practices, cigarette smoke exposure, and group child care to the onset and duration of otitis media with effusion in the first two years of life». *J. Pediatr.*, 1993, 702-11.
- Dewey, Kathryn G., Jane Heinig M., and Laurie A. Nommsen-Rivers. "Differences in morbidity between breast-fed and formula-fed infants." *The Journal of pediatrics* 126.5 (1995): 696-702.
- Blaymore, Bier JA. "Human milk reduces outpatient upper respiratory symptoms in premature infants during their first year of life." *Journal of perinatology: official journal of the California Perinatal Association* 22.5 (2001): 354-359.
- Mårild, S. "Protective effect of breastfeeding against urinary tract infection." *Acta Paediatrica* 93.2 (2004): 164-167.
- Lars Å. Hansonf, MK. The role of breastfeeding in prevention of neonatal infection. *Seminars in Fetal and Neonatal Medicine*. 7(4), P:275-281, August 2002.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Breastfeeding trends and updated national health objectives for exclusive breastfeeding-United States, birth years 2000-2004. *Morb Mortal Wkly Rep.* 2007 Aug 3;56(30):760-763.

همسر مطلقه اش بگیرد و اگر نخواست نگیرد)، البته در صورتیکه همسرش موافق بود، می تواند یکی از دو طرف را اختیار کند، همچنانکه جمله "فان ارادا فضالا..." این معنا را می رساند. اول اینکه: حق حضانت و شیر دادن و نظیر آن مال همسر است، پس شوهر نمی تواند به زور میان مادر و طفل جدایی بیندازد، و یا از اینکه مادر فرزند خود را ببیند، و یا مثلاً بوسد، و یا در آغوش بگیرد جلوگیری کند، برای اینکه این عمل مصداق روشن مضاره و حرج بر زن است، که در آیه شریفه، از آن نهی شده است. "فان ارادا فضالا عن تراض منهما و تشاور..." کلمه فضال به معنای از شیر جدا کردن کودک است، و کلمه تشاور به معنای اجتماع کردن در مجلس مشاوره است، و این جمله به خاطر حرف فاء که در آغاز دارد تفریح بر حقی است که قبلاً برای زوجه تشریح شده، و به وسیله آن حرج از بین برداشته شد، پس حضانت و شیر دادن بر زن واجب و غیر قابل تغییر نیست، بلکه حقی است که زن می تواند از آن استفاده کند، و می تواند ترکش کند. پس ممکن است نتیجه مشورتشان این باشد که هر دو راضی شده باشند بچه را از شیر بگیرند، بدون اینکه یکی از دو طرف ناراضی و یا مجبور باشد و همچنین ممکن است نتیجه این باشد که پدر، فرزند خود را به زنی دیگر بسپارد تا شیرش دهد، و همسر خودش راضی به شیر دادن نشود و یا فرضاً شیرش خراب باشد، و یا اصلاً شیر نداشته باشد، و یا جهاتی دیگر، البته همه اینها در صورتی است که مرد به خوبی و خوشی آنچه را که زن استحقاق دارد به او بدهد، و در همه موارد منافاتی با حق زن نداشته باشد، و قید «اذا سلمتم ما آتیتم بالمعروف» همین را می رساند^(۱۹).

از سوی دیگر برنامه های سازمان های معتبر بین المللی در زمینه تغذیه و نوزادان نشان داد که همگی اهمیت شیردهی توسط مادر را در دو بخش تولد تا ۶ ماهگی و نیز از ۶ ماهگی تا دو سالگی درک نموده اند. یونسف هرگونه خدمات مرتبط با مادر را در راستای تشویق، حمایت و توسعه استفاده از شیر مادران می داند و بیان می دارد که سیاست های تغذیه با شیر مادر باید مکتوب شده و در اختیار تمامی کارکنان خدمات سلامت قرار گیرد. تمامی کارکنان باید مهارت لازم برای پیاده سازی این سیاست را نیز داشته باشند. از سوی دیگر تمامی مادران باید در خصوص مزایا و مدیریت تغذیه با شیر مادر آگاه شوند^(۲۴).

در مطالعه ملی ایمن سازی آمریکا به این نتیجه رسیدند که تغذیه با شیر مادر باید از طریق برنامه جامع کلینیکی و حمایت های اجتماعی در دوران بارداری، زایمان و پس از آن ارتقا یابد^(۱). آکادمی پزشکی کودکان آمریکا پیشنهاد می کند تا وضعیت عالی تغذیه با شیر مادر تا سن ۶ ماهگی و پس از آن تا حداقل یک سالگی ادامه یابد. در وضعیت عالی هیچ غذا یا نوشیدنی دیگری (به جز داروها) به کودک نباید داده شود^(۲۵).

همین طور سازمان بهداشت جهانی اعلام می دارد شیر مادر تنها در شرایط استثنایی ممکن است شیری مناسب برای نوزاد نباشد، در این صورت بهترین جایگزین شیر مادر می تواند شامل، استفاده شیر مادر از دایه ای سالم، از بانک شیر مادر و یا از جایگزین شیر مادر باشد^(۲۶) و آکادمی پزشکی اطفال آمریکا شیردهی توسط مادر را دارای مزایایی برای نوزادان، مادران، خانواده ها و جامعه می داند که سلامت دستگاه ایمنی، رشد و نمو، روانی، اجتماعی، اقتصادی و فواید زیست محیطی را در پی دارد^(۱۵). در مجموع پیشنهاد می شود تا بیمارستان ها سیستم مشخصی در خصوص ترویج تغذیه با شیر مادر داشته باشند و گروه های حمایت از مادران شیرده تشکیل گردد تا پس از ترخیص نیز پی گیری و حمایت شوند.^(۲۷-۲۹)

- Health Centers Mashhad, 2007. *Iranian Journal of Epidemiology*. 2008; 3(3):45-53 [Abstract in English]
19. Tabataba'i SMH. *Al-Mizān fī tafsīr al-Qur'ān*. Isma'iliyan. Qom, Iran. 1995
20. Makarem Shirazi N. *Tafsir Nemooneh*. Qom, Iran. 1974
21. WHO. Breastfeeding.
22. <http://www.who.int/topics/breastfeeding/en/>
23. UNICEF. Infant and Young Child Feeding. http://www.unicef.org/nutrition/index_breastfeeding.html
24. Mary Frances P. "Nutrient composition of human milk." *Pediatric Clinics of North America* 48.1 (2001): 53-67.
25. Protecting, Promoting and Supporting Breastfeeding: The Special Role of Maternity Services, a joint WHO/UNICEF statement published by the World Health Organization
26. Gartner LM, Morton J, Lawrence RA. Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics* 2005;115:496—506.
27. World Health Organization. Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. Geneva, Switzerland, Sept. 2009
28. Forste R, Weiss J, Lippincott E. The decision to breastfeed in the United States: does race matter? *Pediatrics* 2001;108:291-6.
29. Safarnavadeh M, Yasemi M T. Evaluation of breast-feeding promotion programs on hospitals of Kerman province during 1995. *Journal of Kerman University of Medical Sciences*, 1996; 3.4: 191-199. [In Persian]
30. Safarnavadeh M, Yasemi M T. An evaluation of breast feeding situation in Kerman hospitals. *Journal of Kerman medical sciences university*, 1997; 4.3: 191-199. [In Persian]
10. Chung M, Raman G. Breastfeeding and maternal and infant health outcomes in developed countries. *Rockville, MD: US Department of Health and Human Services*; 2007. Available at <http://www.ahrq.gov/downloads/pub/evidence/pdf/brfout/brfout.pdf>.
11. Kramer M. Promotion of Breastfeeding Intervention Trial (PROBIT): A randomized trial in the Republic of Belarus. *Journal of the American Medical Association*, 2001, 285(4): 413-420
12. Pisacane A, Continisio P, Palma O, Cataldo S, De Michele F, Vairo U. Breastfeeding and Risk for Fever After Immunization. *Pediatrics*. June 1, 2010; 125 (6): pp. e1448 -e1452
13. Keyhani Z, Safarnavadeh M. Breast feeding and neonatal sepsis. *Razi Journal of Medical Sciences*. 1995 1 (4), 239-247 [In Persian]
14. Stuart-Macadam P, Dettwyler K. Breastfeeding: Biocultural Perspectives. *Aldine De Gruyter*, New York, USA, 1995, ISBN: 0202011925, 9780202011929
15. Gartner LM, Morton J, Lawrence RA, Naylor AJ, O'Hare D, Schanler RJ. American Academy of Pediatrics Section on Breastfeeding. *Breastfeeding and the use of human milk*. *Pediatrics*. 2005 Feb;115(2):496-506.
16. Rosenblatt KA, Thomas DB. Prolonged lactation and endometrial cancer. WHO Collaborative Study of Neoplasia and Steroid Contraceptives. *Int J Epidemiol*. 1995 Jun;24(3):499-503.
17. Newcomb PA, Trentham-Dietz A. Breast feeding practices in relation to endometrial cancer risk, USA. *Cancer Causes Control*. 2000 Aug;11(7):663-7.
18. Khabazkhoob M, Fotouhi A, Majdi MR, Moradi A, Javaherforoshzadeh A, Haeri Kermani Z, Ghodsi H. Prevalence of Exclusive Breastfeeding in