

دکتر سید محمدتقی آیت اللهی

## میزان روزه داری مادران شیرده و عوامل مؤثر بر آن در دوران شیردهی در شیراز

نویسنده: دکتر سید محمدتقی آیت اللهی<sup>۱</sup>

### خلاصه:

مقاله حاضر به بررسی میزان روزه داری مادران شیرده و عوامل مؤثر بر آن در دوران شیردهی در شهر شیراز می پردازد. در این مطالعه ۲۸۷ مادر مسلمان شیرازی که در پایان ماه مبارک رمضان شش ماه از تولد نوزادشان گذشته بود از مناطق گوناگون شهر و با تخصیص متناسب جمعیتی به طور تصادفی انتخاب شدند. نمونه مذکور نمونه ای ۲/۵ درصدی از زنانی که در سال ۱۳۷۵ فرزند زنده به دنیا آورده بودند را تشکیل می داد و تعداد ۱۷۳ نفر از مادران (۶۰/۳٪) به دلیل شیردهی فرزندانشان روزه نگرفته بودند و بقیه از ۳۰ روز را در ماه رمضان روزه دار بودند از میان روزه داران ۹۵/۶٪ انجام وظیفه شرعی، علاقه مندی، سلامت کامل و زیاد بودن شیر، و بهره مندی از ایام سوگواری را دلیل روزه داری خود ذکر کرده اند. وزن و دوربازوی روزه داران به طور معنی داری از وزن و دوربازوی روزه خواران بیشتر بوده است ( $p < 0.02$ ). بین روزه داری مادران و همسران آنها رابطه معنی داری برقرار بود ( $p < 0.003$ ). روزه داری مادران با سن آنها، جنس کودک، تحصیلات پدر، تحصیلات مادر و طبقه اجتماعی خانواده هیچگونه رابطه معنی داری نشان نداد ( $p > 0.1$ ). مطالعه نتیجه گیری می کند که گرچه اکثریت مادران از جواز شرعی روزه خواری در دوران شیردهی آگاهی داشته اند، لکن تبیین علمی موازین فقهی و جوازهای شرعی در زمینه بهداشت مادر و کودک ضرورتی اجتناب ناپذیر است که باید به صورت فرهنگ عمومی جامعه اسلامی درآید و به اطمینان قلبی مادران در کسب رضای خداوند متعال بیانجامد. این مهم بتواند در ارتقاء سطح بهداشتی مادران و کودکان شیرخوار به عنوان عامل مهمی تأثیرات دیرپای مثبتی بر جای گذارد.

کلید واژه: روزه داری، دوران شیردهی، شیراز

### مقدمه:

رمضان در فرهنگ جهانی جایگاه ویژه ای دارد به طوری که مسلمانان رابه رمضان و روزه داری در آن می شناسند. روزه داری در ماه مبارک رمضان یکی از عبادات مهم اسلامی به شمار می آید که در شرع مقدس به منظور رستگاری انسان واجب شده است. در عین حال بیماران، مسافران و زنان شیرده... از انجام این فریضه معاف گردیده اند و به تعداد روزهایی که

روزه نگرفته اند پس از رفع منع باید قضاء روزه ها را انجام دهند (۱). در اسلام به شیردهی کودک توجه خاصی معطوف شده است و مادران باید دو سال شیردهی کامل داشته باشند و پدران نیز باید حقوق آنها را حفظ کنند (۲). همین تعلیم عمیق اسلامی موجب گردیده تا در فقه اسلامی زنان شیرده در دوران شیردهی از انجام این فریضه معاف گردند تا پس از گذر از این دوره در غیر ماه مبارک

۱- استاد گروه آمار زیستی و اپیدمیولوژی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز

## میزان روزه داری مادران شیرده ....

در شیراز اعم از دولتی و خصوصی وضع حمل کرده بودند. اندازه نمونه به نحوی انتخاب شد تا بتواند با حدود اطمینان ۹۵٪ میزان روزه داری در ماه رمضان را در مادران شیرده با دقت ۶٪ از میزان واقعی آن برآورد کند. به علاوه با توجه به اینکه ممکن بود عده ای از مادران از شرکت در مطالعه خودداری کنند و در نتیجه اندازه نمونه از کفایت لازم برخوردار نباشد، اندازه نمونه ۱۷٪ افزایش یافت. بر اساس آدرس های موجود از زایشگاههای مذکور و نمونه های تصادفی از همه آنهائی که در هفت ماه پیش از جمع آوری داده ها در بیمارستانها در مدت دو هفته متوالی متولد شده بودند نمونه مذکور با تخصیص متناسب و اعمال روش تصادفی انتخاب شد که نمونه ای ۲/۵ درصدی از تمام کسانی که در طول یکسال شمسی وضع حمل کرده بودند را تشکیل می داد.

این نمونه کلیه اقشار اجتماعی و اقتصادی را در گستره شهر شیراز در بر می گرفت. به گونه ای شهر به ۱۸ منطقه با تدبیر دستیابی سریع و دقیق به خانواده ها جهت بازدید منازل تقسیم بندی شد و سه گروه پژوهشی که هر گروه از سه نفر تشکیل می شود مسئولیت بازدید از منازل را عهده دار شدند. سپس با استفاده از پرسشنامه سازماندهی شده و مراجعه به منازل نمونه های انتخاب شده اطلاعات لازم توسط پژوهشگران به صورت مصاحبه رو در رو جمع آوری گردید برای اندازه گیری ابعاد تن سنجی، مادران حداقل پوشش رابه تن داشتند و بدون جوراب و کفش بودند. در مورد قد شخص مورد مطالعه استوار می ایستاد

جدول ۲: علت روزه داری مادران شیرده

| درصد  | تعداد | علت                         |
|-------|-------|-----------------------------|
| ۲۶/۸  | ۲۰    | انجام وظیفه شرعی            |
| ۵۴/۵  | ۶۱    | علاقه مندی                  |
| ۸/۰   | ۹     | خوب بودن حال، زیاد بودن شیر |
| ۶/۳   | ۷     | ایام سوگواری                |
| ۰/۹   | ۱     | لاغر شدن                    |
| ۱/۸   | ۲     | شیر ندادن                   |
| ۰/۹   | ۱     | تبلیغات رادیو و تلویزیون    |
| ۰/۹   | ۱     | همراهی باشومر               |
| ۱۰۰/۰ | ۱۱۲   | جمع                         |

رمضان قضاء روزه های خود را بجای آورند (۳). در عین حال، بدلائل گوناگون بخشی از مسلمانان از ظرافت های فقه اسلامی بی اطلاع بوده و در نتیجه بخاطر درک شخصی خود از ایمان داری یا عدم توجه به جوازهای شرعی به روزه داری می پردازند که در نتیجه با حقوق کودک در تضاد قرار می گیرد. گرچه اثرات روزه داری در میان مسلمانان از لحاظ عملکردهای شاخص های بیوشیمیائی و تغذیه ای و فیزیولوژیک و علائم بالینی در مطالعات مختلف مورد مطالعه قرار گرفته است (۴-۸) لکن تاکنون هیچگونه مطالعه ای در مورد رفتار شیردهی مادران و روزه داری ماه مبارک رمضان انجام نگرفته است. بنابراین مطالعه حاضر به

جدول ۱: تعداد و درصد مادران روزه دار و روزه خوار بر حسب تعداد روزهای روزه داری

| تعداد روزهای روزه داری | تعداد | درصد |
|------------------------|-------|------|
| ۰                      | ۱۷۳   | ۶۰/۳ |
| ۱-۱۰                   | ۴۶    | ۱۶/۰ |
| ۱۰-۲۰                  | ۱۹    | ۶/۶  |
| ۲۱-۳۰                  | ۴۹    | ۱۷/۱ |
| جمع                    | ۲۸۷   | ۱۰۰  |

منظور بررسی رفتار شیردهی و رابطه آن با روزه داری مادران در دوران شیردهی در شهر شیراز در نمونه ای معرف انجام گرفته است تا با انجام این بررسی به اصلاح الگوی شیردهی مادران بر اساس موازین فقه اسلامی بپردازد.

### روش تحقیق:

در این مطالعه تعداد ۲۸۷ مادر مسلمان شیرازی مورد مطالعه قرار گرفتند. مادران برگزیده در ماه رمضان ۱۴۱۷ هجری قمری (۲۱ دیماه تا ۲۰ بهمن ۱۳۷۵) شش ماه اول دوره شیردهی را پشت سر می گذاشتند و فرزندان شان در زمان بررسی در ماه شوال همان سال که جمع آوری داده ها انجام شد (بهمن و اسفند ۱۳۷۵) زنده بودند. آبستنی مادران در شیراز انجام گرفته و در مدت بارداری هم در شیراز اقامت داشتند و همگی دریکی از ۱۴ زایشگاه موجود

دکتر سیدمحمدتقی آیت‌اللهی

از آن میان ۱۰٪ تحصیلات دانشگاهی داشتند. بیش از ۹۰٪ از مادران خانه دار بودند و ۷۷٪ از آنها به طور طبیعی زایمان کرده بودند. طرح هم‌اتاقی مادر و نوزاد در مورد ۲۵٪ از مادران صورت گرفته بود و ۵۳٪ از آنها آموزش نحوه شیردهی رادیده بودند. در همین رابطه در ماه مبارک رمضان ۲۶۰ نفر از مادران مورد مطالعه (۹۱٪) شیردهی را ادامه می‌دادند.

جدول ۱، میزان روزه داری مادران و تعداد روزه‌هایی که موفق به روزه داری بودند را نشان می‌دهد. بیش از ۶۰٪ مادران به دلیل شیردهی روزه نگرفته بودند.

از میان روزه داران ۷۷٪ پشت سرهم و ۲۲٪ متناوباً روزه گرفته بودند در میان روزه داران ۵۲٪ اظهار داشته‌اند که روزه داری شیردهی را کم کرده، ولی در مقابل ۴۲٪ اعلام کرده‌اند که روزه داری شیردهی را زیاد کرده است و ۴۳٪ هم اظهار

به گونه‌ای که بازوانش به آرامی در کنار اطرافش راحت افتند و قوزک‌های زانوهایش در کنار هم قرار گیرند. سرشخص در حالت مسطح (تراز سطح) قرار می‌گیرد و با قدسنج که در پشت سر او قرار می‌گیرد پس از کشیدن نفس عمیق و آرامش با دقت میلی‌متر اندازه‌گیری می‌شود. در اندازه‌گیری دونفر از اعضای گروه پژوهش مشارکت داشتند. اولی شخص رامورد مطالعه قرار می‌داد و او را راهنمایی می‌کرد و دومی ابزار رومی‌گرفت و وضعیت را واری و اندازه رومی خواند و این روش کلی در مورد سایر اندازه‌های تن‌سنجی نیز صدق می‌کرد. در مورد دور بازو، دست چپ مورد بررسی قرار می‌گرفت نقطه وسط فاصله بین استخوان آرنج و استخوان مفصل تعیین و علامت‌گذاری می‌شد و بایک متر پارچه‌ای غیرکشدار از سمت چپ به سمت راست از نقطه وسطی بازوی

جدول ۳: میانگین (انحراف معیار) شاخصهای تن‌سنجی، حدود اطمینان و معنی داری اختلاف میانگین‌ها در مادران روزه دار و روزه خوار

| شاخص تن‌سنجی        | روزه داران (۱۱۴) | روزه خواران (۱۷۳) | مقدار P | حدود اطمینان ۵۹٪<br>اختلاف میانگین‌ها |
|---------------------|------------------|-------------------|---------|---------------------------------------|
| قد (سانتیمتر)       | ۱۵۷/۴ (۶/۲)      | ۱۵۶/۴ (۵/۵)       | ۰/۱۲۳   | (-۰/۳، ۲/۵)                           |
| وزن (کیلوگرم)       | ۱۶۵/۱ (۱۴/۶)     | ۱۵۸/۵ (۱۱/۸)      | ۰/۰۰۰   | (۳/۵، ۰/۹/۷)                          |
| دور بازو (سانتیمتر) | ۳۰/۱ (۱۲/۳)      | ۲۷/۱ (۸/۸)        | ۰/۰۱۵   | (۰/۶، ۵/۵)                            |

بالایی سمت چپ گذرانده و انتهای‌های آزاد و ثابت آن را انتقال می‌دادند تا اطمینان حاصل شود که نوار اندازه‌گیری در همان سطحی قرار گرفته که علامت بازوی میانی

بالا مشخص گردد و نوار در دور محیط بازو به پوست تماس حاصل نماید ولی بافت‌ها به هم فشرده نشود و خط فاصل بازو را تغییر ندهد. آنگاه این محیط را تا نزدیکترین میلی‌متری خوانند. در مورد وزن، مادر روی صفحه ترازو راست قامت ترازو با استواری و بدون حرکت می‌ایستاد و عقربه وزنه با دقت تا نزدیکترین ۱۰۰ گرم قرائت می‌شد. ترازوها در هر منزل و اسنجی می‌شدند. آنگاه با استفاده از نرم‌افزار spss تحلیل آماری لازم انجام گرفت.

نتایج:

حدود دو سوم مادران (۶۴٪) در سن ۲۰ تا ۳۰ سالگی قرار داشتند. میانگین سنی مادران ۲۶/۶ سال با انحراف معیار ۵/۵ سال بود. ۸۶٪ درصد از مادران از نعمت سواد برخوردار بودند که

داشته بودند که روزه داری در شیردهی آنان تأثیری نداشته است. در میان کسانی که روزه نگرفته بودند تعداد ۱۵۲ نفر (۸۷٪) جواز شرعی راعت آن قلمداد کرده‌اند و بقیه ناتوانی جسمی، بیماری، بارداری و... را ذکر کرده بودند. به علاوه در خانواده‌های مورد مطالعه ۱۹۴ نفر از شوهران (۶۹٪) موفق به روزه داری بوده‌اند. جدول ۳ میانگین (انحراف معیار)، حدود اطمینان ۹۵٪ و اختلاف میانگین‌های شاخصهای تن‌سنجی مادران روزه دار و روزه خوار را ارائه می‌دهد. وزن مادران روزه دار به طور متوسط حدود ۳ کیلوگرم از وزن مادران روزه خوار بیشتر بوده که اختلاف معنی داری را نشان می‌دهد (p < ۰/۰۰۰). هم‌چنین اندازه دور بازوی مادران روزه دار به طور متوسط ۳/۵ سانتیمتر از مادران روزه خوار بیشتر بوده است و اختلاف آن معنی دار است (p = ۰/۰۱۵). اما هیچگونه اختلاف معنی داری بین قدر روزه داران

وروزه خواران مشاهده نشد (p=0/123).

روزه داری مادران باسن مادر، جنس کودک، تحصیلات

جدول ۴: رابطه روزه داری مادران شیرده و همسرانشان

| تعداد (درصد) | روزه دار    | روزه خوار  | همسر/مادر *  |
|--------------|-------------|------------|--------------|
| ۱۶۸ (۶۰/۴٪)  | ۱۰۶         | ۶۲         | روزه خوار    |
| ۱۱۰ (۳۹/۶٪)  | ۸۸          | ۲۲         | روزه دار     |
| ۲۷۸ (۱۰۰/۰٪) | ۱۹۴ (۶۹/۸٪) | ۸۴ (۳۰/۲٪) | تعداد (درصد) |

\* (p=0/02) = ضریب توافق، \* (p=0/02) ،  $\chi^2 = 9/0$  ، معنی دار

پدر، تحصیلات مادر و طبقه اجتماعی خانواده آزمون شد، ولی رابطه معنی داری نشان نداد (p=0/01).

#### بحث:

روزه داری از جمله عبادات مهمی است که تأثیر زیادی در سلامت و بیماری انسان دارد و چنانچه مطابق موازین شرعی صورت گیرد علاوه بر تأثیرات مثبت جسمانی اثرات روحانی دیرپائی برجای می گذارد.

بیش از یک چهارم از مادران شیرده روزه دار علت روزه داری را انجام وظیفه شرعی ذکر کرده اند. درک این مادران از موازین شرعی و خوب روزه داری در دوران شیردهی بوده است. گرچه شرع مقدس مادران شیرده را از روزه داری منع نکرده است لکن با توجه به اینکه بنا به موازین شرعی برای فرزندان حقوق مشخصی در نظر گرفته شده است جواز شرعی را به مادران داده است تا در دوران شیردهی روزه نگیرند. این جواز شرعی چنانچه بخوبی تبیین شود می تواند در ادامه شیردهی مؤثر افتد و در عین حال مادر شیرده را مطمئن سازد که روزه خواری به این دلیل در تضاد با کسب رضای خدای متعال نیست، بلکه جلوه ای از رحمت و مهربانی خدا به مادر و فرزند به شمار می آید.

مطالعه حاضر نشان می دهد که افراد چاق بیشتر روزه داری می کنند به طوری که روزه داران به طور متوسط حدود ۶/۵

کیلوگرم از روزه خواران سنگین تر بوده و بازوان آنها به طور متوسط ۳ سانتی متر ضخیم تر بوده است. در مطالعات

دیگری نشان داده شده است که روزه

داری ماه رمضان به طور متوسط ۷۷ (۹)

، ۷۸ (۱۰)، ۲/۰ (۱۱)، ۳/۸ (۱۲) کیلوگرم از وزن

را کاهش می دهد. گرچه انگیزه روزه داری

باید به قصد قربت باشد لکن ممکن است

بعضی روزه را بخاطر کاهش وزن نیز گرفته

باشند در این میان تنها یک نفر از روزه داران چنین اظهار نظر

کرده است که این نگرش نیاز به اصلاح دارد.

گرچه بیش از دو سوم شوهران در ماه رمضان روزه گرفته

بودند لکن نزدیک به ۳۰٪ از آنها خود را از فیض روزه داری

محروم نگاه داشته بودند. طبق بررسی انجام گرفته مهمترین

علت روزه خواری این افراد ناشی از عدم آگاهی آنها از موازین

شرعی بوده است و مواردی چون بیماری و مسافرت که مجوز

شرعی روزه خواری را دارند در ردیفهای بعدی علل قرار

گرفته اند. بنابراین، تبیین علمی موازین فقهی برای خانواده ها

و روشن سازی مبانی جوازهای شرعی به ویژه در زمینه بهداشت

مادر و کودک ضرورتی اجتناب ناپذیر است که چنانچه به خوبی

انجام گیرد و به صورت فرهنگ عمومی جامعه اسلامی در آید

علاوه بر آنکه به تقویت بنیه ایمانی خانواده ها منجر می شود به

ارتقاء سطح سلامت مادر و کودک خواهد انجامید.

#### سپاسگزاری:

بودجه این طرح تحقیقاتی را معاونت پژوهشی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تأمین نموده است. از آقای علی خادمی که امور محاسباتی این مقاله را انجام دادند. کمال امتنان را دارم. از جناب آقای دکتر سید علیرضا مرندی که نظرات ارزشمندی را در ارتقاء این مقاله ارائه دادند و هم چنین داور دیگر مقاله بسیار سپاسگزارم.

منابع:

- Asian Muslim pregnant mothers observing the Ramadan fast in Britain . *Journal of Nutrition*, 1989 , 61: 663-672.
- 8- Azizi F: Medical aspects of Islamic fasting . *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 1996 , 10(3) : 241-246.
9. Azizi F: Effect of dietary composition on fasting- induced changes in serum thyroid hormones and thyrotropin . *Metabolism*, 1978 ,27 : 935-945 .
10. Sajid KM , Akhtar M, Malic CQ: Ramadan fasting and thyroid hormone profile . *JPMA* , 1991 , 41 : 213-216 .
11. Takruri HR : Effect of fasting in Ramadan on body weigh . *saudi Medical Journal* , 1989 , 10: 491-494.
12. Sulimani RA : Effect of Ramadan fasting on thyroid function in healthy male individuals . *Nutr Res*, 1988, 8: 549-552.
- ۱- قرآن کریم، سوره بقره، آیات ۱۸۵-۱۸۳
- ۲- قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۲۳۳
- ۳- امام خمینی، توضیح المسائل، مسئله ۱۷۲۹.
- ۴- خلاصه مقالات کنگره روزه داری و سلامت، تهران: مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، ۱۳۸۰
5. Husain R Duncan MT, cheah SH ,et al :Effects of fasting in Ramadan on tropical Asiatic Moslems. *Journal of Nutrition*, 1987 , 58 : 41-48 .
- 6- Gumaa kA, Mustafa KY Mahmoud NA , The effects of fasting in Ramadan I. Serum uric acid and lipid concentrations . *British Journal of Nutrition*, 1978, 40: 573-581.
7. Malhotra A, Scott J, Gee H, Metabolic changes in

## Abstract

### Ramadan fasting rate of Shiraz (Iran ) lactating mothers and its affecting factors

Authors: S.M.T Ayatollahi<sup>1</sup>

The paper presents Ramadan fasting rate of lactating mothers and its affecting factors in Shiraz (Iran). A random sample of 287 lactating moslem mothers whose infants were six months old by the end of the holy month of Ramadan ( February 1997) where selected from the different districts of the city using probability proportional to the size scheme , which formed a 2.5% sample of mothers giving birth to a living child in 1996 . A total number of 173 (60.3%) of lactating mothers did not fast at all and the rest performed so between 1 to 30 days during the holy month of Ramadan .Among lactating fasting mothers some 95 . 6% stated that they performed fasting to fulfil their religious duties , interest , preserving complete personal health , having enough milk to feed infants and enjoying religious occasions and ceremonies of Ramadan as their reasons for fasting . weight and arm circumference (body fat index) of fasting mothers were significantly higher than those of non fasting subjects ( $p<0.02$ ) . A significant correlation was found between mothers and fathers fasting state (  $p=0.003$ ) . Mothers fasting state was not associated significantly with their age, infants sex, parents level of education and family social class ( $p>0.1$ ) . the paper concludes that scholarly explanation of the Islamic medical jurisprudence including religious permission to lactating mothers for not fasting in the holy month of Ramadan should be propagated publicly to assure mothes that they can both fulfil their religious duties as well as preserving family health promotion at the same time .

*Key words: Ramadan fasting, Lactating mothers*