

* ترحب مجلة التقوى في هذه الزاوية (منكم وإليكم) بجميع المساهمات من قرائها الكرام وسنحاول إن شاء الله نشر أكبر عدد ممكن من المساهمات على صفحاتنا، مع التنويه إلى أن هذه المساهمات تعبر عن آراء القراء وليس بالضرورة عن رأي المجلة.

* نرجو من جميع القراء كتابة مساهماتهم وآرائهم بخط واضح وعلى وجه واحد للورقة، أو طباعتها على الكمبيوتر إذا أمكن ذلك.

The Editor AL Taqwa, P.O.Box 12926, London SW18 5ZN (U.K)

e.mail: altaqwa@alislam.org

إرضاع الأم لولدها وبعض خواصه

إن فوائد إرضاع الأم لولدها كثيرة جداً، وتطلعنا الأبحاث والدراسات الحديثة بين الفينة والأخرى على فوائد جديدة له في الوقاية من العديد من الأمراض. فقد لوحظ أن الأطفال الذين أرضعوا حليب الأم كانوا أقل تعرضاً للكثير من الأمراض مثل التهاب الأذن الوسطى والداء الزلاقي والظواهرات التحسسية والأمراض المضمية. وإن تركيبة حليب الأم تجعل منه الحليب المثالي الذي يمكن أن يقدم للرضيع، ومهما تطورت التقنيات الحديثة في صناعة الحليب البديل لحليب الأم فهي تبقى عاجزة أمام ما يتم تركيبه في ثدي الأم، ويكفي للمقارنة أن نذكر أن حليب الأم هو حليب عقيم لا تمسه الأيدي، ودرجة حرارته هي درجة مناسبة للرضيع فليس هو بارد وليس هو حار، ولا يحتاج إلى بذل الجهد لتحضيره، وهو متوفر بالجمان وبفضل خالص من الله، وهو يحمل خصائص مناعية ودفاعية تقي الرضيع من كثير من الأمراض التي قد تكون مهلكة. وكل ذلك له أهمية كبيرة خاصة في الدول النامية أو الفقيرة والتي تكثر فيها أمراض الطفولة والتي يصعب فيها على الأهل تأمين حتى علبة واحدة من الحليب الصناعي. ولا يخفى ما لإرضاع الأم لولدها من تأثير نفسي إيجابي في العلاقة بين الأم وطفلها. وما له من دور في توطيد علاقة الأمومة. فإن توفر الأصيل والطبيعي فلم

نستبدل به ما هو أدنى منه؟ والملفت للإنتباه في إفراز الحليب أنه يمر بمراحل ويتغير تركيبه أثناء الرضعة الواحدة، ففي المرحلة المصلية يكون الحليب عالي التركيز بالسكريات والمعادن والفيتامينات. أما المرحلة البروتينية فيتزايد فيها تركيز الكازئين وهو مادة بروتينية موجودة في الحليب. أما المرحلة الدسمة فيزداد فيها تركيز الدسم لتصبح أربع أضعاف ما هي عليه في بدء الرضعة. وربما يكون الهدف من هذا التدرج أن يتم إفراز المواد المحرصة على الشبغ - وهي المواد الدسمة - في آخر الرضعة. كما يمر حليب الأم بعد الولادة بثلاث مراحل خلال فترة تقارب ٢٥ يومًا، وهي مرحلة اللبأ ثم الحليب العابر ثم الحليب الناضج: اللبأ: يحوي ٣ أضعاف ما يحويه حليب الأم الناضج من البروتينات، كما يحوي على كمية كبيرة من الأضداد من

النمط IgA الإفرازي وكمية كبيرة من الكريات البيض مما يكسبه خاصية مناعية مميزة ضد الإنتانات. وهذا ما يجعل من الضروري وضع الطفل على الثدي منذ اللحظات الأولى التالية للولادة. **الحليب العابر:** يفرز بين اليوم ٦-٢١ بعد الولادة، ويلاحظ فيه تزايد كمية الدسم واللاكتوز لكن بكمية أقل مما هي في الحليب الناضج. **الحليب الناضج:** وهو الحليب النهائي الذي يتم إفرازه من الثدي بعد ٢١-٢٥ يومًا من الولادة. ويستنتج مما سبق أنه لا يمكن الحكم على كفاية حليب الأم خلال أول ٢٥ يوم التالية للولادة، لأن كمية الحليب لا تصل إلى مستواها الأقصى إلا بعد مرور هذه المدة، أي عندما يصبح الحليب ناضجًا. **مساهمة الدكتور وسام البراقي (سوريا)**

الاتصال الدولي عبر الإنترنت

أدى غلاء الاتصالات الهاتفية العالمية إلى منافسة بين شركات الاتصالات على الصعيد العالمي، وفي ظل هذا التنافس الحاد توصل الخبراء إلى تقنية Voice over IP أي الصوت عبر بروتوكول IP التي طُرحت لها معدات في الأسواق منذ فترة قصيرة. ويحتاج المرء إلى جهاز كمبيوتر مُوصل بشبكة الإنترنت عبر نظام Broadband وجهاز هاتف خاص يوصله بجهاز الكمبيوتر. وبعد إتمام هذه الخطوات عليه تنزيل برنامج مجاني من شبكة الإنترنت يُخول له بعد تركيبه بخمس دقائق الاتصال مجانًا. لمن لهم نفس البرنامج والمعدات. كما يصبح بإمكانه الاتصال بأي رقم هاتف عالمي ليس له نفس النظام أو بعبارة أخرى لديهم الهاتف العادي،

ولكن في هذا النوع من الاتصال تقوم الشركة الموفرة للخدمة (أي التي تم تنزيل برنامج الاتصال المجاني من موقعها) بتحصيل رسوم في كل مرة يتم فيها إجراء الاتصال حسب عدد دقائق المكالمات. الملايين من الناس عبر العالم اليوم يستخدمون شبكة الإنترنت للاتصال ببعضهم مجانًا أو بتكلفة زهيدة. والسؤال الذي يطرح نفسه هنا هل سيحل الاتصال عبر الإنترنت محل الاتصال الأرضي وشبكات الهواتف المحمولة في المستقبل، حيث أصبح بمقدور ملايين الناس إجراء مكالمات هاتفية دولية مجانية. ويظل تساؤل آخر باقيا.. هل نرغب بالفعل أن نبقى مقيدين بأجهزة الكمبيوتر من أجل إجراء مكالمات زهيدة الثمن أو مجانية؟ **مساهمة الصديق م.ع.ع (تونس)**