

การส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาในมารดามุสลิม

พัทธ์ธีรา รัตนชัย

ดร.ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (อิสลามศึกษา) อาจารย์ประจำหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

บทคัดย่อ

การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาเป็นเรื่องที่มีความสำคัญยิ่งในสังคมปัจจุบัน บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณค่าและประโยชน์ของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์ ตลอดจนจนแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา โดยทำการศึกษาเชิงเอกสารจากอัลกุรอาน อัลหะดีษ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้หลักการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า อิสลามให้ความสำคัญและเห็นถึงคุณค่าของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา โดยสั่งใช้ให้มารดาเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาเป็นเวลาอย่างน้อย 2 ปี หากมารดาไม่สามารถให้นมบุตรจะต้องหาแม่นมมาให้นมบุตรแทน นอกจากนี้ ข้อมูลทางการแพทย์ยังชี้ว่าการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดานั้นมีประโยชน์ทั้งต่อทารก มารดา ครอบครัว และสังคม ดังนั้นการส่งเสริมให้มารดามุสลิมมีความรู้เกี่ยวกับหลักการอิสลามว่าด้วยการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา จากอัลกุรอาน อัลหะดีษ มติปวงประชาญ์มุสลิม รวมทั้งความรู้เกี่ยวกับคุณค่าและประโยชน์ของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการแพทย์จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

คำสำคัญ: การเลี้ยงดูบุตร การส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

Breastfeeding Promotion among Muslim Mothers

Patteera Rattanachai

(PhD in Islamic Studies) , Lecturer Program in Nursing Science, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Pattani campus, Thailand

Abstract

Breastfeeding is very important for today's society. This study aimed to examine values and benefits of breastfeeding from both Islamic and medical sciences prospect. It was also to delineate guidelines to promote breastfeeding for mothers. The study was based on documentary analysis. Related sources from al-Quran, al-Hadith, documents, and researches were content analyzed. The study indicates Islam emphasizes breastfeeding and encourages mothers to breastfeed for more than two years. If mothers cannot breastfeed, they have to find a nursing mare. Because breastfeeding is beneficial for babies, mothers, families and societies, it is imperative to help Muslim mothers gain knowledge concerning breastfeeding from al-Quran, al-Hadith, consensus of Muslim scholar as well as its benefits from medical science prospect.

Keywords: breastfeeding, promotion of breastfeeding



บทนำ

การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาถือเป็นภาระที่สำคัญยิ่ง อิสลามจึงส่งเสริมมารดาให้นมบุตรเป็นระยะเวลาจนถึงสองปีเต็มหากนางมีความสามารถ แต่บิดาจะต้องรับภาระหน้าที่ในการแสวงหาปัจจัยยังชีพแก่ครอบครัว ดังปรากฏในอัลกุรอาน ซูเราะฮ์อัลบะเกาะเราะฮฺ ตอนหนึ่ง

ความว่า : “และมารดาทั้งหลายนั้นจะให้นมแก่ลูก ๆ ของนางภายในสองปีเต็มสำหรับผู้ที่ต้องการจะให้ครบถ้วนในการให้นม และหน้าที่ของพ่อเด็กนั้นคือปัจจัยยังชีพของพวกนาง และเครื่องนุ่งห่มของพวกนางโดยชอบธรรม

(อัลบะเกาะเราะฮฺ: 233)

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้รับการยืนยันถึงคุณประโยชน์แบบองค์รวมทั้งต่อมารดาและทารกที่มีสุขภาพดีและเจ็บป่วย นมแม่ประกอบด้วยสารอาหารที่มีคุณค่า มีส่วนประกอบของเซลล์และปัจจัยที่ช่วยในการเจริญเติบโต ซึ่งมีผลดีต่อทารกทั้งในด้านการเจริญเติบโต พัฒนาการ และการมีภูมิคุ้มกันโรคยาวนาน แม้หลังการหย่านมแม่ โดยสามารถป้องกันการเกิดโรคได้หลายอย่าง ทั้งโรคเฉียบพลันและโรคเรื้อรัง หลักฐานเชิงประจักษ์ชี้ชัดว่า การเพิ่มอัตราและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่คือข้อบ่งชี้สำคัญและเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพสูงในการลดอัตราการตายและการเจ็บป่วยของทารกทั่วโลก รวมทั้งเป็นปัจจัยปกป้องหญิงที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยลดความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพและลดอัตราการตายจากการเป็นมะเร็งเต้านมได้ 20,000คนต่อปี (วีณา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2563: 3)

อิสลามมีบทบัญญัติให้มารดาทั้งหลายเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาเป็นเวลากว่า 1,400 ปี ในขณะที่องค์การอนามัยโลก (WHO) และองค์การเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) ได้รณรงค์สนับสนุนให้การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาให้เป็นจริงในทุกประเทศทั่วโลกตั้งแต่ปีค.ศ.1989 โดยWHOได้ส่งเสริมให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานถึง 6เดือน สำหรับประเทศไทยได้มีการรณรงค์ส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 4 (พ.ศ.2520-2524) และต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายที่จะส่งเสริม สนับสนุนและปกป้องให้เด็กทุกคนได้กินนมแม่อย่างเต็มที่ ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก คือ กินนมแม่ตั้งแต่ 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด กินนมแม่เพียงอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต และกินนมแม่ต่อเนื่องควบคู่อาหารตามวัยจนถึงอายุ 2 ปี หรือนานกว่านั้น โดยกระทรวงสาธารณสุขตั้งเป้าหมายไว้ว่า ในปี 2568 ทารกร้อยละ 50 จะได้กินนมแม่อย่างเดียวยัง 6 เดือน ซึ่งสอดคล้องตามเป้าหมายของทุกประเทศทั่วโลก

แต่จากการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย ปี 2562 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติร่วมกับองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ พบว่า มีทารกไทยเพียงร้อยละ 34 ได้กินนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด และมีเพียงร้อยละ 14 ที่ได้กินนมแม่อย่างเดียวยังในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต รวมทั้งมีทารกเพียงร้อยละ 15



ที่ได้กินนมแม่ต่อเนื่องถึง 2 ปี ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าประเทศไทยยังไม่ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมและสนับสนุนการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

ดังนั้น จึงเป็นเรื่องจำเป็นเร่งด่วนที่ทุกคนในสังคม ต้องร่วมมือกันอย่างจริงจัง สนับสนุนและปกป้องให้เด็กไทยทุกคนได้กินนมแม่ตามสิทธิของเด็ก เพราะนมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับลูกเนื่องจากมีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด และเหมาะสมที่สุดสำหรับเด็กเล็กทุกช่วงวัย นมแม่จึงเปรียบเสมือนวัคซีนในการป้องกันโรคตั้งแต่หยดแรกเพราะในน้ำนมแม่มีภูมิคุ้มกันโรคที่ไม่สามารถหาได้จากอาหารอื่น และยังส่งผลดีต่อพัฒนาการทางกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม มารดาหลังคลอดมุสลิมในประเทศไทยก็ถือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มประชากรเป้าหมาย ซึ่งมีความเชื่อด้านศาสนาและมีบริบทพื้นที่ที่แตกต่างจากพื้นที่อื่นของประเทศไทย ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาในมารดามุสลิมเพื่อให้มารดาหลังคลอดตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงบทบาทบัญญัติอิสลาม ตลอดจนคุณค่าและประโยชน์ของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

วัตถุประสงค์ในการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาคุณค่าและความสำคัญของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์
- 2) เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

ความสำคัญและประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ทำให้รับทราบความรู้เกี่ยวกับคุณค่าและความสำคัญของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาให้กับมารดามุสลิมและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

วิธีดำเนินการศึกษา

การกำหนดขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยศึกษาเกี่ยวกับคุณค่าและความสำคัญของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์ ตลอดจนแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลจาก 1. แหล่งข้อมูลปฐมภูมิ คือ อัลกุรอานและอัลฮะดีษ 2. แหล่งข้อมูลทุติยภูมิ คือหนังสืออธิบายอัลกุรอาน (ตัฟซีร์อัลกุรอาน) หนังสืออธิบายอัลฮะดีษ (ชะเราะฮ์อัลฮะดีษ) 3. แหล่งข้อมูลตติยภูมิ คือ พจนานุกรมที่อธิบายคำศัพท์ภาษาอาหรับ

การวิเคราะห์ข้อมูล ในส่วนของข้อมูลที่ได้มาจากอัลกุรอานผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้หลักการ ตัฟซีร์ และข้อมูลที่ได้มาจากอัลฮะดีษผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้หลักการตรวจสอบสถานะฮะดีษ ส่วนข้อมูลที่ได้มาจากตำราวิชาการผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้หลัก Content analysis

การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา



คำว่าอ้อ-เราะาะฎะฮฺ การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา (الرضاع) หรือ อ้อ-เราะาะฎออะห์ الرضاعة มีความหมายในทางภาษาคือ การดูนมจากเต้าและการติ่มนมจากเต้า กล่าวคือเรียกได้ทั้งกรณีที่ได้กินทารกติ่มนมจากเต้านมของแม่ หรือการที่เด็กติ่มนมจากสิ่งที่ไม่ใช่เต้านมของแม่ อัล-กาซานีย กล่าวว่ : การเรียกชื่ออ้อ-ริฎอ (หรือ อ้อ-เราะาะฎอ) นั้นมิได้ขึ้นอยู่กับกาให้นมทารกจากเต้านมเท่านั้น เพราะชาวอาหรับจะกล่าวว่ : ยะติ่ม รอฎอ (เด็กกำพร้าพ่อ ที่อยู่ใว้ติ่มนม رضيع يتيم) ถึงแม้ว่าเด็กนั้นจะถูกให้นมด้วยน้ำนมของแพะ แกะและวัวก็ตาม ในขณะที่ (อ้อ-เราะาะฎอ الرضاع) ตามหลักวิชาการอิสลามนั้นคือ การที่น้ำนมของผู้หญิงหรือสิ่งที่เกิดจากน้ำนมของผู้หญิงเข้าไปอยู่ในกระเพาะของทารกหรือสู่สมองของทารก จะด้วยวิธีการดูจากเต้า หรือติ่มจากที่บีบหรือปั๊มออกมาจากเต้านมจากหญิงผู้เป็นมารดาของทารกหรือไม่ก็ตาม (ฮุสนา ดอเลาะ, 2556:8)

คุณค่าและความสำคัญของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลาม

การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา (อ้อ-เราะาะฎอ الرضاع) ถูกบัญญัติด้วยบทบัญญัติจากโองการอัลกุรอาน อัลอะซียะฮฺ และมติปวงปราชญ์อิสลาม (นักวิชาการอิสลาม) ดังนี้

บทบัญญัติจากอัลกุรอาน

บทบัญญัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูด้วยนมมารดา ได้ปรากฏอยู่ในอัลกุรอานหลายโองการด้วยกัน ตัวอย่างเช่นดังที่อัลลอฮฺ ﷻ ทรงตรัสว่า

[وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ۖ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ ۗ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ ۗ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ ۗ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۗ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ] [سورة البقرة: 233]

ความว่ : “และมารดาทั้งหลายนั้นจะให้นมแก่ลูก ๆ ของนางภายในสองปีเต็มสำหรับผู้ที่ต้องการจะให้ครบถ้วนในการให้นม และหน้าที่ของพ่อเด็กนั้นคือปัจจัยยังชีพของพวกนางและเครื่องนุ่งห่มของพวกนางโดยชอบธรรม ไม่มีชีวิตใดจะถูกบังคับนอกจากเท่าที่ชีวิตนั้นมีกำลังความสามารถเท่านั้น มารดาก็จงอย่าได้ก่อความเดือดร้อน (ให้แก่สามี) เนื่องด้วยลูกของนาง และพ่อเด็กก็อย่าได้ก่อความเดือดร้อน (ให้แก่ภรรยา) เนื่องด้วยลูกของเขา และหน้าที่ทายาทผู้รับมรดกก็เช่นเดียวกัน แต่ถ้าทั้งสองต้องการหย่ากันอันเกิดจากความพึงพอใจและการ

ปรึกษาหารือกันจากทั้งสองคนแล้วก็ไม่มีบาบใด ๆ แก่เขาทั้งสอง และหากพวกเขาประสงค์ที่จะให้มีแม่นมขึ้นแก่ลูก ๆ ของพวกเขาแล้วก็ย่อมไม่มีบาบใด ๆ แก่พวกเขา เมื่อพวกเขาได้มอบสิ่งที่พวกเขาให้ (แก่นางเป็นค่าตอบแทน) โดยชอบธรรม และจงอย่าเกรงอัลลอฮฺเถิด และพึงรู้ด้วยว่าแท้จริงอัลลอฮฺ นั้นทรงเห็นในสิ่งที่พวกเขากระทำ” (อัลบะเกาะเราะฮฺ: 233)

อิบนิ กะซีร์ ได้อธิบายเพิ่มเติมว่า นี่เป็นข้อแนะนำที่มาจากอัลลอฮฺ ฝากให้กับบรรดาแม่ของเด็กที่จะให้นมแก่ลูก ๆ ของนางอย่างครบถ้วนนั้นคือระยะเวลา 2 ปีบริบูรณ์ และไม่ถือเป็นการให้นมและไม่พิจารณาหลังจากนั้นแล้ว ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงตรัสว่า (สำหรับผู้ที่ต้องการจะให้ครบถ้วนในการให้นม) ในกรณีที่หญิงตั้งครรภ์ต้องโทษโดยเฉพาะอย่างยิ่งโทษคดีอาญา ศาสนาให้ประวิงเวลาการลงโทษออกไปจนกว่าเธอจะได้คลอดบุตรแล้ว และหากนางจะต้องให้นมบุตรภายหลังคลอดให้ปล่อยนางไว้อีกสองปีจนกระทั่งนางได้หย่านมบุตรของนาง จึงอนุญาตให้นำตัวไปลงโทษ (Al-Tahhan, 2002: 263)

อิสลามเอาใจใส่อย่างยิ่งต่อการกำเนิดแห่งทารก นับตั้งแต่จุดในครรภ์มารดาตราบกระทั่งกลายเป็นคนเต็มคน พัฒนาการทุกขั้นตอนของทารกบ่งชี้ถึงพระปรีชาญาณอันล้ำเลิศของอัลลอฮฺ พระองค์จึงทรงบัญญัติให้พ่อแม่ต้องเลี้ยงดูทารกด้วยความรับผิดชอบ ดังที่อัลลอฮฺตรัสว่า

[أَسْكُنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وَجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُوهُنَّ لِضَعْفِهِنَّ ۖ وَإِنْ كُنَّ أَوْلَاتٍ حَمْلٍ فَأَنْفِقُوا عَلَيْهِنَّ حَتَّىٰ يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ ۚ فَإِنْ أَرْضَعْنَ لَكُمْ فَارْحَمْنَ أَرْجُوهُنَّ ۖ وَأْتَمِّرُوا بَيْنَكُمْ بِمَعْرُوفٍ ۗ وَإِنْ تَعَاَسَزْتُمْ فَسَرِّضُوا لَهُ أُخْرَىٰ] (الطلاق: 6)

ความว่า “จงให้พวกนางพำนักอยู่ ณ ที่พวกเจ้าพำนักอยู่ตามฐานะของพวกเจ้า และอย่าทำอันตรายพวกนางเพื่อให้เกิดการคับแค้นแก่พวกนาง และหากพวกนางตั้งครรภ์ก็จงเลี้ยงดูพวกนาง จนกว่าพวกนางจะคลอดทารกที่อยู่ในครรภ์ของพวกนาง ครั้นเมื่อพวกนางได้ให้นมแก่ทารกของพวกเจ้า ก็จงให้พวกนางซึ่งค่าตอบแทนของพวกนาง และจงปรึกษาหารือระหว่างพวกเจ้าด้วยกันโดยดี และเมื่อพวกเจ้าตกลงกันไม่ได้ ก็จงให้หญิงอื่นให้นมแก่เด็กนั้น” (อัลญะลาละฮฺ: 6)

จากโองการนี้ชี้ให้เห็นว่า สามียอมรับภาระเลี้ยงดูภรรยาที่กำลังตั้งครรภ์เป็นอย่างดีตามกำลังความสามารถของแต่ละบุคคล แม้ในกรณีที่หย่าขาดจากกันสามีก็ต้องเลี้ยงดูจนกว่าภรรยาจะคลอดและถึงแม้ภรรยาของตนจะเป็นหญิงสำส่อน จนทำให้ไม่แน่ใจว่าลูกในท้องของนางจะเป็นลูกของตนหรือไม่ก็ตาม

ชัยยิด อบูล อะลา เมาดูตี (2553: 3080) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่าอัลลอฮฺ ทรงดำหนิพ่อแม่อย่างรุนแรง ถ้าทั้งสองไม่แก้ปัญหारेื่องการให้นมลูกกันด้วยดี โดยการไม่มองข้ามปัญหาขมขื่นต่างๆที่นำไปสู่การหย่าร้าง นั่นก็ไม่ใช่ที่พึงประสงค์ของอัลลอฮฺ ผู้เป็นแม่ได้ถูกเตือนว่า “ถ้าเจ้าเรียกร้องค่าจ้างแพงเพื่อที่จะสร้างความลำบากใจให้แก่พ่อเด็ก การเลี้ยงดูเด็กก็ไม่ได้ขึ้นอยู่กับเจ้าเท่านั้น ผู้หญิงอื่นก็สามารถสามารถให้นมเด็กได้” และผู้เป็นพ่อได้ถูกเตือนว่า “มันไม่ยุติธรรมถ้าหากเจ้าไปบีบบังคับแม่ของเด็กอย่างไม่เป็นธรรมเพียงเพราะว่านางเป็นแม่” ในระหว่างตั้งครรภ์สามีจะต้องดูแลของสุขภาพภรรยาทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เนื่องจากในขณะตั้งครรภ์ภรรยาต้องประสบกับความเหนื่อยยากและความอ่อนเพลีย

อัลลอฮฺตรัสว่า

[وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَىٰ وَهْنًا عَلَيَّ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ
إِلَى الْمَصِيرِ] (لقمان: 14)

ความว่า “และเราได้สั่งการแก่มนุษย์เกี่ยวกับบิดามารดาของเขา โดยที่มารดาของเขาได้อุ้มครรภ์เขาอ่อนเพลียลงครั้งแล้วครั้งเล่า และการหย่านมเขาในระยะเวลาสองปี เจ้าจงขอบคุณข้าและบิดามารดาของเจ้า ยิ่งเรานั้น คือ การกลับไป” (ลุกมาน: 14)

อัลลอฮฺตรัสว่า

[وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِإِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا
حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ
وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي دُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ
(الأحقاف: 15)]

ความว่า “และเราได้สั่งเสียมนุษย์ให้ทำดีต่อบิดามารดาของเขา มารดาของเขาได้อุ้มครรภ์เขาด้วยความเหนื่อยยาก และได้คลอดเขาด้วยความเจ็บปวด การอุ้มครรภ์เขาและการหย่านมของเขาในระยะเวลาสามสิบเดือน จนกระทั่งเมื่อเขาบรรลุนิยมฉกรรจ์ของเขาและมีอายุถึงสี่สิบปี เขาจะกล่าววิงวอนว่า ข้าแต่พระเจ้าของข้าพระองค์ เพื่อให้ข้าพระองค์ตอบแทนต่อความโปรดปรานของพระองค์ท่าน ซึ่งพระองค์ท่านได้ทรงโปรดปรานแก่ข้าพระองค์และบิดามารดาของข้าพระองค์ และให้ข้าพระองค์ทำความดีเพื่อให้พระองค์ท่านทรงพอพระทัยแก่ข้าพระองค์และทรงให้ความดีเกิดขึ้นในลูกหลานของข้าพระองค์ แท้จริงข้าพระองค์ขอลุแก่โทษต่อพระองค์ และแท้จริงข้าพระองค์อยู่ในหมู่ผู้มอบน้อม” (อัลอะฮ์กอฟ: 15)

จากอายะฮ์อัลกุรอานเบื้องต้นชี้ให้เห็นว่า

1. การให้นมบุตรถือเป็นความรับผิดชอบร่วมกันระหว่างบิดาและมารดา
2. มารดาคือผู้ที่เหมาะสมที่สุดในการให้นมแก่บุตร และควรให้นมบุตรเป็นเวลาอย่างน้อยสองปีบริบูรณ์
3. ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการหย่านมขึ้นอยู่กับความเห็นชอบและการปรึกษาหารือกันระหว่างบิดามารดา
4. การจัดหาแม่นมมาให้นมแก่บุตรแทนมารดาเป็นสิ่งที่สามารถกระทำได้โดยแม่นมมีสิทธิได้รับ

ค่าตอบแทนอย่างเหมาะสม

5. การส่งเสริมให้มารดาให้นมบุตรจนครบ 2 ปีบริบูรณ์ มีนัยบ่งชี้ถึงการวางแผนครอบครัวหรือเว้นช่วงระยะเวลาการมีบุตร ให้บิดามารดามีเวลาในการอบรมเลี้ยงดูบุตรแต่ละคนอย่างเต็มที่ และยังเป็นผลดีต่อสภาพเศรษฐกิจโดยรวมของครอบครัวด้วย

স্যยิด กุฎบ ได้กล่าวไว้ในหนังสือตีฟซีร์ของท่านว่า “ผลจากการศึกษาและวิจัยทางด้านสุขภาพและจิตวิทยาในวันนี้ได้บ่งชี้อย่างชัดเจนว่า ช่วงเวลาสองปีของการให้ลูกน้อยดื่มนมแม่นั้นเป็นช่วงเวลาที่ลูกน้อยสามารถเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์และมีสุขภาพะด้านร่างกายและจิตวิญญาณได้อย่างเต็มที่ นับว่าเป็นความโปรดปราน (นิอมะฮฺ) อันยิ่งใหญ่ของอัลลอฮฺ ที่มีต่อมุสลิมโดยที่เขาไม่จำเป็นต้องรอให้ทราบถึงข้อเท็จจริงนี้จากผลการศึกษาและวิจัยของเขาเอง” (อาเซ็ม อัชชะรีฟ, 2552 : 92.)

และบรรดาผู้เชี่ยวชาญต่างยอมรับว่าเด็กทารกนั้น นอกจากจะได้รับประโยชน์จากนมที่เขาดูดแล้ว เขายังได้รับอิทธิพลในด้านนิสัยจากแม่นมมาด้วย ผ่านนมที่นางให้เขา หมายความว่า ควรต้องเลือกสรรแม่นมที่มีนิสัยดี ไม่ใช่คนเลวทราม เป็นผู้มีคุณธรรมความยำเกรง ดังรายงานจากท่านอิบนุ กุตามะฮฺ ได้กล่าวว่อบู अबดุลลาฮฺ (อิมาม อะหมัด) “ถือว่าการให้ลูกกินนมจากผู้หญิงที่มีนิสัยชั่วและผู้ที่ตั้งภาคินั้น เป็นสิ่งที่มักอูฮฺ (น่ารังเกียจถึงขั้นต้องห้าม)”

สิ่งที่ควรให้ความสำคัญอีกประการคือ ไม่ควรให้นมจากน้ำนมที่หะรอม ไม่ว่าจะเป็นการจ่ายด้วยค่าตอบแทนที่หะรอม หรือแม่นมเป็นคนที่ละเลยและทำเป็นเรื่องเล็กน้อยกับการดื่มนมของหะรอม อิมาม อัล-เฮาะซาลีญ์ กล่าวว่า “แท้จริงน้ำนมที่ได้มาจากสิ่งหะรอมนั้นไม่มีความประเสริฐอยู่เลย เมื่อใดที่ทารกได้รับมันแล้ว เลือดเนื้อของเขาก็จะก่อตัวจากสิ่งเลวทราม นิสัยใจคอก็จะเอนเอียงไปสู่สิ่งที่เลวทรามเช่นกัน” (คอลิด บิน ฮามิด อัล-ฮาซิมียฺ, 2010)

ดังนั้นเพื่อให้การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดามีคุณค่าในทัศนะอิสลาม มารดาหรือแม่นมต้องเป็นคนดีมีอิหม่าน มีมารยาทที่ดีงาม และเลือกรับประทานเฉพาะอาหารที่ฮาลาล (เป็นที่อนุมัติ) และส่งผลดีต่อสุขภาพเพื่อให้ทารกได้รับสิ่งที่ดีงาม ผ่านทางการดื่มนมมารดา



บทบัญญัติอิสลามจากอัลชะดิษ

หลักฐานจากอัลหะดิษที่เกี่ยวข้องกับคุณค่าของการการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (อรร-เราะฮูออ الرضاع) ที่มีสถานะคอเอียะฮ์นั้นไม่มี มีเฉพาะชะดิษที่เกี่ยวกับข้อบังคับที่เกิดจากการให้นม ตัวอย่างเช่นมีรายงานจากอิบนุ อับบาซ رضي الله عنه ว่า ท่านรอซูล صلی الله علیه و آله ได้กล่าวไว้ว่า

قوله صلى الله عليه وسلم: ((يَحْرُمُ مِنَ الرِّضَاعِ مَا يَحْرُمُ مِنَ النَّسَبِ))

رواه البخاري 2645 ومسلم 1447

ความว่า : “ การให้นมนั้นส่งผลให้เกิดข้อห้าม เช่นเดียวกับข้อห้ามที่มีสาเหตุจากการสืบเชื้อสกุล ” (บันทึกโดยอัลบุคอรีย์ หะดิษเลขที่ 2645 และมุสลิม หะดิษเลขที่ 1447)

หมายเหตุ : การให้นมนั้นส่งผลให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างแม่นมกับทารก หากครบเงื่อนไขตามที่ศาสนากำหนดคือ ทารกดื่มนมจำนวนห้าครั้งก่อนอายุสองขวบ เมื่อสตรีได้ให้นมแก่เด็กก่อนอายุสองขวบจำนวนห้าครั้ง ถือว่าเด็กคนนั้นเป็นบุตรของนางและของสามีนาง บุคคลที่เป็นที่ต้องห้าม (แต่งงาน) สำหรับสามีแม่นมก็เป็นบุคคลที่ต้องห้ามสำหรับเด็กด้วย และบุคคลที่ต้องห้ามสำหรับแม่นมก็เป็นบุคคลที่ต้องห้ามสำหรับเด็กเช่นกัน และลูกของทั้งสองก็เป็นพี่น้องของเด็กคนนั้น แต่พ่อแม่ของผู้ดื่มนมและต้นตระกูลของทั้งสองรวมถึงลูกหลานจะไม่ใช่ที่ต้องห้ามสำหรับแม่นมและผู้ที่เกี่ยวข้อง

มีรายงานจากอุมมุสะละมะฮฺ ท่านรอซูล صلی الله علیه و آله ได้กล่าวไว้ว่า

عن أم سلمة قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((لا يُحْرَمُ مِنَ الرِّضَاعَةِ إِلَّا مَا فَتَقَ الْأُمَّعَاءُ فِي

التَّئِدِي وَكَانَ قَبْلَ الْفِطَامِ)) رواه الترمذي 1152

ความว่า “ การให้นมที่จะส่งผลให้เกิดข้อห้ามนั้น คือกรณีที่นมลงไปสู่กระเพาะโดยอยู่ในระยะที่ทารกยังไม่หย่านม ” (บันทึกโดยออตติรมิซีย์ หะดิษเลขที่ 1152 โดยเชคอัลบานีย์ระบุว่า หะดิษเศาะฮีหฺ)

หมายเหตุ : คือจะต้องเป็นการให้นมที่ทำให้ทารกอิ่ม ตามเงื่อนไขที่ระบุข้างต้นคือดื่มห้าครั้ง ในระยะเวลาที่เด็กยังไม่หย่านมตามเกณฑ์ของศาสนาคือมีอายุไม่เกินสองขวบ

และได้มีรายงานจากอิบนุ มัสอูด رضي الله عنه ถึงท่านนบี صلی الله علیه و آله ไว้ว่า

عَنْ ابْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: ((لَا رِضَاعَ إِلَّا مَا شَدَّ الْعَظْمَ وَأَنْبَتَ اللَّحْمَ)) رواه أبو داود 2059

ความว่า “การให้นมที่จะส่งผลให้เกิดข้อห้ามคือกรณีที่ส่งผลให้กระดูกแข็งแรงและสร้างเนื้อ”

(บันทึกโดยออบูดาวูด หะดีษเลขที่ 2059 โดยเชคอัลบานีย์ระบุว่า เป็นหะดีษเศาะฮีห์)

หมายเหตุ: หมายถึงทำให้อิม และมีส่วนช่วยให้การเสริมสร้างความแข็งแรงแก่ร่างกาย ตามรายละเอียดที่ระบุข้างต้น

หลักฐานจากมติปวงปราชญ์ (นักวิชาการมุสลิม)

ทัศนะของนักวิชาการมุสลิมในเรื่องบทบัญญัติ (หลักการ) ของการให้นมเป็นที่เห็นพ้องต้องกันหรือเป็นมติเอกฉันท์ คือ ห้ามแต่งงานสำหรับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ยกเว้นมีข้อขัดแย้งกันในเรื่องของลักษณะของการให้นม ปริมาณของการให้นม และเวลาหรือจำนวนครั้งของการให้นม ตัวอย่างเช่น การร่วมตีมนมเพียงครั้งเดียวหรือสองครั้งยังถือว่าอนุมัติ

มีรายงานจากท่านหญิงอาอีชะห์ เล่าว่า ท่านรอซูล ﷺ กล่าวว่า

عن عائشة قالت قال رسول الله ﷺ ((لا تحرم المصاة والمصتان))

ความว่า “การร่วมน้ำนมเพียงครั้งเดียว หรือสองครั้งยังไม่ต้องห้ามแต่งงาน” (บันทึกโดยมุสลิม หะดีษเลขที่ 1391)

จากอัลฮะดีษข้างต้น อนุมัติการแต่งงานในเรื่องการร่วมน้ำนมเพียงครั้งเดียวหรือสองครั้ง แต่ถ้าร่วมตีมนมจำนวนห้าครั้งถือว่าเป็นข้อห้ามของการเลี้ยงลูกด้วยนมสำหรับการแต่งงานในเด็กสองขวบ และเป็นมติเอกฉันท์นับตั้งแต่ยุคสมัยของท่านรอซูล ﷺ จนถึงปัจจุบัน

และท่านอีหม่าม หะนาฟี มีข้อขัดแย้งในเรื่องอายุในการตีมนม ซึ่งได้แบ่งเป็นสองทัศนะคือ ทัศนะแรก อายุในการให้นมอยู่ในช่วงสองปีหรือสองปีครึ่ง และในทัศนะที่สองเห็นว่า อายุในการให้นมอยู่ในระยะเวลาสองปีเท่านั้น มีรายงานจากท่านหญิงอาอีชะฮฺ ท่านรอซูล ﷺ ได้กล่าวไว้ว่า

عن عائشة قالت قال لي رسول الله ﷺ ((يحرم من الرضاعة ما يحرم من الولادة))

ความว่า “การห้ามแต่งงานเนื่องจากเป็นญาติทางสายน้ำมนั้น เท่ากับทุกๆ การแต่งงาน เนื่องจากเป็นญาติทางสายเลือด” (บันทึกโดยมุสลิม หะดีษเลขที่ 1384)



จากอัลฮะดีษข้างต้นชี้ให้เห็นว่า การเป็นมะหฺรอม (ห้ามแต่งงาน) เนื่องจากการเป็นญาติทางสายน้ำนม นั่นก็คือ การดื่มนมร่วมกันเป็นจำนวนห้าครั้งของเด็กอายุสองขวบ ถือว่าเด็กนั้นเป็นบุตรของนาง ดังนั้นจึงเท่ากับว่าเด็กห้ามแต่งงานเนื่องจากเป็นญาติทางสายเลือด

ประโยชน์ของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาที่มีต่อบุตร (นิตยา สีนสุกใส, 2556:11-16 และวีณา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2563: 3-9)

1. ข้อมูลเชิงประจักษ์พบว่า นมมารดามีสารอาหารที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและสมองครบถ้วน
2. ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคลำไส้อักเสบ ลดความเสี่ยงต่อภาวะลำไส้เน่าตายเฉพาะส่วนและการติดเชื้อในกระแสเลือดในทารกเกิดก่อนกำหนดและทารกน้ำหนักตัวน้อยกว่า 1,500 กรัม
3. ลดอุบัติการณ์ของการเป็นโรคหอบหืด โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง โรคผิวหนังอักเสบ เนื่องจากในน้ำนมมารดาไม่มีสารแปลกปลอมที่จะไปกระตุ้นการเกิดภูมิแพ้
4. ป้องกันการเกิดโรคอ้วนในเด็ก ซึ่งมีความสัมพันธ์มากกับการเป็นโรคอ้วนในวัยผู้ใหญ่
5. ลดอุบัติการณ์การเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 1 ลงร้อยละ 30 ในเด็กขวบปีแรกที่เคยได้รับนมแม่อย่างเดียวนานกว่า 3 เดือน
6. ลดโอกาสเสี่ยงการเป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาวในวัยเด็กได้ร้อยละ 4 ถึงร้อยละ 20 ถ้าได้รับนมแม่นาน 6 เดือนหรือมากกว่า เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ได้รับนมผสม
7. เพิ่มระดับสติปัญญาและความสามารถในการเรียนรู้ในเด็กอายุถึง 16 ปี
8. เพิ่มระดับสติปัญญาและพัฒนาระบบประสาทในเด็กกลุ่มเสี่ยง โดยพบว่าระดับสติปัญญา การเจริญเติบโตของสมองเนื้อขาว (white matter) มีมากกว่ากลุ่มที่ได้รับนมผสมอย่างเดียว
9. เพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นดัชนีสำคัญที่บ่งชี้การประสบความสำเร็จในชีวิตของมนุษย์
10. ลดการเป็นเด็กเกเรและแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
11. ช่วยลดการร้องไห้และบรรเทาความรู้สึกเจ็บปวด โดยทารกที่ได้รับนมแม่มีระยะเวลาการร้องไห้และคะแนนความเจ็บปวดจากการฉีดวัคซีนน้อยกว่าทารกที่ได้รับนมผสม
12. ลดอุบัติการณ์ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไหลตายหรืออาการหลับไม่ตื่นในทารกกลางครั้งหนึ่งของทารกที่เลี้ยงด้วยนมผสม หรือเลี้ยงด้วยนมแม่น้อยกว่า 2 เดือน
13. การดูดนมมารดาช่วยทำให้กระดูกบริเวณกรามและหน้ามีพัฒนาการและเจริญเติบโตอย่างเหมาะสมดีกว่าการดูดนมผสมจากขวด
14. สร้างความรักความผูกพันระหว่างมารดา-ทารก



15. น้ำนมมารดา มีสารช่วยกระตุ้นพัฒนาการของอวัยวะต่าง ๆ ซึ่งมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมอง จอประสาทตา และเยื่อหุ้มเซลล์ประสาท

16. น้ำนมมารดา มีอุณหภูมิที่พอเหมาะ สามารถให้ลูกดูดได้ทันที

ประโยชน์ของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาที่มีต่อมารดาและครอบครัว (นิตยา สิ้นสุกใส, 2556:11-16 และ วิภา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2563: 8-9)

17. ลดอุบัติการณ์การเลี้ยงเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ลงร้อยละ 25 เมื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือน และลดลงร้อยละ 47 เมื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานเกิน 6 เดือนเมื่อเทียบกับแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมผสม

18. ช่วยลดการเสียเลือดหลังคลอดและมดลูกคืนสู่สภาพได้เร็ว เนื่องจากขณะลูกดูดนมมารดา จะมีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนโปรแลคตินและออกซิโตซิน ซึ่งออกซิโตซินมีผลให้กล้ามเนื้อมดลูกหดตัวได้ดี เป็นฮอร์โมนแห่งความพอใจทำให้มารดารู้สึกสงบและผ่อนคลาย

19. เว้นระยะห่างของการมีบุตร หากให้นมมารดาติดต่อกันโดยไม่ให้นมผสมเลย จะทำให้รอบเดือนมาช้า

20. ลดโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่หากให้นมมารดาเป็นเวลานาน

21. ลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดลงร้อยละ 10

22. รูปร่างและน้ำหนักตัวมารดาคืนสู่สภาพเดิมเหมือนก่อนการตั้งครรภ์ได้เร็ว การให้ลูกดูดนมมารดาต้องใช้พลังงานเพิ่มกว่าปกติวันละประมาณ 500 กิโลแคลอรี ร่างกายจึงนำไขมันที่สะสมไว้ในระยะตั้งครรภ์มาใช้ในการสร้างน้ำนมส่งผลให้มารดาไม่เป็นโรคอ้วน

ประโยชน์ด้านเศรษฐศาสตร์สุขภาพ (วิภา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2563: 9-10)

ข้อมูลเชิงประจักษ์จากประโยชน์ของนมมารดาต่อทารกและมารดา สามารถเพิ่มการมีสุขภาพะซึ่งส่งผลต่อการลดค่าใช้จ่ายในการจัดบริการสุขภาพทั้งในระดับครอบครัวและประเทศชาติ อาทิ ข้อมูลเชิงประจักษ์จากผลการวิจัยของประเทศสหราชอาณาจักร พบว่า การสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวตั้งแต่ช่วง 1 สัปดาห์แรก และให้ไปจนถึง 4 สัปดาห์ช่วยลดอุบัติการณ์การติดเชื้อในวัยเด็กและประหยัดค่าใช้จ่ายในการบริการด้านสุขภาพได้ 11 ล้านปอนด์ต่อปีและส่งผลให้หญิงที่เลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดานาน 7 ถึง 18 เดือนมีอุบัติการณ์การเป็นมะเร็งเต้านมลดลง

แนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา

จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ด้านอิสลามศึกษาและความรู้ด้านสาธารณสุข ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาในมารดามุสลิม โดยหน่วยงานด้านสาธารณสุขควรจัดให้มีระบบดังนี้ (มูรีด ทิมะเสน, 2553 : 38-61, วิภา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2563: 999-115, อรสา เหมะจันทร์, 2559: 15-19 และ อับดุลลอฮฺ นาซีหฺ อุลวาน, 2553: 25)



ในระยะตั้งครรภ์

1. สถานพยาบาล (คลินิกฝากครรภ์ของรัฐ/เอกชน) ควรจัดให้มีบรรยากาศของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรได้รับการอบรมให้มีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างดี มีการเขียนนโยบายที่ชัดเจนในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดอบรมให้ความรู้แก่หญิงที่มาฝากครรภ์เกี่ยวกับเลี้ยงลูกด้วยนมแม่รวมทั้งความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในขณะตั้งครรภ์

2. หญิงตั้งครรภ์ควรศึกษาคู่่มือการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาของกระทรวงสาธารณสุข เข้าอบรมโรงเรียนพ่อแม่ในสถานพยาบาลใกล้บ้านเพื่อเตรียมพร้อมในการให้นมบุตรอย่างถูกวิธี

ในระยะหลังคลอด

1. สถานพยาบาล (ห้องคลอดและตึกหลังคลอดของรัฐและเอกชน) ควรเอื้อให้มารดาหลังคลอด สามี และครอบครัวมุสลิมสามารถประกอบพิธีทางศาสนาเกี่ยวกับการดูแลทารกแรกคลอดเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ นอกจากนี้เจ้าหน้าที่พยาบาลควรส่งเสริมการดูนมแม่เร็วที่สุดด้วยวิธีเนื้อแนบเนื้อในห้องคลอด

2. สามี (บิดาของทารก) พึงกระทำหลังจากทำความสะอาดทารกแล้วคือ 1) การเปิดปาก (ตะห์นิก) เป็นการเคี้ยวอินทผลัมแล้วไปป้ายบริเวณริมฝีปากของเด็กเกิดใหม่ โดยนำอินทผลัมที่เคี้ยวแล้วใส่ที่ปลายนิ้วมือและนำไปใส่ปากเด็กและลูบไปทางขวาและซ้ายจนกระทั่งทั่วปาก กล่าวว่า การตะห์นิก ส่งผลดีต่อการกระตุ้นการทำงานของประสาทสัมผัสการรับรสและอวัยวะในช่องปากของทารก และเริ่มเรียนรู้การดูดกลืนซึ่งจะเป็นผลดีต่อการดูนมจากเต้านมมารดาอย่างเป็นธรรมชาติมากที่สุด

3. มารดาหลังคลอดควร 1) ขอคู่ออให้บุตรพ้นจากการรบกวนของชัยฏอน และก่อนให้นมบุตรควรกล่าวพระนามของอัลลอฮฺ 2) กล่าวสรรเสริญอัลลอฮฺ โดยการกล่าวว่า “อัลฮัมดุลิลละฮฺ” เมื่อบุตรดูนมเสร็จ 3) ให้นมบุตรดูนมโดยใช้หลักดูเร็ว ดูบ่อย ดูถูกวิธี และดูเกลี้ยงเต้า อัมบุตรให้ถูกทำเพื่อให้บุตรสามารถดูนมได้สำเร็จและหลังให้นมบุตรควรจับให้บุตรเรอ 4) ศึกษาวิธีการบีบเก็บน้ำนม หากมารดามีความจำเป็นต้องไปทำงาน 5) เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการให้นมบุตรควรปรึกษาบุคลากรทางการแพทย์/คลินิกนมแม่ตามสถานพยาบาลของรัฐ/เอกชนหญิงตั้งครรภ์ 6) เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ให้ครบหมู่ และอาหารที่ช่วยส่งเสริมการสร้างน้ำนม 7) ควรละหมาดให้มาก ๆ หลีกเสี่ยงจากพฤติกรรมที่ไม่ดีและเป็นบาปทั้งหลาย ให้รำลึกถึงอัลลอฮฺเสมอด้วยการกล่าวซิกรุลลอฮฺ ขยันอ่านคัมภีร์อัลกุรอานอย่างสม่ำเสมอ หมั่นขอคู่ออ/คำวิงวอนต่ออัลลอฮฺ หมั่นศึกษาศาสนาจากการอ่านหนังสือ การฟังบรรยายศาสนธรรมผ่านสื่อการเรียนรู้ที่หลากหลาย เพื่อให้ตนเองและลูกปลอดภัย มีจิตใจที่สงบสุข 8) ควรพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมงในช่วงกลางคืน และงีบหลับ 1-2 ชั่วโมงในช่วงกลางวัน

สรุป

การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดานั้นนอกจากจะมีคุณค่าด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาแล้วยังส่งผลให้เกิดการเชื่อฟังคำสั่งของอัลลอฮฺที่ทรงกำชับเกี่ยวกับการให้นมบุตรดังปรากฏในอายะฮ์อัลกุรอานข้างต้น ยิ่งไปกว่านั้นระยะเวลาที่อัลลอฮฺได้ส่งเสริมให้นมมารดาแก่บุตรอย่างน้อย 2 ปีนั้นยังทำให้บุตรทวีความยำเกรงและเชื่อฟังอัลลอฮฺมากขึ้นเท่านั้น นอกจากนี้การให้นมบุตรสามารถสร้างความรักความผูกพันระหว่างผู้เป็นมารดาและบุตรของตนมากยิ่งขึ้น มารดาสามารถใช้ช่วงเวลาดังกล่าวในการอบรมขัดเกลาบุตรด้วยหลักการอิสลาม ก่อให้เกิดประชาชาติมุสลิมที่ดี (คอยรุลอุมมะฮ์) จากข้อมูลดังกล่าวจึงควรส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาโดยการให้ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าและความสำคัญของการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์ อันจะส่งผลให้การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาในมารดามุสลิมประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น อินชาอัลลอฮฺ (หากอัลลอฮฺทรงประสงค์)

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาพฤติกรรม/รูปแบบการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาในมารดามุสลิม
2. ควรมีการศึกษาระดับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลามและหลักการแพทย์ในมารดามุสลิม
3. ควรมีการศึกษาบทบาทของเจ้าหน้าที่ทางด้านสาธารณสุขในการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาตามหลักการอิสลาม

เอกสารอ้างอิง

- คอลิด บิน ฮามิด อัล-ฮาซิมียฺ. (2010). *พัฒนาการของวัยทารก*. สืบค้นเมื่อ 13 มีนาคม 2562 จาก <http://www.islammore.com/main/content.php?page=sub&category=47&id=2240>.
- ชัยยิด อบูล อะลา เมาดูดี แพลโดย บรรจง บินกาซัน. (2553). *ตัฟฮีมุลกุรอาน ความหมายคัมภีร์ อัล-กุรอาน*. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสืออิสลาม.
- ตัรมีซี สาและ และ ฮุสนา ดอเลาะ. (2557). ศึกษาบทบาทบัญญัติอิสลามว่าด้วยการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กรณีศึกษา: ครอบครัวมุสลิมในหมู่บ้านบาเซาะ ตำบลโคกเคียน อำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส. *วารสาร มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์*, 1(2). 20-29.
- นิตยา สินสุกใส. (2556). *การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดปริวัน
- มูรีด ทิมะเสน. (2553). *สอนอิสลามตั้งแต่อยู่ในครรภ์*. กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์.
- วีณา จีระแพทย์ และ เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์. (2563). *กลวิธีสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. กรุงเทพฯ : บริษัทธรรมดาเพรสจำกัด
- สมาคมนักเรียนเก่าอาหรับแห่งประเทศไทย. (2542). *พระมหาคัมภีร์อัลกุรอานพร้อมความหมายภาษาไทย*. อัลมะดีนะฮฺ อัลมุเนาะเราะฮฺ: ศูนย์กษัตริย์ฟ้าฮัด เพื่อการพิมพ์อัลกุรอาน.
- อรสา เหมะจันทร์ (ภาวิน พัวพรพงษ์และคณะ : บรรณาธิการ). (2559). *เวชปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. กรุงเทพฯ: บริษัท ปียอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์ จำกัด
- อับดุลลย นาคีหฺ อุลวาน. (2553). *เลี้ยงลูกด้วยอิสลาม*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่องทางธรรม.
- อาซิม อัสซารีฟ. (2552). *กระบวนการที่คนอิสลามด้านสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
- Abu Dawud, Sulaiman Ibn al-Ashath Ibn Shaddad al-Sijistani. (n.d). *Sunan Abi Dawud*. Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi.
- Al-Bukhari ,Muhammad Ibn Ismail. (1987). *Sahih al-Bukhari*. Beirut: Dar al-Qalam.
- Al-Nasai, Abu Abd al-Rahman Ahmad Ibn Shuaib. (1986). *Sunan al-Nasa'i*. s.l. Dar al-Bashir al-Islamiyah.
- Al-Tahhan and Mustafa Muhammad. (2002). *Al-tarbiyah wa daruma fi Tashkil al-Suluk*. s.i. s.n.
- Al-Tirmizi, Muhammad Ibn Isa. (1983). *Sunan al-Tirmizi*. Beirut: Dar al-Fikr.
- WHO: the optimal duration of exclusive breastfeeding: report of an expert consultation. Geneva, Switzerland: World health organization,2001

