



"நாம் மனிதனுக்கு தன் பற்றேறோர் (இருவருக்கும் நலம் செய்ய வேண்டியது) பற்றி வலியுறுத்துச் செய் (து போதித்)தோம். அவனுடைய தாய் பலஹீனத்தின்மலே பலஹீனம் கொண்டவளாக (கர்ப்பத்தில்) அவனை சூமந்தாள். இன்னும் அவனுக்குப் பால் குடிமறத்த(லில்) இரண்டு வருடங்கள் ஆகின்றன. ஆகவே 'நீ எனக்கும் உன் பற்றேறோர்க்கும் நன்றி செலுத்துவாயாக' என்கிறீர் உன் உடைய மீள்தல் இருக்கிறது." (கூர் ஆன் 31:14)

அல்லாஹ் வினால்து படைக்கப்பட்ட ஈடு இணையற்ற தாய்பாலானது குழந்தைகளுக்கு அவசியமான சக்தியை பரிசீலனை செய்கின்ற தாய்க்கு குழந்தைகளை நோயிலிருந்து காப்பாற்றக்கூடியதாகவும் காணப்படுகிறது.

தாய்பாலில் காணப்படும் சத்துகள் சரியான அளவில் காணப்படுவதால் குழந்தையின் வளர்ச்சியடையாத உடலுக்கு ஏற்றதாக காணப்படுகிறது. அதேநேரம் தாய்பாலில் சத்துகள் நிறைந்து காணப்படுவதால் அவை மீள்களின் வளர்ச்சியை அதிகப்படுத்தி நரம்பு தொகுதியையும் வளர்ச்சியை செய்கிறது.

ஓர் மனிதனால் தற்கால தொழிநுட்பத்தை கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட உணவுகளால் இந்த அதிசய உணவை ஈடுசெய்ய முடியவில்லை.

தாய்பாலால் குழந்தை பற்றுகொள்ளும் நன்மைகளின் பட்டியல் அன்றாடம் நீண்டு கொண்டே போகிறது. தாய்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகள் சமீபாடும் மறும் சுவாச தொகுதிகளில் ஏற்படும் தொற்றுநோய்களிலிருந்தும் பாதுகாக்கப்படுவதாக சமீபத்திய ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆதற்கு காரணம் தாய்பாலில் உள்ள எதிர்ப்பு சக்திகள் தொற்று நோய்களுக்கு எதிராக நேரடியான பாதுகாப்பை வழங்குகிறது.

தாய் பாலிலுள்ள மற்ற நோய் எதிர்ப்பு காரணிகள் கடுமையான விளைவிற்கு கட்டிய பக்டீரியா வரைசுகளுக்கு எதிராக தடுப்பு அமைப்பதுடன் நல்ல பக்டீரியாக்களான நோமல்புளோரா அனுமதிப்பதற்கான சிறந்த சமூக ஏற்பாடு துகிறது. மலேமும் தாய் பாலில் காணப்படும் சில காரணிகள் தொற்று நோய் எதிராக நோய் எதிர்ப்பு காரணியாக தயார்ப்படுத்துவதுடன் அதை முறையாக தொழிற்பட உதவுவதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளன.

2

தாய் பால் விசேடமாக தயாரிக்கப்பட்டுள்ளதால் அவை மிக இலகுவாக சமிபாட்டையகட்டிய உணவாக காணப்படுகிறது. அவை சத்து நிறைந்து காணப்படுதும் மட்டுமல்ல அவை குழந்தையின் மிக மென்மையான சமிபாட்டு தொகுதியில் இலகுவாக சமிபாட்டு அடிகிறது. குழந்தைகள் சமிபாட்டிற்காக குறைந்தளவு சக்தியே செலவிடுவதால் அந்த சக்தியை கொண்டு உடலின் மற்ற செயல்களுக்கும் மற்ற பாகங்கள் வளர்ச்சியடையவும் பாவிக்கப்படுகிறது.

குறைமாத குழந்தைகளை ஈன்ற தாய்மார்களின் பாலானது குழந்தையின் தவேகளை ஈடுசெய்யும் முகமாக கொழுப்பு - புரதம் - சோடியம் - குளோரைட் மற்றும் இரும்பு சத்துகளை அதிகளவாக கொண்டு காணப்படும். உண்மையில் தாய் பால் ஊட்டப்பட்ட குறைமாத குழந்தையின் கண் வளர்ச்சியானது சிறப்பாக இருப்பதோடு அவைகள் சிறந்த சிந்தனை ஆற்றில் சிறப்பாக இருப்பதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளன. அவர்களுக்கு மலேமும் பல ஆற்றல்கள் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

பிறந்த குழந்தைக்கு தாய் பால் அத்தியவசியமானதாக இருப்பதற்கு காரணம் அதில் ஓம்கோ-3 ஓயில் அல்பாலினோலிக் அமிலங்கள் இருப்பதாலேயாகும். அவை மனித மூளையை மற்றும் கண் விழித்திரைக்கு தவேயான பொருளாக இருப்பதோடு புதிதாக பிறந்த குழந்தையின் பார்வையில் அவை மிக முக்கியமானதாக இருக்கிறது. ஓம்கோ-3 கருவூற்ற காலகட்டத்திலும் குழந்தையின் ஆரம்ப காலகட்டங்களிலும் மூளையையும் நரம்பும் சாதாரணமாக வளர தவேப்படுகிறது. விஞ்ஞானிகள் ஓம்கோ-3 இயற்கையாகவும் சிறந்த சமீப்பு கிடங்காகவும் தாய் பால் இருப்பதால் அதை மிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறார்கள்.3

மலேமும் பிரிஸ்டல் பல்கலைக்கழக விஞ்ஞானிகள் மறைகொண்ட ஆய்வில் தாய்பாலின் நீண்ட கால நன்மையின் காரணமாக அவை இரத்த அழுத்தம் கட்டுப்படுத்துவதுடன் இதயம் சம்பந்தமான பாதிப்புகளை குறைக்கிறது. ஆய்வு குழுவின் அறிக்கை தாய்பாலின் பாதுகாக்கும் தன்மை அது கொண்டுள்ள சத்திலிருந்து வருவதாக கற்றுக்கிறது. தாய் பால் கொடுக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு இதயம் சம்பந்தமான நோய்கள் வருவது குறைவு என்று மரபுத்துவ அறிக்கை கற்றுக்கிறது. தாய் பாலில் லோனங் செயின் பொலிஅன்செடூரேட்டெட்டி அமிலங்கள் காணப்படுவதால் -இவை நரம்புகள் இறக்கமடையாமல் காப்பாற்றுகிறது- அதை

போன்று தாய் பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகள் சோடியத்தை குறைவாக
பெற்றுக்கொள்வதால் -இவ்விரத்தம் அழுத்தம் ஏற்பட காரணமாக குறைக்கப்படுகிறது.
அதன் காரணமாக அவை நிறை அதிகரிக்கப்பதால் தாய்வால் இதயத்திற்கு பயனளிக்கிறது.

4மருத்துவர் லிசா மார்டினின் தலமையின் கீழ் அமரீக் காவிலுள்ள சின்சினாட்டி
குழந்தை மருத்துவமனையின் மருத்துவர் குழுமறே கொண்ட ஆய்வில் தாய் பாலில்
அடிபொனக்டின் என்று அறியப்பட்ட புரத ஹோமோன்கள் அதிகமாக காணப்படுவது
கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. 5 அடிபொனக்டின் அளவு இரத்தத்தில் அதிகமாக
காணப்பட்டால் இதயத்தில் ஏற்படும் ஆபத்துகள் குறைகிறது.. உடல்
பருமனானவர்களிலும் மாறடபைபு ஆபத்துள்ளவர்களிடமும் அடிபொனக்டினின் அளவு
குறைந்து காணப்படுகிறது. இதன் மீலம் பருனாக குழந்தைகளில் ஹோமோனின்
குறைவதற்கும் தொடர்பு இருப்பதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. மலேலும் அவர்களின்
ஆய்வின் போது தாய் பாலில் காணப்படும் லெப்டின் என்ற மற்றொரு ஹோமோனுக்கும்
பெட் மெடபோலிசம் தொடர்பு இருப்பது தெரியவந்துள்ளது.. உடலில் கொழுப்பு
இருப்பதை தெரிவிக்கும் சாதணமாக லெப்டின் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.
மருத்துவர் மார்டினின் கற்றுத்தாவது தாய் பாலின் மீலம் பெறப்பட்ட இத்தகைய
ஹோமோன்கள் அளவுக்கு அதிகமாக பருமனாவது -இரண்டாம் நிலை சக்கரண வியாதி-
இன்சூலினை எதிர்ப்பது போன்ற நோய்களால் ஏற்படும் ஆபத்தை குறைக்கிறது. 6

'பசுமையான உணவை' பற்றிய உண்மைகள்

தாய் பாலின் நன்மைகள் இத்துடன் முடிவடைந்து விடுவதில்லை. குழந்தையின்
ஆரோக்கியத்தில் அதன் பங்கானது அந்த குழந்தை கடக்கும் ஒவ்வொரு
காலகட்டத்திற்கு ஏற்ப அதன் உணவு முறைகள் மாற்றமடைவதுடன் அந்த குறிப்பிட்ட
காலகட்டத்திற்கு ஏற்ப பாலின் உள்ளடக்கமும் மாற்றமடைகிறது. எல்லா நேரத்திலும்
தகுந்த வடிவநிலையில் தயாராக காணப்படும் தாய் பாலானது மீளவை வளர்ச்சியில் பெரும்
பங்கு வகிக்கிறது. ஏனெனில் அது கொண்டுவந்துள்ள சீனி மற்றும் கொழுப்புமமாகும்.
மலேலும் கல்சியம் போன்றவைகள் குழந்தையின் எழும்பு வளர்ச்சியில் பெரும் பங்கு
வகிக்கிறது.

இதை பால் என்று அழைக்கப்பட்ட போதிலும் இந்த அதிசயமான பானத்தின் பெரும்பகுதி
தண்ணீராகும். இது முக்கிய பண்பாக காணப்படுகிறது ஏனெனில் உணவை தவிரந்து
குழந்தைகளுக்கும் தண்ணீர் என்ற வகையில் திரவம் தேவைப்படுகிறது. தாய் பாலை
தவிரந்து வேறு எந்த உணவிலோ அல்லது தண்ணீரிலோ முழு சத்துகளையும்
காணமுடியாது. இருப்பினும் தாய் பாலில் -90 வீதம் தண்ணீர் காணப்பட்ட போதிலும்
அது குழந்தையின் தண்ணீர் தேவையை சுகாதார முறையில் பார்த்து சீய்கிறது.

தாய்பாலும் அறிவும்

மற்ற குழந்தைகளை விட தாய்ப்பாலுட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு வளர்ச்சி அதிகமாக இருப்பதை விஞ்ஞான ஆய்வுகள் காட்டுகின்றன. தாய்ப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகளையும் பாலமா ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகளையும் ஆய்வுக்கு உட்படுத்திய கண்டகி பல்கலைக்கழகத்தின் சரேந்த ஜேம்ஸ் அன்டர்சன் என்பவர் மற்ற குழந்தைகளை விட தாய்ப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகளின் அறிவு திறன் 5 புள்ளிகள் அதிகமாக இருப்பதை நிரூபித்தார். 6 மாதம் வரை தாய்ப்பாலுட்பட்ட குழந்தையின் அறிவு மனோபடுத்தப்பட்டிருப்பதாகவும் 8 வாரங்கள்க்கு குறைவாக பாலுட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு எவ்வித அறிவில் எவ்வித முன்னேற்றமும் இல்லாமல் இருப்பது இந்த ஆய்வின் முடிவாக இருக்கிறது. 7

தாய்ப்பால் புற்றுநோயை கட்டுப்படுத்துகிறதா?

பல ஆய்வுகள் நடத்தப்பட்டு பல கட்டுரைகள் வளையப்பட்டவைகள் அனைத்தும் தாய்ப்பாலானது குழந்தைகளை புற்றுநோயிலிருந்து காப்பாற்றக்கூடியதாக இருப்பதை நிரூபித்துள்ளன. இந்த செயல்முறை இன்னும் முழுமையாக புரிந்து கொள்ளப்படவில்லை. சோதனைகூட்டங்களில் உருவாக்கப்பட்ட கட்டிசெல்களை தாய்ப்பாலில் காணப்படும் புரதங்கள் மற்ற ஆரோக்கியமான செல்களைவிட்டு விட்டு அழிப்பதை விஞ்ஞானிகள் பெரும் சக்தி இருப்பதை சூட்டிக்காட்டுகிறார்கள். சுவீடனிலுள்ள லுண்ட் பல்கலைக்கழகத்தின் தொற்றுநோய் சம்பந்தமான பேராசிரியர் கதர்னா சவன்போ என்பவின் தலைமையின் கீழுள்ள ஆராய்ச்சி குழு தாய்ப்பாலிலுள்ள அதிசமான இரகசியங்களை கண்டுபிடித்தது.8. இந்த லுண்ட் பல்கலைக்கழகத்தின் குழு தாய்ப்பாலானது பலவகையான புற்றுநோய்க்க்கு எதிரான பாதுகாப்பை வழங்குவதை அதிசயமான கண்டுபிடிப்பு என்கிறார்கள்.

முதலில் ஆராய்சியாளர்கள் புதிதாக பிறந்த குழந்தையிலிருந்து எடுத்த குடல் மூகாஸ் செல்களை தாய்ப்பாலோடு சேர்த்து பரிசோதித்தனர். நிமோனியா என்ற நுமகோகஸ் பக்டீரியாவினால் ஏற்படுத்தப்பட்ட பாதிப்புகளை தாய்ப்பாலானது மிக சிறந்த முறையில் தடுத்து நிறுத்தியதை கண்டறிந்தார்கள். மேலும் தாய்ப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைக்க்கு பூட்டிப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகளை விட குறைந்தளவு கட்டெல் சம்பந்தமான குறைபாடுகளும் சுவாசத்தோற்று நோய்க்க்கும் ஏற்படுகிறது.

பல ஆய்வுக்க்கு பிறகு தாய்ப்பாலானது குழந்தைக்க்கு புற்றுநோய் ஏற்படவதை தடுக்கிறது என்பது கண்டறியப்பட்டுள்ளது. மேலும் தாய்ப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைகளை விட பூட்டிப்பால் ஊட்டப்பட்ட குழந்தைக்க்கு குழந்தை பரவத்தில்

புற்றுநோய் வருவது 9 வீ தம் அதிக வாய்ப்புறுப்பதாக கஃறப்படுகிறது. இந்த பெறுபறோுகள் மற்ற புற்றுநோய் வகைகளுக்கும் பொருந்தும். தபய்பாலானது புற்றுநோய் சிலைகளை சரியாக இணங்கண்டு அவற்றை அழிப்பதாக ஆய்வுகள் சூட்டிக் காட்டுகின்றன. தாய்பாலில் அதிகமாக காணப்படும் அல்பாலக் (அல்பாலக் டல்புமின்) என்ற பொருள் புற்றுநோய் சிலைகளை இணங்கண்டு அவற்றை அழிக்கிறது. பாலில் காணப்படும் சுகர் லக்டோஸ் உருவாகக் பயன்படும் புரத்தத்தாலயே அல்பாலக் உருவாகக் கப்படுகிறது.

இந்த இணயைற்ற அருள் அல்லாஹ் வின பரிசாகும்

இந்த தாய்பாலின் இன்னொரு அற்புதம் அது இரண்டு ஆண்டுகள் ஊட்டப்படுவதாகும் 10 இந்த முக்கியமான தகவல் விஞ்ஞானத்தால் மிக அண்மையில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. ஆனால் இந்த உண்மையைக் கார் ஆன் 14 நபற்றாண்டுகளுக்கும் முன்னகே கஃறிவிட்டது.

'தாய்மார்கள் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு நிரப்பமான இரண்டு ஆண்டுகள் பாலிட்டதல் வணேட்டும்' (கார் ஆன் 2:233)

அதை பஃன்று தாயானவள் பாலை உற்பத்தி செய்வணேட்டும் என்று நினபைப்பதில்லை. ஆதரவற்ற குழந்தைக்கு தவேயான சத்துகளை பட்டியலிடுவதுமில்லை. அது தவேகளை நன்கு அறிந்து எல்லாவற்றுக்கும் அருள் சலுத்துகின்ற ஆற்றல் மிக்க அல்லாஹ் தான் தாயின் உடலில் குழந்தைக்கு தவேயான பாலை உருவாகக் குகிறான்.

000000: - 000000 000000

1- "High-Risk Newborn—The Benefits of Mother's Own Milk," University of Utah Health Sciences Center, www.uuhsc.utah.edu/healthinfo/pediatric/Hrnewborn/bhrnb.htm.

2- Ibid.

3- C. Billeaud, et al., European Journal of Clinical Nutrition, 1997, vol. 51, 520-526.

4- "Breast milk 'does cut heart risk'," 1 March 2004, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/3523143.stm>.

5- "Breast milk helps reduce obesity," 2 May 2004,
<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/3673149.stm>.

6- Ibid.

7- Tim Whitmire, "IQ Gain from Breastfeeding,"

<http://abcnews.go.com/sections/living/DailyNews/breastfeeding990923.html>.

8- "Breakthrough in Cancer Research,"

www.mediconvalley.com/news/Article.asp?NewsID=635.

9- Peter Radetsky, "Human Breast Milk Kills Cancer Cells," Discover 20, No. 06, June 1999.

10- Rex D. Russell, "Design in Infant Nutrition," www.icr.org/pubs/imp/imp-259.htm.