

الباب الثامن

(تعقيم اللبن)

قبل أن تعطى الطفل أى نوع من الالبان سابقه الذكر وجب أن نعقمها جيدا حيث أن اللبن ينقل الامراض الخطرة كالسل والتيفود والدفتريا وغيرها ولو تتبعنا طريقة وصول اللبن الينا لوجدناه يمر بمراحل كثيرة وفي كل مرحلة يعرض للعدوى بالميكروبات وهذه المراحل

(أولا) حلب البقر أو الجاموس في مزرعته

(ثانيا) نقل اللبن مع الفلاحين والفلاحات

(ثالثا) بيعه من محلات اللبن

(رابعا) نقله من محلات اللبن الى المنزل

ففي المرحلة الاولى وهى حلب البقر والجاموس في المزرعة يجب اتباع الشروط الآتية

«١» يجب أن يكون البقر صحيح الجسم غير مريض وأن يكون على الخموص خاليا من السل بتقرير الطبيب البيطرى

«٢» يجب ان تكون الاوانى التى يحلب فيها اللبن نظيفة ومعقمة وان لم يتيسر وسائل التعقيم يصب فى داخل الاوانى ماء

مغلي وكذلك في خارجها ويجب أن يكون لهذه الاواني غطاء
محكم ونظيف

«٣» يجب ان يكون الحالب خاليا من الأمراض المعدية
ومن السل ويداه خاليتين من القروح والجروح وبعض الفلاحين
يصبق في يديه عند الحلب حتى يسهل عليه وهذه عادة سيئة
وضارة ويعرض اللبن للعدوى بل يجب أن يغسل يديه بالماء
والصابون جيدا قبل الحلب

«٤» يجب أن يغسل ثدي البقرة قبل حلبها وان تكون
البقرة نظيفة . حيث قد وجد أن شعرة واحدة تنزل من البقرة الى
اللبن ربما تزيد حوالى ٢٧٠٠٠ باكتريا

«٥» أن تكون المزرعة نظيفة ولا يترك روث البقرة
« برازها » بجانبها وقت الحلب فان ما يعادل قمحة واحدة من
الروث قد يضيف مايون ميكروب حي

«٦» يجب أن يصفى اللبن خلال قطعة معقمة من القماش
ويجب أن يحفظ حوله الثلج حيث ان الحرارة تزيد توالد
الميكروبات

هذا وفي المراحل الأخرى في نقله مع الباعة من الفلاحين كما
نشاهد في بلادنا يلوث اللبن ثانية بايدي هؤلاء وكذلك في
حوانيت بيع الالبان — وكم سمعنا عن وباء من التيفود انتشر
مثلا في جزء من اجزاء المدينة بسبب شراء اللبن من محل واحد
يكون فيه عامل حاملا لميكروب التيفود . ولا أستطيع في موجز

كهذا أن أوفى هذا الموضوع حقه وما ذكرت ذلك على المثال الا
لاين أهمية تعقيم اللبن قبل اعطائه للطفل —
واللبن مسئول عن اكثر الامراض والوفيات من أى غذاء
آخر لاسباب كثيرة

«١» تنمو الميكروبات فى اللبن جيدا

«٢» اللبن أ كثر الاطعمه قابليه للانحلال والفساد

«٣» قد يستعمله بعض الناس بدون غليان فيتعرضون

للأمراض

«٤» لا يضمن حفظه فى أوان نظيفة

هذا والأمراض التى ربما تكون أكثر انتشاراً باللبن هى

السل والاسهالات والتيفود والحمى القرمزية والدفتريا

طرق التعقيم

«١» التعقيم التام بالحرارة — وذلك بان ترفع درجة الحرارة

الى درجة أكثر من ١٠٠ مئوية أو ٢١٢ فهرنهايت وتبقى فى هذه

الدرجة بضع دقائق — وهذه الطريقة تبيد جميع الميكروبات

ولكنها فى نفس الوقت تضيع قيمة اللبن الغذائية

«٢» الغليان . يغلى اللبن فى درجة ١٠٠ م أو ٢١٢ ف ويبقى

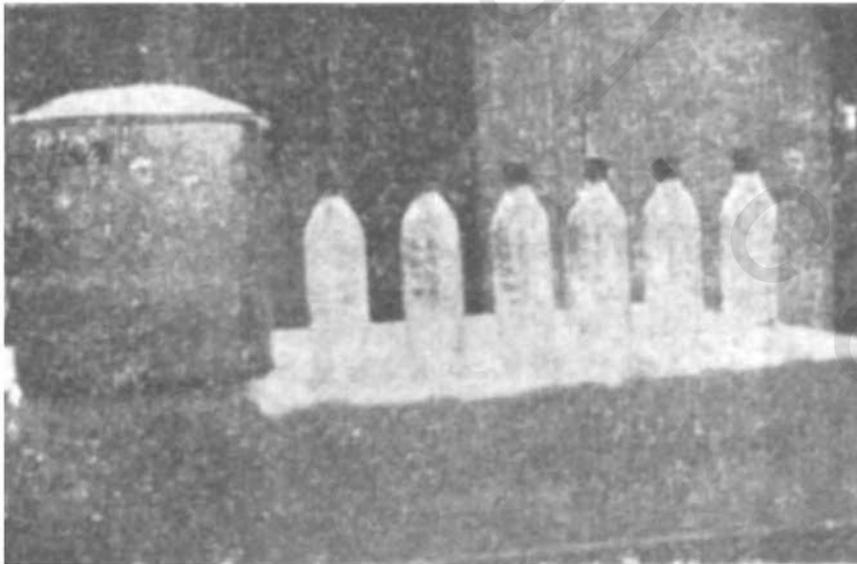
فى هذه الدرجة دقيقة أو اثنتين وفى هذه الطريقة تباد كل

الميكروبات ولا يفسد اللبن ولكن البكتريا ذوات البذور

لا تموت

«٣» التعقيم بطريقة باستير : وهي طريقته قتل الميكروبات في درجة حرارة غير مرتفعة أقل من ١٠٠ م. ولكن لمدة أطول ودرجة الحرارة اللازمة لذلك هي ٦٢.٥ م أو ١٤٥ ف لمدة ٣٠ دقيقة أو ٧١ م (١٦٠ ف) لمدة عشرين دقيقة وهذه الطريقة تقتل كل البكتريا وكذلك ميكروب السل كما في الغليان ولكن لا تؤثر على الميكروبات ذوات البذور ولذلك ننصح ان اذا عقم اللبن بهذه الطريقة أو بالغليان ان يبادر باستعماله في الحال أو يحفظ في ثلاجة تكون درجة حرارتها أقل من درجة ٥٠ ف لئلا يتحول البذور الى ميكروبات

(٤) تعقيم اللبن بوضعه في حمام درجته ١٠٠ م وذلك باستعمال جهاز سوكمات (شكل ٢٢)



﴿ شكل ٢٢ ﴾

وهو يتكون من اثناء مستدير من الصفيح وعامل من
الصفيح به ست فتحات أو أكثر يسع ست زجاجات مستديرة أو
أكثر حسب عدد الفتحات ولا يصل قاع الزجاجات الى قاع الاثناء
عند وضع الحامل داخل الاثناء

ويغطي هذا الاثناء بغطاء من الصفيح بحكم الوضع للاستعماله
بحسب اللبن اللازم للطفل في الارباع والعش بين ساعة ويحور حتى يوازي
لبن الأم ويقسم على ست مرات ويوضع كل قسم في زجاجة وتغطي
هذه الزجاجات بسدادات من الكاوتشوك الاحمر . ثم يوضع ماء
بارد في الاثناء ويجب ان يكون سطح الماء في الاثناء موازيا لسطح
اللبن في الزجاجات ويغطي هذا الاثناء ويوضع على النار حتى يغلي
لمدة أربعين دقيقة وبعد انتهاء هذه المدة تزيح الغطاء وترفع الحامل
بالزجاجات من الماء ويترك ليبرد ويلاحظ ان السدادات تنخس
من الوسط وتلتصق بفتحة الزجاجات التصاقا تاما وهذا يدلنا أن
التعقيم قد تم حيث اللبن عند غليانه يتبخر فوق سطحه ثم
عندما يبرد ينكمش فيضغط الهواء الجوي من الخارج على
السدادات فتلتصق - ثم توضع هذه الزجاجات في نماية أو
ثلاجة حتى تستعمل . وعند الاستعمال تؤخذ الزجاجة فتوضع في
ماء ساخن لتدفئة اللبن ثم تغسل اليد وينزع بها جانب السدادة
وتوضع حامة معقمة على فم الزجاجة

مزايا طريقة سوكلت

(١) زجاجات التعقيم هي زجاجات الرضاعة وعلى ذلك فلا

محتاج الى لمس اللبن كثيرا أو ثقله من اثناء الى اثناء
(ب) تقسيم اللبن في ست زجاجة كل زجاجة لرضعه يوفر
الوقت ويضبط المقدار

تعقيم اللبن بعد الحلب مباشرة

يجب ان يعقم اللبن مباشرة بعد حلبه لانه اذا مضت مدة
طويلة بين الحلب والتعقيم يعطى فرصة للميكروبات للتكاثر ولا
تموت كلها بالتعقيم واقصى مدة بعد الحلب هي أربع ساعات في
الشتاء وثلاث في الصيف نجد بعدها ان التعقيم بالطرق السالفة
لا يجدى بل يحتاج اللبن الى تعقيمه في الاوتوكلاف وهذا ليس
متيسرا في المنزل بل يعمل في مصانع اللبن في عاب مغلفة ويجب
استعمال لبن العلبه في اليوم الذي تفتح فيه ولايسمح باستعمالها
اكثر من ٢٤ ساعة

والآن ربما يسألنا سائل ما هي أحسن طرق تعقيم الالبان
المذكورة سابقا فنقول أن طريقة التعقيم التام بالحرارة وطريقه
الغليان وسوكسلت هي احدى هذه الطرق واسلمها عاقبة أما
طريقة ياستير فليست ذات نتائج مضمونة

زجاجات الرضاعة

تفضل في الرضاعة الزجاجية التي ليس بها زوايا حتى يسهل

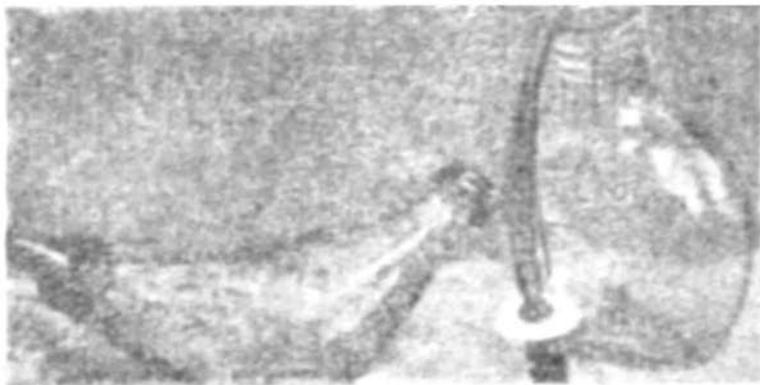
تنظيفها وكذلك ذات الرقبة الواسعة
وشكل (٢٣) يرينا انواع هذه الزجاجا المختلفة وسنتكلم
عن كل منها على حدة



زجاجة (١) هي أحسن هذه
الزجاجات جريماً فهي آتاء اسطواناني من
الزجاج مفتوح فوهته ومغضى بحامة
كبيرة من المطاط تشبه الثدي في شكله
وهذه الزجاجة يسهل غسلها وتنظيفها
جيداً حتى بدون استعمال الفرشة ثم إن
في مهائلة الغطاء المطاطي لشكل الثدي
يحول استعمالها قريباً من الرضاعة الطبيعية
فلا تسبب للطفل حدوث الزوائد

وأمرض الأسنان شكل ٢٣ (ب) (١)

زجاجة « ب » تلي زجاجة « ا » من حيث صلاحيتها وهي أفضل
من زجاجة « ح » في شكل (٢٤) القارية الشكل وأكثراً انتشاراً.



٢٤
ب
ب

(ب)

(١)

والآن سنتكلم عن عيوب الزجاجاة القارية (ح)
﴿ ١ ﴾ غلو الثمن : فانه الافضل أن تشتري الأم زجاجتين
أو ثلاثا من زجاجاة ﴿ ب ﴾ بدلا من واحدة من هذه
﴿ ٢ ﴾ وجود غطاء المطاط من كل الطرفين يجعلها عرضة
للميكروبات أكثر من زجاجاة ﴿ ب ﴾
﴿ ٣ ﴾ صمام الهواء عرضة أن ينسد وليس له ضرورة في أية
حالة حيث أن الهواء يمكن أن يجد طريقة بين الحامة ورقبة
الزجاجاة وعلى هذا يسفل الهواء إلى هذه الزجاجاة ولا يخرج
فيعرض الطفل لأن يبلع مقدارا من الهواء أكثر مما لو استعملت
الزجاجاة الأولى

﴿ ٤ ﴾ التعقيم أو استعمال الحرارة إلى درجة ١٥٥ ف يكون
أسهل باستعمال الزجاجاة ﴿ ب ﴾ عن الزجاجه ﴿ ح ﴾
زجاجه ﴿ ع ﴾ : بها أنبويه طويلة تنتهي بالحلمه - ويلاحظ
فيها وجود زوايا ، وطول الانبويه يساعد على وجود الميكروبات
بكمثرة - وهي متعبه للطفل ولا ننصح باستعمالها فهي قد تسبب
تشوه الفكين وحدوث الزوائد وغيرها من الأمراض .

طريقة غسل الزجاجاه

يجب غسل زجاجاة الرضاغة بماء فيه قليل من كربونات الصودا
أو أى قلوى أو ماء وصابون مع استعمال الفرشة لتنظيفها وبعد
الغسيل تحفظ الزجاجات تحت الماء باستمرار

حلمة الزجاجه

يستحسن أن تكون من المطاط الأسود وان يكون المطاط سميكا نوعا فلا يكون لينافيهبط ويجب أن يكون بالمنزل حلة من هذه الحلمات حيث يلزم تغيير الحلمة اذا اتسع ثقبها أو فسدت مادتها أو أصبحت لينة جدا



حجم ثقب الحلمة :

أحسن الثقوب في الحلمات ما كان أصغرها بشرط أن يستطيع الطفل أن يرضع الزجاجه في خمس عشرة دقيقة وينزل منه اللبن

شكل ﴿ ٢٥ ﴾

أسباب فساد الحلمة

- ﴿ ١ ﴾ كثرة الغليان تجمل المطاط لينا وقابلا للمهبوط
- ﴿ ٢ ﴾ حنفظ الحلمات في الماء وما أشبه كمحاليل حمض البوريك أو الصودا يجعل المطاط ينتفخ وتحبب ويصير غير مرن فيتمزق بسهولة

﴿ ٣ ﴾ كذلك تعريضها للهواء الرطب يفسدها وعليه فيجب أن تحفظ في مكان محكم السد

﴿ ٤ ﴾ تعريضها للضوء القوي ضار بها وعليه يجب أن تحفظ في مكان مظلم ويمكن معرته فساد الحامه شكل ٣٦ بأنها كانت قبل



الاستعمال الكثير اذا قلنا الزجاجه فلا ينزل اللبن منها إلا نقطة تقطه ويبطء زائد وكان الطفل يرضعها في خمس عشرة دقيقة ولكن بعد غايتها مدة نجد أنه بعد أيام قلائل ينزل اللبن نقطة كل ثوان قللة ثم

شكل ﴿ ٢٦ ﴾

ينزل بضعة نقط في الثانية الواحدة بعد استعمالها أكثر شكل (٢٦) حتى ينزل منها اللبن أخيراً كسائل « شكل ٢٧ »



كيفية المحافظة على الحلمة

« ١ » اغسلي الحلمة

مرة في اليوم بصب الماء
المغلي عليها

« ٢ » اغسلي الحلمة

من الخارج بعد كل رضعة
مباشرة بماء بارد أو دافئ

« شكل ٢٧ »

وامسحها بماء ثم اقبلي الحلمة من الداخل للخارج واغسليها وامسحها
بالماء فذلك يبرد بقايا اللبن الموجودة في سطحها الداخلي
« ٣ » اشطفيها بماء نظيف مغلي تستطيعين لمسه بيديك

« ٤ » احفظي الحلمة بعد شطفها في علبة صغيرة . محاذة
بنشارة جافة حتى يضمن تجفيفها وحفظ حرارتها وبعدها عن
الضوء أو ضعي الحلمة في اناء ثم جففيها بمرعة بوضعه على رف
دافئ ثم احفظيها في صندوق أو اناء مغلق

هذا ويجب الا تستعمل الفرشة في غسل الحلمة

الهواء الذى يبلعه الطفل أثناء الرضاعة

عادة يباع الطفل هواء أثناء رضاعته من أمه أو من الزجاجة فيكف يخلص الطفل منه - إن الأم اذا أنامت طفلها مباشرة بعد الرضاعة فان هذا الهواء عند خروجه يطرد جزءا من اللبن معه: وهذا هو سبب ما نراه كثيرا من رجوع اللبن عند بعض الأطفال وعليه يجب على الأم بعد رضاعة طفلها أن تمسك الطفل من تحت إبطيه وترفعه بين يديها حتى يتكرع فيخرج الهواء - ثم تنيمه فى سريره

