

الرضاعة الطبيعية تحمي الأمهات من الخرف عند التقدم في العمر

5 نوفمبر، 2024



كشفت دراسة جديدة صادرة عن جامعة كاليفورنيا، أن الرضاعة الطبيعية قد تساعد في منع التدهور المعرفي للأمهات، حيث تبين أن النساء فوق سن الخمسين اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية كان أدائهن أفضل في الاختبارات المعرفية مقارنة بالنساء اللاتي لم يرضعن قبل ذلك، طبقاً لما ورد في موقع ميديكال إكسبريس.

وأشار الباحثون إلى أن الرضاعة الطبيعية قد يكون لها تأثير إيجابي على الأداء الإدراكي للمرأة بعد سن اليأس ويمكن أن يكون لها فوائد طويلة المدى لدمغ الأم أيضاً، بجانب دورها في تحسين صحة الطفل على المدى الطويل. وتعد هذه الدراسة من الدراسات القليلة التي بحثت في الآثار الصحية طويلة المدى للنساء اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية، والتي أظهرت أداءً معرفياً فائقاً بين النساء فوق سن الخمسين اللاتي رضعن من الثدي، مما يؤكد أن الرضاعة الطبيعية قد تكون وقائية للأعصاب مع تقدم عمر الأمهات وبلوغهن مرحلة الشيخوخة.

الحفاظ على قوة الإدراك المعرفي أمراً هاماً لدى كبار السن، فعندما يصبح الإدراك ضعيفاً بعد سن الخمسين، يمكن أن يكون مؤشراً قوياً لمرض الزهايمر (AD)، وهو الشكل الرئيسي للخرف وسبب الإعاقة بين

كبار السن، حيث تبلغ نسبة النساء ما يقرب من الثلث بالولايات المتحدة، الذين يعانون من مرض الزهايمر.

وتلعب مراحل تاريخ الحياة الإنجابية للمرأة ، مثل الحيض والحمل والرضاعة الطبيعية أو الصناعية وانقطاع الطمث، دوراً في معدلات الخطر للإصابة بحالات صحية مختلفة مثل الاكتئاب أو سرطان الثدي، ومع ذلك فقد فحصت دراسات قليلة الرضاعة الطبيعية و تأثيره على الإدراك طويل المدى للمرأة. وتوصل الباحثون إلى أن هناك علاقة إيجابية بين الرضاعة الطبيعية وانخفاض مخاطر الإصابة بأمراض أخرى مثل مرض السكري من النوع 2 وأمراض القلب ، وأن هذه الحالات مرتبطة بقوة بزيادة خطر الإصابة بمرض الزهايمر، نظراً لأن الرضاعة الطبيعية تسهم في تنظيم التوتر وتعزيز الترابط بين الأطفال ، وتقليل مخاطر اكتئاب ما بعد الولادة.