

موسوعة العلوم الطبية في نهج البلاغة

الجزء الثالث

الصحة الإنجابية

في نهج البلاغة

الأستاذ المتمرس

الدكتور يحيى كاظم السلطاني

إشراف ومراجعة

مركز الإمام أمير المؤمنين (عليه السلام) للدراسات والبحوث المتخصصة

الإصدارات الخاصة بمناسبة ألفية الحوزة

العلمية في النجف الأشرف ١٤٤٨ هـ

س ٨٦٢ السلطاني، يحيى كاظم
 موسوعة العلوم الطبية في نهج البلاغة/
 يحيى كاظم السلطاني. - ط ١. - النجف: مركز أمير المؤمنين
 للدراسات والبحوث التخصصية، ٢٠٢٥
 ج ٢ / (٢٧٠ ص) ؛ ٢٤ سم.

ردمك: ISBN 8-6-8473-9922-978

١ - البلاغة العربية - ٢ - الطب والصحة العامة - موسوعات - ٣ -
 علي بن ابي طالب (عليهما السلام) - الإمام الأول - ٤ - أهل بيت
 النبي - أ - العنوان

رقم الإيداع ٣٠٢٢ / ٢٠٢٥

المكتبة الوطنية/ الفهرسة أثناء النشر

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد (٣٠٢٢) لسنة ٢٠٢٥



هوية الكتاب

❖ اسم الكتاب: موسوعة العلوم الطبية في نهج البلاغة.

الجزء الثالث: الصحة الإنجابية في نهج البلاغة

❖ تأليف: الأستاذ المتمرس الدكتور يحيى كاظم السلطاني

❖ إشراف ومراجعة: مركز الإمام أمير المؤمنين عليه السلام للدراسات والبحوث

التخصصية

❖ الإخراج الفني: عبد الحسن الشافعي

❖ المطبعة: الثقلين

❖ الناشر: مركز الإمام أمير المؤمنين عليه السلام للدراسات والبحوث التخصصية

النجف الأشرف، ١٤٤٧هـ - ٢٠٢٥م

الفصل الأول
الصحة الإيجابية
(مدخل عام)

الصحة العامة

تُعرف بالصحة الشاملة أيضاً، ووفقاً لتعريف منظمة الصحة العالمية فإنّ الصحة العامة تُعد بمنزلة الوصول إلى حال من اكتمال السلامة البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية، وليست مجرد الخلو من المرض أو العجز^(١)، أي أنّ الصحة تشير بشكل عام إلى حال من العافية العاطفية والعقلية والجسدية.

وعلم الصحة العامة Public Health هو -في الواقع - علم وفن الوقاية من الأمراض وإطالة العمر وترقية الصحة، عن طريق رفع مستوى كفاءة الجسم بدنياً وعقلياً، وتؤدي الصحة العامة أثراً رئيساً في مجالات الصحة المختلفة ومنع الإصابات المتنوعة التي يتعرض لها الإنسان.

والصحة الجسدية من أهم ما يجب أن يعنى بها الإنسان للقيام بأعماله في يومه وفي حياته بشكل عام، وذلك بصورة طبيعية.

ويسعى علم الصحة العامة إلى تحسين صحة المجتمع عن طريق تطوير وتطبيق المعرفة التي تمنع المرض وتحمي الناس من الضرر. وتهدف الصحة العامة أيضاً إلى الوقاية من الأمراض المعدية والمزمنة المختلفة.

وهناك وكالة متخصصة تابعة للأمم المتحدة تكون مسؤولة عن الصحة العامة الدولية تعرف بمنظمة الصحة العالمية World Health Organization، وقد تأسست في السابع من أبريل (نيسان) من عام ١٩٤٨، واتخذ من جنيف مقراً لها. ينص دستور هذه المنظمة الذي يحدد هيكل

(١) الصحة الإنجابية: ويكيبيديا.

ومبادئ إدارتها على هدفها الرئيس وهو: " الوصول بجميع الشعوب إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة".

مكونات الصحة العامة:

تتألف الصحة العامة من المكونات الآتية:

- ١ - الصحة الشخصية للأفراد.
- ٢ - صحة البيئة.
- ٣ - التشخيص المبكر للأمراض والعلاج الوقائي.
- ٤ - مكافحة الأمراض المعدية.

وهناك خمسة جوانب أساسية للصحة العامة لا بدّ من تحقيقها للوصول إلى العلاقة المترابطة بين الصحة البدنية للفرد والجوانب الحاسمة الأخرى من حياته وتمكنه من العيش حياة أكثر صحة وسعادة من أي وقت مضى ، وهذه الجوانب هي:

- ١ - الجانب الجسدي.
- ٢ - الجانب العاطفي.
- ٣ - الجانب الاجتماعي.
- ٤ - الجانب العقلي.
- ٥ - الجانب الروحاني.

قواعد الصحة العامة:

ومن قواعد الحفاظ على الصحة العامة نذكر ما يأتي :

- ١ - الوقوف على بعض المعلومات ، وإن كانت أوليّة ، عن طبيعة مكونات الأغذية المتناولة لتحقيق الفائدة المطلوبة منها في بناء الجسم.
- ٢ - المحافظة على النظافة الشخصية.
- ٣ - التعود على رتابة الاستيقاظ والنوم وذلك في نفس الأوقات يومياً.
- ٤ - تناول وجبات الطعام بانتظام وفي كميات مناسبة لتلبية احتياجات الجسم من العناصر الغذائية.
- ٥ - تناول كمية من الماء للحفاظ على ترطيب الجسم ودعم وظائفه الحيوية.
- ٦ - تخصيص وقت العمل ووقت الراحة في ضمن برنامج ثابت.
- ٧ - ممارسة مختلف النشاطات البدنية اللازمة ؛ لتعزيز الصحة العامة وتحقيق اللياقة البدنية.

الإسلام والصحة العامة:

ارتبط الإسلام ارتباطاً وثيقاً بالصحة العامة للفرد ، قال الدكتور سان جورجيو داريلانو San Giorgio Darillano ، وهو من كبار المختصين في تاريخ الطب بكتابه " تاريخ الطب " المطبوع بباريس سنة ١٩٣٦ : " إنّ الفروض والواجبات وغيرها من سنن ومستحبات تتصل بالصحة في الإسلام ، ترمي إلى إصابة هدفين وتحقيق غايتين في آن واحد ، غاية دينية وأخرى صحيّة " .

و شاطره في هذا الرأي الباحث رينان Renan فقال: " لقد أعطى الإسلام
الواجبات الصحيّة صبغة دينية "(١).

أمّا رينيه ساند Rene Sand فقد قال في كتابه الموسوم بـ " نحو الطب
الاجتماعي: " إن تعاليم الإسلام الدينيّة تحسّن الصحّة فهي تدعو إلى القناعة
(عدم الإسراف في الأكل والشرب) والنظافة والاعتسّال بالماء الطاهر، خمس
مرات في اليوم، قبل كل صلاة. وأنّ الصلاة هي مجموعة من حركات رياضيّة.
وأنّ الإسلام يأمر بتجريد المرضى المصابين بأمراض معدية، وأنّ العلوم
الإسلاميّة خصصت شطراً كبيراً من أبحاثها لحفظ الصحّة "(٢).

القرآن الكريم والصحة العامة:

حرص القرآن الكريم على صحّة الفرد البدنيّة والعقليّة والنفسيّة، فقدّم
الوقاية والعلاج أسلوباً من أساليب المحافظة على النفس البشريّة من العلل
والأسقام.

وقد أشار القرآن الكريم كثيراً إلى أهمية الصحّة الجسميّة، التي تُعدّ من
النعم التي أنعم بها الله على الإنسان لممارسة أعماله اليوميّة بصورة سليمة.
وقد وردت في القرآن الكريم آيات بينات تؤكد على أهمية الصحّة العامّة
في حياة الإنسان والوقاية من الأمراض، منها ما ورد في سورة الشعراء بالآيتين
الكريمتين: ﴿والذي هو يطعمني ويسقني ❖ وإذا مرضت فهو يشفين﴾ (٣).

(١) المصدر نفسه، ص (١٥٦ - ١٥٧).

(٢) تاريخ الطب وآدابه وأعلامه: الشطي: ص ١٥٧.

(٣) سورة الشعراء: ٧٩ - ٨٠.

وفي سورة الإسراء: ﴿وَنَزَلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾^(١).

وهناك مجموعة من النصوص في القرآن الكريم تدعو إلى النسل والإنجاب وتبين أنَّ الولد نعمة من نعم الله على البشر يدوم بها الذكر ويبقى الأثر، قال الله سبحانه وتعالى في الآية الأولى من سورة النساء: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾.

وفي التنمية الكمّية للجنس البشري سُنّة إلهية في الكون إذ إنّ التكاثر يُعدّ هدفاً لدى جميع الكائنات الحيّة. أمّا بنو آدم فيكون أولى وألزم لما لهم من مقام الاستخلاف والسيادة على الكون ولما يواجههم من مهمّة التعارف وتشابك المصالح، مهما استطالت بهم مقاماتهم على الأرض فقال جل شأنه: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾^(٢).

وبخصوص الصحة الإنجابية من ناحية، والصحة العامة من ناحية أخرى، فقد قال سبحانه وتعالى في الآيتين الكريمتين (٢٢٢ - ٢٢٣) من سورة البقرة: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ❖ نَسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَيَسِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾.

(١) سورة الإسراء: ٨٢.

(٢) سورة الحجرات: ١٣.

وقد شملت عناية الإسلام بالصحة الجسميّة كثيراً، وذلك في مجالات عديدة ومتنوّعة، أهمها التركيز في العناية بالطهارة البدنيّة أي نظافة الجسم، ولعلّ أبرز مجالين يوضحان ذلك هما: (الوضوء والصلاة) و(الصوم).

وفي مجال الوضوء قال الله عز وجل في محكم كتابه المبين في الآية السادسة من سورة المائدة: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوْهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَئِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُنِزِلَ عَلَيْهِ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾.

أقوال النبي محمد ﷺ في الصحة العامة:

عني النبي الكريم محمد ﷺ بنشر قيمة النظافة ورفع شعار الطهارة عالياً بين المسلمين، والنظافة التي أولاها الرسول عناية هي نظافة الإنسان والبيت والطريق والمسجد.

ولرسول الله ﷺ أقوال وحكم كثيرة عن الصحة العامّة وعافية الأبدان منها قوله: "كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي، وَامْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي"^(١).

وقوله ﷺ: "اغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغَنَّاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ"^(٢).

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٥٩، ص ٢٩٠.

(٢) المصدر نفسه: ج ٧٨، ص ١٧٣.

وقوله ﷺ: " أصل كل داء البرودة " ^(١) .
 وقوله ﷺ: " ما أنزل الله داء إلا أنزل له دواء " ^(٢) .
 وقوله ﷺ: " لكل داء دواء ، فإذا أصيب دواء الداء برأ باذن الله " ^(٣) .
 ومن أقواله ﷺ: " من أصبح معافى في بدنه آمناً في سربه عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا " ^(٤) .

أقوال الإمام علي عليه السلام في الصحة العامة:
 وللإمام علي عليه السلام حكَم وأقوال كثيرة عن الصحة العامة للإنسان منها
 قوله: " الصحة أفضل النعم " ^(٥) .
 وقوله عليه السلام: " الصحة بضاعة ، والتواني إضاعة ، ألا ان من النعم سعة المال ، وأفضل من سعة المال صحة البدن ، وأفضل من صحة البدن تقوى القلب " ^(٦) .
 وقوله عليه السلام: " يضر الناس أنفسهم في ثلاثة أشياء: الإفراط في الأكل اتكالا على الصحة ، وتكلف حمل ما لا يطاق اتكالا على القوة ، والتفريط في العمل اتكالا على القدر " ^(٧) .

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٥٩، ص ٢٩٠.

(٢) المصدر نفسه، ج ٥٩، ص ٧٧.

(٣) المصدر نفسه، ج ٥٩، ص ٧٦.

(٤) الأدب المفرد: البخاري، ٣٠٠.

(٥) ميزان الحكمة: الريشهري، ج ٢، ١٥٧٠.

(٦) الدعوات: الراوندي، ص ١١٣.

(٧) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ح ٧٩.

وقال عليه السلام: " امش بدائك ما مشى بك " ^(١).

وقوله عليه السلام: " الصحة أهنا اللذتين " ^(٢).

وقوله عليه السلام: " صحة الأجسام من أهنا الأقسام " ^(٣).

وقوله عليه السلام: " أوفر القسم صحة الجسم " ^(٤).

البلوغ: Puberty

هو مدة النمو والتطور التي يكتسب فيها الأطفال من كلا الجنسين السمات الجسدية في مرحلة البلوغ، منها الثديان أو شعر الوجه، ويصبحون قادرين في مدة زمنية من أعمارهم على التكاثر (إنجاب الأطفال).
ويختلف معدل التغيرات التركيبية والوظيفية التي تحدث في سن البلوغ من فرد لآخر باختلاف العوامل الكثيرة التي تقع الجينات في مقدمتها.

ومن أبرز علامات البلوغ لدى الأولاد ما يلاحظ من نمو في الطول والوزن اللذين يرتبطان بهذه المدة أيضاً بزيادة إفراز الهرمونات المسؤولة عن إظهار سمات الذكورة والأنوثة.

وتشتمل علامات البلوغ لدى الذكور على ما يأتي:

١ - تضخم الأعضاء التناسلية (زيادة حجم الخصيتين وكيس الصفن).

(١) نهج البلاغة: شرح محمد عبده - تحقيق فاطن محمد خليل، ح ٢٧، ص ٥٠٧.

(٢) غرر الحكم ودرر الكلم: الآمدي، ص ٤٨٣.

(٣) المصدر نفسه.

(٤) المصدر نفسه.

- ٢ - تقوم الهرمونات الجنسية بدفع الخصيتين على إنتاج النطف.
- ٣ - نمو شعر العانة والجسم.
- ٤ - زيادة حجم الجسم بشكل عام وزيادة حجم العضلات على وجه الخصوص.
- ٥ - تغيير في الصوت إذ يصبح أعمق وأجش.
- ٦ - تغيرات في البشرة.
- ٧ - الانتصاب مع بدء القضيب بالنمو والكبر.
- ٨ - القذف المنوي.
- ٩ - زيادة التعرق.
- ١٠ - الشعور بتغير الحال المزاجية.

أمّا علامات البلوغ لدى الاناث، فإنّها تبدأ عندما تتسبب الهرمونات التي يطلقها الوطاء Hypothalamus الكائن بالدماغ في نمو المبيضين لإطلاق هرمون الاستروجين؛ الذي يتسبب في نمو كل من الثديين والمبيضين والرحم والمهبل.

وتظهر علامات البلوغ عندما يتراوح عمر الفتاة ما بين (٨.٥ - ١٠ سنوات)، والعلامات هذه كما يأتي:

- ١ - نمو طول القامة.
- ٢ - نمو الثديين الذي يحصل ما بين عمر (٨) و (١٣) سنة.
- ٣ - نمو الشعر في منطقة العانة وتحت الإبطين.
- ٤ - نمو كل من المبيضين والرحم والمهبل.
- ٥ - حصول الدورة الشهرية (الطمث أو الحيض).

الإنجاب: Procreation

تسعى جميع الكائنات الحيّة -ومن ضمنها الإنسان - إلى التكاثر من أجل بقاء أفراد النوع الواحد في الحياة من الانقراض ، وذلك عبر الأجيال المتعاقبة.

ويهدف الإنجاب إلى تكوين الأسرة التي تمثّل وحدة بناء المجتمع ، وهي تتألف من الأب والأم والأبناء ؛ لذلك فإنّ الهدف الأساس من الحفاظ على ديمومة نشوء المجتمعات واستمرار النمو البشري وتعمير الأرض والاستخلاف فيها هو استمرار الإنجاب.

ويعتمد الإنجاب على عمل الجهاز التناسلي في كلّ من الذكر والانثى ، وبذلك فإنّ الصّحة الإنجابيّة السليمة تعتمد على صحّة كل من الذكور والإناث من الناحيتين التركيبية والوظيفية ، أي أنّ الصّحة الإنجابيّة تعتمد على صحّة كلّ من الجهازين التناسليين الذكري والأنثوي.

والأسرة هي بوابة التكاثر البشري وسر الوجود الإنساني ، وهي لا تتكوّن إلّا عن طريق الإنجاب ، ومن أجل تحقيق هذه الغاية لا بدّ من العناية بصّحة الإنجاب والعمل على توفير مستلزماته.

وقد وردت في القرآن الكريم كثيرٌ من الآيات البيّنات التي تشير إلى ضرورة الإنجاب والعناية بصّحة الأبناء لخلق مجتمعات تنشد الخير والعدل والسلام ، وتكون خالية من المشاكل الصحيّة والاجتماعيّة ، ومن ذلك قوله تعالى : ﴿المال والبنون زينة الحياة الدنيا والباقيات الصالحات خير عند ربك ثوابا وخير أملاً﴾^(١).

أمّا الرسول الكريم محمد ﷺ فقال: " تناكحوا تناسلوا أباهي بكم الأمم يوم القيامة" (١).

الصحة الإنجابية:

تُعد الصحة الإنجابية Reproductive Health حال من التمتع بصحة جيدة على مستويات السلامة الجسدية والنفسية والعقلية والاجتماعية الكاملة، وذلك في جميع الأمور المتعلقة بالجهاز التناسلي للفرد كالصحة الجنسية والعادات الصحية الشخصية. وتعدّ الصحة الإنجابية أيضاً جزءاً أساسياً من الصحة العامة، وتعكس المستوى الصحي للرجل والمرأة في سنّ الإنجاب. والصحة الإنجابية هي أن يكون الناس قادرين على التمتع بحياة جنسية مقبولة وآمنة، وأنّ لديهم القدرة على الإنجاب والحرية في اتخاذ القرار بشأن ما إذا كانوا يريدون القيام بذلك ومتى وكيف.

ومن عناية الإسلام بالصحة الإنجابية رعايته لحقّ الطفل في الرضاعة الطبيعية حولين كاملين؛ حفاظاً على حقّه في التغذية الصحيحة التي من شأنها أن تساعد على بناء جسده بناءً قوياً. وجاء في القرآن الكريم من قوله سبحانه وتعالى: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ 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 إِنَّيْ تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ﴾ (٢).

(١) مختصر المقاصد: الزرقاني، ص ٣٢٦.

(٢) سورة الأحقاف: ١٥.

وقوله تعالى: ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ...﴾^(١).

والجدير بالذكر أن الفئات المستهدفة بالصحة الإنجابية هي:

١ - الذكور في سنّ الإنجاب.

٢ - الإناث في سنّ الإنجاب.

٣ - المراهقون والمراهقات.

وذلك لتجنبهم السلوكيات الضارة التي تؤثر في صحتهم الإنجابية في الأوقات المقررة لهم من أعمارهم.

وتعني الصحة الإنجابية أيضاً قدرة الأفراد، -رجالاً كانوا أم نساء - على إنجاب الأطفال وحرية القرار فيما يتعلق بذلك الإنجاب وموعده وعدد مراته، ويحتاج الإنسان للوصول إلى ذلك إلى معلومات دقيقة ووسائل آمنة وفعالة لتنظيم الأسرة. ولكل فرد الحق في اتخاذ القرارات الخاصة بشأن صحته الجنسية والإنجابية.

وتشمل الصحة الإنجابية العادات الشخصية الصحية بما في ذلك عملية الإنجاب والوظيفة الإنجابية وطريقتها في جميع مراحل الحياة^(٢).

والصحة الإنجابية هي عملية معقدة يعتمد بعضها على تفاعلات جينية متعددة وعوامل بيئية متنوعة؛ لذلك ينبغي النظر إلى الصحة الإنجابية بوصفها نهجاً حياتياً؛ لأنها تؤثر في الرجال والنساء من الطفولة إلى سنّ الشيخوخة.

(١) سورة البقرة: ٢٣٣.

(٢) الصحة الإنجابية: ويكيبيديا.

ووفقاً لصندوق الأمم المتحدة للسكان، فإنّ الصحة الإنجابية تؤثر في أي عمر كان تأثيراً عميقاً في صحة الفرد لاحقاً، ويشمل ذلك التحديات التي يواجهها الناس في أوقات مختلفة من حياتهم، ومنها تنظيم الأسرة والخدمات التي تمنع الأمراض المنتقلة عن طريق الاتصال الجنسي، والتشخيص المبكر وعلاج أمراض الصحة الإنجابية.

والصحة الإنجابية أيضاً هي جزء تابع للصحة العامة التي تنعكس على قدرة الشخص ورغبته في الإنجاب. وتعني الصحة الإنجابية قدرة الفرد على الإنجاب وامتلاكه حرية اختيار الوقت المناسب لذلك وهي انعكاس للصحة المجتمعية في مراحل الحياة البشرية منذ الطفولة وحتى الكهولة. ويعرّف بعضهم الصحة الإنجابية أنّها جزء من الصحة العامة التي تعكس المستوى الصحي للرجل والمرأة في سنّ الإنجاب. وفضلاً عن الحال الصحية للمرأة والرجل لسنوات ما بعد الإنجاب، فإنّ الصحة الإنجابية قد حظيت بعناية بالغة من المعنيين بالصحة.

والصحة الإنجابية أيضاً هي القدرة على الحصول على حياة جنسية مسؤولة تكون أكثر أماناً، وأن يكون الذكور والإناث قادرين على الإنجاب ولديهم حرية اختيار التوقيت وكيفية القيام بذلك، وقادرين على الحصول على خدمات الرعاية الصحية المناسبة للطب الجنسي والإنجابي، وتطبيق برامج التثقيف الصحي للتأكيد على أنّ الحصول على مدة حمل وولادة آمنة توفر للأزواج فرص أفضل للحصول على طفل سليم.

وتحقق المنظّمات الدوليّة ومنها صندوق الأمم المتحدة للإسكان ومنظمة الصحة العالميّة آثاراً مهمّة في تحقيق الصحة الإنجابية الملائمة للبشر. وتعدّ الصحة الجنسية والإنجابية واحدة من أهم أهداف التنمية المستدامة.

أما الخدمات المتعلقة بالصحة الإنجابية ذات الصلة بالصحة الأولية، فإنها تشمل الفحص الدوري للأطفال، والفحص المرحلي للمدارس، وفحص ما قبل الزواج.

وبشكل عام فإن موضوع الصحة الإنجابية يُعدّ واحداً من أهم الموضوعات الحيوية والضرورية لحياة الإنسان، فهي تُعنى بالحفاظ على صحة الإنسان ذكراً كان أم أنثى، وتُعنى بالحفاظ على الجنس البشري من الانقراض وديمومته على وجه الأرض.

وستعرض بالفصول القابلة من هذا الكتاب إلى مختلف العوامل المؤدية لتحقيق الصحة الإنجابية المناسبة لعموم الناس، والحديث عن عموم مستلزمات تحقيق هذه الصحة الإنجابية، عن طريق سبر أغوار المعلومات الأساسية ذات الصلة بهذه الصحة المنشودة.

عناصر الصحة الإنجابية:

تتألف الصحة الإنجابية من أربعة عناصر أساسية هي:

- ١ - سلامة الجهاز التناسلي.
- ٢ - سلامة العملية الجنسية.
- ٣ - سلامة العملية الإنجابية.
- ٤ - تنظيم الأسرة.

العلاقة بين الصحة العامة والصحة الإنجابية:

تُعدّ الصحة العامّة مزيجاً من العلوم والمهارات والمعتقدات التي تهدف إلى الحفاظ على صحّة الناس وتحسينها عن طريق الإجراءات الاجتماعية، وأنّ الصحة العامّة أو الصحة الاجتماعية هي أوسع - في مفهومها الحديث - من الصحة البيئية أو الطبّ الاجتماعي أو الطبّ الوقائي أو الصحة الإنجابية، وفي الواقع فإنّ الصحة العامّة تشمل كلّ المفاهيم الأخرى.

أمّا الصحة الإنجابية فقد أشارت منظمة الصحة العالميّة إلى أنّها تتضمّن السلامة البدنيّة والنفسية فضلاً عن النشاط الجنسي، وتُعدّ جزءاً أساسياً من الصحة العامّة، وتعكس المستوى الصحيّ للرجل والمرأة في سنّ الإنجاب. وقد أشير في المؤتمر الدولي للسكّان والتنمية في عام ١٩٩٤ إلى أنّ الصحة الإنجابية هي حال من الرفاهية البدنيّة والعقليّة والاجتماعيّة الكاملة، وليس غياب المرض أو العجز فحسب في جميع الأمور المتعلقة بالجهاز التناسلي ووظائفه وعملياته.

الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة:

هناك تنظيم وثيق بين مقوّمات الصحة الإنجابية ومبادئ تنظيم الأسرة، انطلاقاً من أنّ الأخيرة تُعدّ أهمّ خلية يتكوّن منها جسم المجتمع البشري. وقد لوحظ أنّ الصحة الإنجابية تعني قدرة الناس على الحصول على حياة جنسيّة مسؤولة ومرضية وآمنة.

ومن أهم فوائد تنظيم الأسرة هو الحدّ من التضخّم السكاني ولا سيّما في البلدان النامية. وإذا صلحت الأسرة صلح المجتمع كله، وإذا فسدت فسدت المجتمع كله^(١).

ويتيح تنظيم الأسرة للناس تحقيق العدد المرغوب به من الأطفال، ويتم ذلك عن طريق استعمال وسائل تنظيم الحمل وعلاج العقم.

وتعدّ برامج الصحة الإنجابيّة وتنظيم الأسرة من البرامج الأساسيّة لمواجهة الزيادة السكانيّة، التي تمثّل خطراً كبيراً على جهود التنمية التي تبذلها الدولة، وأنها تسهم في خفض معدل وفيات الأمهات والأطفال.

والصحة الإنجابيّة وتنظيم الأسرة هي إحدى الاستراتيجيات القوميّة والعالميّة للحدّ من الفقر وتحسين المستوى المعيشي للأسر، وتهدف إلى الارتقاء بجودة حياة المواطنين.

وتشمل برامج الصحة الإنجابيّة وتنظيم الأسرة مختلف الأبعاد الأسرية الاجتماعية والصحيّة والثقافيّة، وتعمل على تقديم التّعليمات وخدمات الرعاية الأوليّة، فضلاً عن متابعة الفحوصات الطبيّة قبل الزواج وما بعده، وكذلك اتّخاذ ما يلزم في إطار الارتقاء بالخصائص السكانيّة.

وتُعدّ الصحة الإنجابيّة أيضاً واحدة من مقوّمات الصحة اللازمة لإنجاب الأطفال بسهولة ويسر، وهي تهدف بشكل أساس إلى تحقيق الحياة السليمة الآمنة لكلّ من الرجل والمرأة والمواليد الجديدة، ويتطلّب ذلك الوصول إلى رعاية الأم قبل الولادة وما بعدها الرعاية المطلوبة.

(١) للمزيد عن ذلك يمكن الاطلاع على الفصل العاشر من هذا الجزء، الخاص بالحديث عن " الأسرة في نهج البلاغة ".

ومما تقدّم يمكن تعريف الصحة الإنجابية: إنها حال من الرفاه البدني والعقلي والاجتماعي في جميع الأمور المرتبطة بالجهاز التناسلي وعبر جميع مراحل الحياة.

مراحل الصحة الإنجابية:

تتحقق الصحة الإنجابية على وفق المرحلين الآتيين:

١ - مرحلة الطفولة:

وتتمتاز بالعناية بالرضاعة الطبيعية والتغذية السليمة والتطعيمات المختلفة بحسب توقيتاتها المقررة، والوقاية من الأمراض، وعدم التفرقة والتمييز بين الجنسين.

٢ - مرحلة المراهقة:

وفيها يتم العناية بكلّ من التثقيف الصحي والتغيرات الفسلجية والنفسية، والتغذية والصحة العامة.

الفئات المستهدفة بالصحة الإنجابية:

والفئات المستهدفة بالصحة الإنجابية هي:

١ - الرجل والمرأة: في سنّ الإنجاب لرفع المستوى الصحي لهما.

٢ - المراهقون والشباب: لرعايتهم وتجنّبهم السلوكيات الضارّة التي قد تؤدي إلى حدوث أخطار تهدّد صحتهم الآن والمستقبل، ورفع الوعي الصحي لديهم؛ ليجهّزوا أنفسهم للمستقبل ويتحمّلوا مسؤولياتهم تجاه صحتهم من جهة، والعناية بالأسر التي سيكونونها من جهة أخرى.

- ٣ - النساء ما بعد سنّ الإنجاب : للوقاية من الأمراض المتعلقة بالجهاز التناسلي وكشفها المبكر وتديرها.
- ٤ - الجنين وهو في بطن أمه : للاطمئنان على صحّة نموه.
- ٥ - الطفل ما بعد مدّة الولادة : للحفاظ على صحته وبقائه وحمايته.

مبادئ الصحّة الإنجابيّة:

- هناك جوانب أساسيّة للصحّة الإنجابيّة نذكر أهمها فيما يأتي :
- ١ - تحسين الرعاية قبل الولادة وفي أثناء الولادة وبعدها ، ورعاية الأطفال حديثي الولادة.
 - ٢ - توفير خدمات عالية الجودة لتنظيم الأسرة بما في ذلك خدمات العقم.
 - ٣ - القضاء على الإجهاض غير الآمن.
 - ٤ - مكافحة الأمراض المنقولة جنسيًا ، ومن ضمنها فيروس نقص المناعة البشريّة.

مشاكل الصحّة الإنجابيّة:

- من مشاكل الصحّة الإنجابيّة نذكر ما يأتي :
- ١ - فشل الدخول في مرحلة البلوغ.
 - ٢ - توقّف مؤقت للدورات الشهرية.
 - ٣ - انقطاع الدورة الشهرية المبكر.
 - ٤ - نقص الهرمونات الأنثوية.
 - ٥ - العقم.

٦ - مخاطر الحمل.

مقومات الصحة الإنجابية:

وتتضمن هذه المقومات ما يأتي^(١):

- ١ - توفير خدمات صحية جيدة للأمومة السليمة ، وتشمل تحسين رعاية الأم في أثناء الحمل وعند الولادة وما بعدها.
- ٢ - توفير خدمات عالية الجودة لتنظيم الأسرة مبنية على احتياجات المجتمع.
- ٣ - الوقاية من إصابات الجهاز التناسلي ومعالجتها.
- ٤ - الكشف المبكر عن الأمراض ذات العلاقة بالإنجاب كالسرطانات التي تصيب المرأة مثل سرطان الثدي وسرطان عنق الرحم.
- ٥ - مكافحة الأمراض المنقولة جنسياً بما في ذلك فيروس نقص المناعة البشرية.
- ٦ - الفحص الطبي للرجل والمرأة قبل الزواج.
- ٧ - القضاء على الاجهاض غير الآمن.
- ٨ - تقديم المشورة والتثقيف والإعلام عن كافة خدمات الصحة الإنجابية.
- ٩ - العناية بصحة الأبناء في مرحلة المراهقة.

جوانب الصحة الإنجابية:

هنالك خمسة جوانب أساسية لتحقيق الصحة الإنجابية هي :

- ١ - تحسين الرعاية قبل الولادة.

(١) منظمة الصحة العالمية / تقرير عن الصحة الإنجابية : جمعية الصحة العالمية السابعة والخمسون ،

- ٢ - العناية عند الولادة.
- ٣ - رعاية الأطفال حديثي الولادة.
- ٤ - العناية بعد الولادة.
- ٥ - توفير خدمات عالية الجودة لتنظيم الأسرة.

العوامل المؤثرة في الصحة الإنجابية:

ومن هذه العوامل نذكر ما يأتي :

- ١ - إنها تؤثر وتتأثر بحال الفرد الاجتماعية والثقافية والاقتصادية ، فهي تتأثر سلباً بانتشار الأمية والبطالة وبتقاليد المجتمع ومعتقداته.
- ٢ - السلوكيات ذات العلاقة بالزواج والإنجاب وتكوين الأسرة ، وتتحكم بهذه السلوكيات عوامل ثقافية وبيولوجية ونفسية واجتماعية.
- ٣ - مكانة المرأة في المجتمع.
- ٤ - الخدمات الصحية التي تؤدي أثراً مهماً للنهوض بمستوى الصحة الإنجابية.

التحديات التي تواجه الصحة الإنجابية:

هناك مجموعة من التحديات تواجه الصحة الإنجابية في المجتمعات نذكر منها ما يأتي :

- ١ - زيادة عدد الأفراد المصابين بالايذز والأمراض المنقولة جنسياً وعدم توفر معلومات كافية للأفراد حول هذه الأمراض في بعض الدول.

- ٢ - وفاة النساء إما بسبب الإجهاض ، أو بسبب الولادة غير الآمنة ، أو الحمل غير المخطط له عند صغار السنّ مثلاً من غير القادرين على تحقيق ذلك بسبب ضعف الصحة الإنجابية لديهم.
- ٣ - مواجهة بعض المشكلات المرتبطة بالخصوبة لدى بعض الأزواج.
- ٤ - عدم مراجعة الطبيب المختصّ أو التأخر في تلك المراجعة الأمر الذي يساعد على انتشار تردّي الصحة الإنجابية.

طرق تحسين الصحة الإنجابية:

تلجأ المنظمات العالمية إلى إنشاء مراكز وبرامج توعية ، تعنى بالصحة الإنجابية ، منها الكشف المبكر عن الأمراض المنقولة جنسياً ، وتوفير طرق تنظيم الأسرة والعناية بصحة الحامل والطفل.

ويمكن للفرد نفسه تحسين صحته الإنجابية باتباع النصائح الآتية :

- ١ - الامتناع عن التدخين وتعاطي الكحول والمخدرات.
- ٢ - التقليل من تناول الكافيين المتناولة يومياً.
- ٣ - ممارسة الرياضة بشكل منتظم.
- ٤ - الحرص على الحفاظ على الوزن الصحي ، بحيث لا يؤثر ذلك في الخصوبة.
- ٥ - تناول الأطعمة الصحية ، ومنها المواد الغذائية الحاوية على الدهون غير المشبعة ، وتناول الخضروات والأسماك وتقليل تناول اللحوم الأخرى.
- ٦ - تناول النساء لحامض الفوليك.
- ٧ - الحرص على تنظيم ساعات النوم.
- ٨ - تجنّب التعرّض للمواد الخطيرة بشكل عام.

- ٩ - تجنب التعرّض للحرارة عند الرجال كالجُلوس في حوض ماء ساخن أو وضع الحاسوب المحمول بالقرب من الصفن Scrotum ؛ لتجنب تأثيرها في عدد الحيوانات المنويّة ونشاطها.
- ١٠ - إجراء فحوصات منتظمة للاطمئنان على الصّحة بشكل عام.

الأمراض الجنسيّة والصّحة الإنجابيّة:

تؤدّي الأمراض الجنسيّة آثاراً سلبية كبيرة في حدوث أمراض تحول دون تحقيق الصّحة الإنجابيّة لكلا الزوجين. والأمراض الجنسيّة هي الأمراض التي تنتقل بفعل الاتّصال الجنسي وذلك عن البكتيريا أو الفيروسات أو الطفيليات، وقد تنتقل العدوى من شخص لآخر عن طريق الدم أو السائل المنوي أو الإفرازات المهبليّة، وقد تنتقل أحياناً عن طريق الحمل والولادة إلى الرّضّع، وقد تؤثر جميع هذه الأمراض بشكل أو بآخر في الصّحة الإنجابيّة للذكور والإناث.

الوقاية من الأمراض الجنسيّة:

هناك كثير من الطرق لتجنّب الإصابة بالأمراض المنقولة جنسيّاً نذكر منها ما يأتي :

- ١ - تجنّب ممارسة الجنس مع الشخص المصاب.
- ٢ - استعمال الواقي الذكري في أثناء الممارسة الحميميّة.
- ٣ - تجنّب مشاركة استعمال المناشف والملابس الداخليّة.
- ٤ - الحفاظ على نظافة المنطقة التناسليّة.
- ٥ - مراجعة الطبيب عند ظهور أي أعراض للمرض.

- ٦ - التطعيم ضد الأمراض الجنسية.
- ٧ - الابتعاد عن الممارسات الجنسية غير الشرعية.
- ٨ - الحفاظ على النظافة الشخصية.



الفصل الثاني

صحة الذكور

تركيب الجهاز التناسلي الذكري

يتكوّن الجهاز التناسلي الذكري للإنسان من أعضاء خارجيّة وأخرى داخلية وذلك على الوجه الآتي :

أ- أعضاء الجهاز التناسلي الذكري الخارجيّة :

وتشمل ما يأتي :

١ - القضيب :

وهو العضو التناسلي الذكري ، ويتكوّن من ثلاثة أجزاء هي الجذر والجسم ورأس القضيب ، التي تحتوي على فتحة الاحليل والتي يخرج منها البول والسائل المنوي.

ويحتوي القضيب على العديد من النهايات الحسيّة العصبية ، ويتّسم جلده بأنّه رخو ومرن مما يسمح بالتغيّرات في حجمه في أثناء الانتصاب.

٢ - كيس الصفن :

وهو كيس جلدي رخو يشبه الجراب يتدلى خلف القضيب ويحمل الخصيتين ، ويعمل كيس الصفن على حماية الخصيتين ويوفر لهما درجة الحرارة المناسبة لنمو الحيامن بداخلهما.

٣ - الخصيتان :

وهي عضو مزدوج بيضاوي الشكل يوجد داخل كيس الصفن ، وتتكوّن الخصيتان من مجموعة من الأنابيب تسمّى بالأنابيب المنويّة التي تتكون بداخلها الحيامن.

وتعدّ الخصية المحور الأساس لوظيفة الجهاز التناسلي الذكري فهي مسؤولة عن إنتاج الحيوانات المنويّة ، والهرمون الجنسي الذكري (التستوستيرون).

٤ - البربخ :

وهو أنبوب طويل ملفوف يقع على الجانب الخلفي من كل خصية ، يعدّ البربخ مسؤولاً عن إنضاج الحيامن وتخزينها إلى حين خروجها من الأسهر بفعل الانقباضات في أثناء الإثارة الجنسيّة.

ب - أعضاء الجهاز التناسلي الذكري الداخليّة :

وتتألف من :

١ - الأسهر :

هو أنبوب عضلي طويل يمتد من البربخ إلى تجويف الحوض وصولاً إلى خلف المثانة مباشرة ، ويعمل على نقل الحيامن الناضجة إلى الإحليل استعداداً للقذف.

٢ - القنوات القاذفة :

وتتألف من اتّحاد الأسهر وقنوات الحويصلات المنويّة ، وتمرّ كلّ قناة عبر غدة البروستات وتفرغ في مجرى البول.

٣ - الإحليل :

وهو القناة التي تنقل السائل المنوي والبول إلى خارج الجسم. ويحضر تدفق البول في أثناء الانتصاب ، من مجرى البول مما يسمح لإنزال السائل المنوي فقط.

٤ - الحويصلات المنوية:

وهي حويصلات تشبه الكيس وترتبط بالأسهر وذلك بالقرب من قاعدة المثانة. وتفرز جزءاً من السائل المنوي الذي يغذي الحيامن ويسهل حركتها خلال انتقالها من البربخ إلى الإحليل.

٥ - غدة البروستات:

وهي غدة بحجم الجوز تقع أسفل المثانة البولية وأمام المستقيم، وتفرز الجزء الآخر من السائل المنوي الذي يشكل بيئة مناسبة لحياة الحيامن ونشاطها.

٦ - الغدد البصلية الإحليلية أو (غدة كوبر):

وهي بحجم حبة البزاليا تقع على جوانب مجرى البول أسفل غدة البروستات، تفرز هذه الغدد سائلاً زلقاً يفرغ في مجرى البول لتزليقه ومعادلة حموضته؛ بسبب قطرات البول المتبقية في مجرى البول قبل خروج السائل المنوي.

وظائف الجهاز التناسلي الذكري:

يعدّ هذا الجهاز مسؤولاً عن التكاثر في الإنسان؛ من أجل بقاء النوع الواحد واستمرار الحياة، وفيما يأتي أبرز وظائف هذا الجهاز:

١ - تكوين الحيوانات المنوية والسائل المنوي أو ما يُعرف بالانطاف Spermatogenesis أو نشأة النطف، وهي عملية تحدث داخل الأنابيب المنوية للخصية.

وتبدأ هذه العملية عند البلوغ، إذ تمرّ الخلايا الجرثومية المعروفة بسليفات النطف Spermatogonia بسلسلة من الانقسامات الخيطية لتكوين الخلايا النطفية الأولية Primary spermatocytes التي تعاني من

انقسام اختزالي منصفة بذلك أعداد الكروموسومات لتتحول إلى ما يُعرف بالخلايا النطفية الثانوية Secondary spermatocytes. وتنقسم هذه الأخيرة انقسامًا اختزاليًا ثانيًا لتكوين ما يُعرف بـ (أرومات النطف) أو (السيروماتيدات) Spermatids. ولوحظ أنَّ هذه الآلية تستغرق بأكملها حوالي (٧٤) يومًا لتكوين نقطة ناضجة.

- ٢ - إنتاج وإفراز الهرمونات الجنسية الذكرية المسؤولة عن تكوين ونمو الأعضاء الجنسية الإضافية، وإظهار الصفات الجنسية الثانوية وذلك قبيل مرحلة البلوغ والتي تتراوح ما بين السن الثالثة عشرة والسادسة عشرة.
- ٣ - نقل الحيوانات المنوية داخل الجهاز التناسلي الأنثوي في أثناء الجماع.

أمراض ومشاكل الجهاز التناسلي الذكري:

هناك جملة من الأمراض والمشاكل التي يتعرّض لها هذا الجهاز نذكر منها ما يأتي :

- ١ - تأخر البلوغ أو البلوغ المبكر: وهذه تعتمد على منسوب الهرمونات التناسلية الذكرية في الجسم.
- ٢ - الإصابة ببعض الأمراض التناسلية المنقولة جنسيًا، ومنها السيلان والايديز والكلاميديا والهربس.
- ٣ - الإصابة بسرطان أعضاء الجهاز التناسلي الذكري كالخصية والبروستات.
- ٤ - عدم كفاية النطف من حيث العدد والنشاط.
- ٥ - الشعور بالآلام والحرقنة عند التبول.
- ٦ - عدم القدرة على الانتصاب.

٧ - القذف المبكر.

صحة الجهاز التناسلي الذكري:

لضمان صحة الجهاز التناسلي الذكري ينبغي تحقيق ما يأتي :

- ١ - اتباع نظام غذائي جيد ومتوازن والمحافظة على نمط حياة صحي سليم.
- ٢ - الخضوع للفحوصات الروتينية المنتظمة ؛ بغية اكتشاف الأمراض مبكراً.
- ٣ - الإقلاع عن التدخين.
- ٤ - عدم ارتداء الملابس الضيقة.
- ٥ - العناية بنظافة الملابس الداخلية.
- ٦ - وقاية الجهاز التناسلي الذكري من الأمراض المرتبطة به.
- ٧ - ضرورة الاستحمام بشكل منتظم.
- ٨ - العناية بصحة البروستات.
- ٩ - العناية بصحة ونظافة الأعضاء التناسلية وسلامتها.
- ١٠ - ممارسة الرياضة بانتظام ؛ لأنَّ النشاط البدني المعتدل يقلل من فرص الإصابة بالضعف الجنسي.
- ١١ - تقليل الإصابة بمرض السكري أو أمراض القلب ؛ لأنَّ كلاهما يمكن أنْ يسبب الضعف الجنسي.
- ١٢ - عدم حبس البول.
- ١٣ - المحافظة على الوزن الصحي الطبيعي للجسم.
- ١٤ - الابتعاد عن التوتر والقلق ؛ لأنَّهما يؤثران في الأداء الجنسي.

الصحة الإنجابية للذكور:

يمكن أن ترتبط الصحة الإنجابية لدى الرجال بمشكلات صحية أساسية كبيرة، وعلى الذكور حماية صحتهم الإنجابية ليمتد ذلك إلى حماية الصحة الإنجابية للإناث.

ولتحقيق الصحة الإنجابية للذكور لا بدّ من توفر المعلومات الآتية:

- ١ - التعريف بأجزاء الجهاز التناسلي الذكري من الناحيتين التركيبية والوظيفية والوقوف على سلامتهما.
- ٢ - معرفة كيفية تطهير المنطقة والحرص على النظافة الشخصية المعبرة عن العناية بصحة الجهاز التناسلي.
- ٣ - معرفة الطرق الصحيحة لممارسة الجنس الآمن.
- ٤ - الوقوف على طرق الحماية من الأمراض المنقولة جنسياً ومعرفة أعراض هذه الأمراض.
- ٥ - مراجعة الطبيب بشكل دوري للوقوف على سلامة الجهاز التناسلي. ويجب الوقوف على جملة من الظروف المناسبة لتحقيق الصحة الإنجابية للذكور، نذكر منها ما يأتي:

- ١ - معرفة الحالات الوراثية المرتبطة بصحة الذكور.
- ٢ - الوقوف على اختلال التوازن الهرموني.
- ٣ - معرفة الالتهابات.
- ٤ - الابتعاد عن الإصابات الجسمية المختلفة.
- ٥ - العناية بالنظام الغذائي للفرد بالشكل الذي يساهم في تحقيق الصحة الذكورية، عن طريق الحفاظ على الوزن الصحي للجسم، إذ لوحظ أنّ

زيادة مؤشر كتلة الجسم تكون ذات صلة وثيقة بعدد الحيوانات المنوية وحركتها.

- ٦ - الابتعاد عن تعاطي المخدرات.
- ٧ - ممارسة الرياضة الطبيعية الضرورية للوقوف على صحة ذكورية سليمة.
- ٨ - العمل على الاسترخاء وتجنب التوتر والقلق.

تأثير الحيض على الرجل:

إلى جانب تأثيرات الحيض في المرأة، فإنه يؤثر في الرجل أيضاً وذلك عند قيامه بالجماع في أثناء الدورة الشهرية فيؤدي إلى انتشار العدوى إلى الرجل عند وجود التهاب في مهبل المرأة الحائض مثلاً. ويعدّ خطر انتقال العدوى المنقولة جنسياً، ومنها التهاب الكبد وفيروس نقص المناعة البشرية (الايدز) من أبرز أضرار الجماع وقت الحيض.

الأغذية المفيدة للجهاز التناسلي الذكري:

من أقوال النبي محمد ﷺ عن الأغذية وفائدها للإنسان قال عن البطيخ مثلاً: " عليكم بالبطيخ فإن فيه عشر خصال هو طعام، وشراب، وأشنان، وريحان، ويغسل المثانة، ويغسل البطن، ويكثر ماء الظهر، ويزيد في الجماع، ويقطع البرودة، وينقي البشرة " ^(١).

(١) طب النبي: المستغفري، ص ٨.

وعن البقوليات والبصل قال ﷺ: " إذا دخلتم بلدا فكلوا من بقله أو بصله يطرد عنكم داؤه ويُذهب بالنصب ويشد العصب ويزيد في الباه ويذهب بالحمى " (١).

أشار الإمام علي عليه السلام في كثير من حكمه وخطاباته ووصاياه إلى أهمية الأغذية على اختلاف أنواعها لعمل الجهاز التناسلي لدى الذكور، وقد أشرنا إلى ذلك بصورة مفصلة في الفصول الخاصة بالجزء الثاني من هذه الموسوعة. وسنشير هنا إلى أهمية هذه الأغذية لتكوين وعمل الجهاز التناسلي الذكري وذلك على الوجه الآتي :

التفاح

وعنه قال الإمام علي عليه السلام: " كُلُّ التفاح فإنه يطفئ الحرارة ويبرد الجوف، ويُذهب الحمى " (٢).

ومن فوائده نذكر ما يأتي :

- ١ - يساعد على تحفيز الخصيتين لزيادة إنتاج الحيوانات المنوية وزيادة سرعتها وقدرتها على التخصيب.
- ٢ - يؤدي إلى تقوية الانتصاب ومعالجة العجز الجنسي.
- ٣ - يعمل على تأخير القذف المنوي.
- ٤ - يساعد على تحسين الخصوبة لدى الرجال عن طريق زيادة عدد الحيامن والتأثير الإيجابي في حركتها.

(١) طب النبي : المستغفري، ص ٨.

(٢) الوسائل : العاملي، ج ٣، ص ٣٠.

٥ - يُعدّ مدرّاً للبول ومنظفاً للمجري البوليّة.

السفرجل

وعنه قال الإمام علي عليه السلام: "أكل السفرجل يزيد في قوة الرجل ويذهب بضعفه" ^(١).

ومن فوائده أنّه يُعدّ منشطاً جنسياً لكلا الجنسين، ويدعم وظيفة الجهاز المناعي.

الكمثرى

قال الإمام علي عليه السلام، عنه: "الكمثرى يجلو القلب ويسكن أوجاع الجوف" ^(٢).

ومن فوائده:

١ - يفيد في علاج اضطرابات المجري البوليّة ومكافحة التهاباتها.

٢ - يعمل بشكل عامّ في تعزيز المناعة.

٣ - أمّا أزهاره فتفيد في إدرار البول.

الحمضيات

وهي غنية بفيتامين C تعمل كمضادات للأكسدة فتؤثر تأثيراً إيجابياً في صحّة النطف.

(١) طب الائمة لابني بسطام: ص ١٣٦.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٦٨.

الرمان

قال الإمام عليه السلام عنه : " كلوا الرمان بشحمه ، فإنه دباغ للمعدة " ^(١) .

ومن فوائده نذكر ما يأتي :

- ١ - يعزّز تدفق الدم ، ويقلّل من الالتهابات في الجسم مما يساعد على زيادة منسوب هرمون التستوستيرون.
- ٢ - يفيد الرمان في ضبط مستويات السكر في الدم الأمر الذي يساعد في تحسين الأداء الجنسي والانتصاب.
- ٣ - يعمل على وقاية أمراض القلب والأوعية الدموية.
- ٤ - يزود الجسم بمضادات الأكسدة ، ومنها الفلافونويد التي تؤدي أثراً في حماية الخلايا من التلف والإجهاد التأكسدي ومنع الأمراض الالتهابية التي قد تؤثر في الصحة الجنسية.
- ٥ - يفيد في صحّة الخصية بالعمل على تحسين إنتاج الحيوانات المنوية.

التين

وعن التين قال الإمام علي عليه السلام : " أكل التين يلين السدد ، وهو نافع

لرياح القولنج ، فأكثروا منه بالنهار واكلوه بالليل ولا تكثرُوا منه " ^(٢) .

ومن فوائد التين أن تناوله يؤدي إلى :

- ١ - زيادة مقدار هرمون التستوستيرون لدى الرجال.
- ٢ - منع الإصابة بسرطان البروستات.

(١) الكافي : الكليني ، ج ٦ ، ص ٣٠٦ .

(٢) طب الائمة لابني بسطام : ص ١٣٧ .

الزيتون وزيت الزيتون

للزيتون وزيت الزيتون فوائد كثيرة للحفاظ على صحة الجهاز التناسلي الذكري نذكر منها ما يأتي :

- ١ - يفيد في تحقيق الصحة الجنسية لدى الرجال ، ومنها المعاناة من الانتصاب وضعف القدرة الجنسية.
- ٢ - يحفز إنتاج الحيوانات المنوية وتقوية حركتها بالجسم.
- ٣ - يفيد في علاج سرعة القذف.

الزبيب

قال الإمام علي عليه السلام : "إحدى وعشرون زبينة حمراء في كل يوم على الريق تدفع جميع الأمراض إلا مرض الموت" ^(١).
ومن فوائده :

- ١ - يحافظ على وجود الحيامن وتحسين حركتها.
- ٢ - يُعد علاجاً فعالاً لضعف الانتصاب.
- ٣ - يحفز النشاط الجنسي لدى الرجال ويطيل من مدة الجماع.
- ٤ - يعزز من صحة البروستات ، لاحتوائه على فيتامين A.

العنب

قال عنه الإمام علي عليه السلام : " العنب إدام ، وفاكهة ، وطعام ، وحلواء" ^(٢).

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٥٢.

(٢) مستدرك الوسائل: النوري، ج ١٦، ص ٣٩٢.

ومن فوائده :

- ١ - بسبب احتوائه على الـ " ريسفيراتول " ، يعدّ واحداً من مضادات الأكسدة القويّة التي تقلّل من الالتهاب والإجهاد التأكسدي في الجسم.
- ٢ - يقوّي الانتصاب.
- ٣ - يعمل على إنتاج التستوستيرون وتحسين الصحّة العامّة.

التمر

قال الإمام علي عليه السلام : " كلوا التمر فإنّ فيه شفاء من الأدوية " (١).

ومن فوائده نذكر ما يأتي :

- ١ - يفيد في عمليّة تكوين الحيامن ؛ لاحتوائه على الحامض الأميني المعروف بالارجنين.
- ٢ - يفيد في معالجة اضطراب المجاري البوليّة وإدرار البول.
- ٣ - يهدئ الأعصاب وينفع في حالات القلق العصبي.
- ٤ - يؤخّر مظاهر الشيخوخة.

البطيخ

وقال الإمام علي عليه السلام : " البطيخ شحمة الأرض ، لا داء ولا غائلة

فيه " (٢).

ويعدّ نافعا في أداء الوظائف الآتية :

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٢٦.

(٢) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ١٨٥.

- ١ - يؤدي إلى زيادة تحسين ضعف الانتصاب وتقوية الجماع.
- ٢ - يفيد في معالجة الضعف الجنسي بشكل عام.
- ٣ - يعدّ مدراً للبول.

اليقطين

قال الإمام علي عليه السلام عن اليقطين: "كلوا الدبا"^(١) فإنه يزيد في الدماغ وكان رسول الله يعجبه الدباء"^(٢).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - الإقلال من خطر الإصابة بالعقم لدى الرجال بشكل عام.
- ٢ - إسهام بذوره في تحسين جودة الحيوانات المنوية.

الجزر

أمّا عن الجزر، فقال الإمام علي عليه السلام: "الجزر أمان من القولنج والبواسير ويعين على الجماع"^(٣).

ويعمل على:

- ١ - تحسين الحال الصحيّة العامّة للنظف والعمل على منع تليف الحيوانات المنويّة (النطف).
- ٢ - معالجة ضعف الانتصاب.

(١) المقصود بالدبا أو الدباء القرع أو اليقطين.

(٢) موسوعة الأحاديث الطبية: الريشهري، ج ٢، ص ٦٣٧.

(٣) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ٢١١.

٣ - المحافظة على صحّة البروستات.

الطماطم

وهي من الأطعمة المفيدة للخصوبة ؛ لاحتوائها على فيتامينات A و C وعلى مادة الليكوبين ، وتؤثر إيجابياً في عدد الحيامن وحركتها.

الماش

قيل إنّ رجلاً شكّا إلى الإمام عليّ عليه السلام البهق ، فأمره أن يطبخ الماش ويتحساه ، ويجعله في طعامه " (١) .
ويعمل الماش على زيادة الخصوبة لدى الرجال.

الثوم

وعن الثوم ، قال أمير المؤمنين عليّ عليه السلام : " قال رسول الله ﷺ : كلوا الثوم وتداؤوا به ، فإنّ فيه شفاء من سبعين داء " (٢) .
ويفيد في :

- ١ - زيادة قوّة الانتصاب وتأخير القذف.
- ٢ - سلامة تدفقّ الدم للعضو الذكري.
- ٣ - تحسين الصحّة الجنسيّة للرجال.
- ٤ - تسهيل إدرار البول.

(١) الكافي : الكليني ، ج ٦ ، ص ٣٤٤.

(٢) مستدرك الوسائل : النوري ، ج ١٦ ، ص ٤٣٣.

البصل

قال الإمام عليّ عليه السلام: " البصل يذهب بالنصب ويشد العصب ويزيد في الماء ويزيد في الخطي ويذهب بالحمى " ^(١).

وقال عليّ عليه السلام: " البصل يطيب الفم ويشد الظهر ويشد البشرة " ^(٢).

ويؤدّي البصل فوائد كثيرة نذكر منها ما يأتي:

- ١ - يزيد من مستوى هرمون الذكورة المعروف بالتستوستيرون.
- ٢ - يزيد من الرغبة الجنسية.
- ٣ - يعزز صحّة الأعضاء التناسلية.
- ٤ - يعالج البصل الأخضر، على وجه الخصوص، ضعف الانتصاب؛ لاحتوائه على الفلافونويدات.

الفجل

قال عنه الإمام علي عليه السلام: " الفجل أصله يقطع البلغم، ويهضم الطعام، ورقه يحدر البول " ^(٣).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - مفيد للتحكم بإدرار البول.
- ٢ - يمنع التهاب الكلى والمسالك البولية.

(١) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ١٨٢.

(٢) نفس المصدر.

(٣) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ح ٢، ص ٢٣١.

الجوز

قال عنه الإمام عليه السلام: " أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر في الجوف ويهيج القروح في الجسد، وأكله في الشتاء يسخن الكلتيين ويدفع البرد " (١).

ومن فوائده:

- ١ - له قوة كبيرة في زيادة الخصوبة ؛ لاحتوائه على الأحماض الدهنية أوميغا - ٣ المعروفة بتعزيز التبويض وصحة الحيامن.
- ٢ - يحتوي على فيتامين E بوصفه مادة مضادة للأكسدة.

العدس

قال الإمام علي عليه السلام، عن العدس: " أكل العدس يرق القلب ويسرع الدمعة " (٢).

يحتوي العدس على مركب السبرميدين، وهو أحد أنواع البوليأمينات وحامض الفوليك، وقد لوحظ أنَّ ارتفاع مستويات حامض الفوليك يساعد على زيادة نسب نجاح التلقيح داخل الرحم عند النساء. وأنَّه يحسِّن من عدد ونوعية الحيامن عند الرجال، وقد يزوّد العدس الجسم بالبروتين النباتي أيضاً، وهو أفضل من البروتين الحيواني للخصوبة.

(١) المصدر نفسه، ج ٦٣، ص ١٩٨.

(٢) الكافي: الكليني، ج ٦، ص ٣٤٣.

أطعمة أخرى تحسن الصحة الإنجابية

ومن ناحية أخرى هناك عناصر غذائية توجد في العديد من الأطعمة ، تعدّ ضرورية في تحسين خصائص السائل المنوي نذكر منها ما يأتي :

١ - الزنك Zink :

وهو من أهم المواد المتعلقة بالخصوبة والإنتاج السليم للحيامن ، يوجد في اللحوم الحمراء والكبد والبيض واللبن والمحار ، ويوجد في العدس والبازلاء والفاصولياء والبقول.

٢ - السيلينيوم Selenium :

وبعدّ من أهم العوامل المضادة للأكسدة ، يحافظ على إنتاج الحيامن ، إذ يحمي الحامض النووي التأكسدي لخلايا الحيوانات المنوية البشرية. ويمكن الحصول عليه من اللحوم الحمراء والدجاج والتونة والزبدة والقمح وبذور السمسم.

٣ - الكارنتين Carnitine :

يوجد في الطماطم والجريب فوت ، ويعمل على زيادة الحيامن والخصوبة.

٤ - فيتامين B :

ويوجد في الأطعمة الغنية بالبروتين كالأسمك والدواجن ومنتجات الألبان والبيض والخضروات الورقية والفاصولياء والبازلاء ، ويؤثر تأثيراً كبيراً في الحياة الجنسية والخصوبة للفرد.

٥ - فيتامين C :

يعمل مضاداً للأكسدة ويزيد من عدد الحيامن وحركتها ، ويوجد في عصائر الليمون والبرتقال.

٦ - فيتامين - E:

ويعمل على تجاوز كلّ من حركة الحيامن ونقصان عددها.



الفصل الثالث

صحة الإنثاء

تركيب الجهاز التناسلي الأنثوي

يتكوّن هذا الجهاز من أعضاء تناسليّة خارجيّة وأخرى داخلية، وهي على الوجه الآتي :

أ- أعضاء الجهاز التناسلي الأنثوي الخارجيّة :

وتسمّى بالفرج وهي تتألف من الأجزاء الآتية :

١ - العانة :

منطقة مستديرة تحتوي على أنسجة دهنيّة تغطي عظم العانة، وتغطّي هذه المنطقة بالشعر عند البلوغ، وتحتوي على غدد دهنيّة تقوم بإفراز العديد من المواد.

٢ - الشفرين الكبيرين :

وهي طيّات من الجلد تحيط بالأعضاء التناسليّة الخارجيّة وتحميها، وتحتوي على غدد لإفراز العرق والدهون.

٣ - الشفرين الصغيرين :

وهما طيّات أصغر من الجلد تقع داخل الشفرين الكبيرين وتحيط بفتحة المهبل والاحليل (مجرى البول).

٤ - دهليز المهبل :

منطقة واقعة بين الشفرين الصغيرين تحتوي على فتحة المهبل والإحليل.

٢ - البظر :

وهو عضو حسّي يقع في الجزء العلوي من الشفرين الصغيرين.

غدد بارثولين :

وهي غدد تناسلية مدوّرة شديدة الصغر ملحقة عند المرأة وتقع على جانبي فتحة المهبل وبالتحديد في الجزء الخارجي من الأعضاء التناسلية الأنثوية ، ووظيفة هذه الغدد فرز سائل مخاطي يعمل على ترطيب المهبل.

غدد سكين :

وهما غدتان تقعان في الطرف السفلي من مجرى البول عند الإناث وذلك على جانبي فتحة المهبل ، وتؤدي هذه الغدد أثراً مهماً في الإثارة الجنسية ، وتعمل على ترطيب المهبل في أثناء الجماع وحمايته من الالتهابات ، وبذلك فإنّها تؤدي أثراً بالغ الأهمية في الصحة الجنسية وصحة الجهاز البولي.

ب - أعضاء الجهاز التناسلي الأنثوي الداخلية :

وتتألف من :

١ - المهبل :

وهي قناة عضلية يمكن أن تتمدد وتقلص ، تصل بين عنق الرحم وخارج الجسم ، يبلغ طولها من (٨) إلى (١٢) سم ، وتغطى فتحة المهبل جزئياً بقطعة رقيقة من النسيج يسمى غشاء البكارة.

٢ - الرحم :

وهو عضو مجوف كمثري الشكل ينقسم إلى قسمين هما :

أ - عنق الرحم :

وهو الجزء السفلي الذي يفتح بالمهبل ، ويحتوي العنق على قناة تسمح للحيوانات المنوية بالدخول ، ويخرج دم الحيض عن طريقها.

ب - جسم الرحم :

جسم عضلي مرن قادر على التمدد والانساع ؛ لاستيعاب الجنين طيلة مدة الحمل والمساعدة على دفع الطفل إلى خارج الجسم في أثناء الولادة ، وأنه يتكوّن من بطانة داخلية سميكة وغنية بالأوعية الدموية. ويبلغ طول الرحم لدى المرأة غير الحامل (٧.٥) سم وعرضه حوالي (٥) سم.

ج - قناة فالوب :

وهي عبارة عن انبوين تمر عبرهما البويضات في رحلتها من المبيض إلى الرحم ، ويبلغ طول كل منها (١٢) سم ، والقناة هذه هي الجزء الخاص من الجهاز التناسلي الذي يحدث فيه إخصاب البويضة بواسطة الحيامن ، ثم تنتقل البويضة الملقحة (المخصبة) إلى الرحم لتُغرس في بطانته.

د - المبيضان :

غدتان صغيرتان يبضاويتان تقعان على جانبي الرحم ، يعمل المبيض على إنتاج البويضات والهرمونات الأنثوية كالاستروجين والبروجستيرون.

وظائف الجهاز التناسلي الأنثوي :

يؤدي الجهاز التناسلي الأنثوي أثراً مهماً في عمليتي البلوغ والتكاثر ، وتتضمن وظائفه ما يأتي :

- ١ - إفراز الهرمونات الجنسية الأنثوية ، ومنها الاستروجين والبروجستيرون لتنظيم الدورة الشهرية والحمل.
- ٢ - تكوين البويضات داخل المبيض وذلك على وفق آلية الانقسام الخلوي الاختزالي المعروفة ، وتهيئة الظروف المناسبة لها.

- ٣ - توفير البيئة المناسبة لنمو البويضات المخصبة في أثناء الحمل وذلك في داخل كل من المبيض والرحم.
- ٤ - تعمل على تمكين الحيوانات المنوية من دخول الجسم.
- ٥ - تسهيل المخاض والولادة.
- ٦ - وتعمل على حماية الأعضاء التناسلية الداخلية من العدوى.

الدورة الشهرية:

وهي سلسلة من التغيرات التي يمرّ بها جسم الأنثى شهرياً للإعداد للحمل. والجدير بالذكر أنّ كلّ شهر ينتج أحد المبيضين بويضة واحدة، وتعرف هذه العملية بالإباضة Ovulation.

وتعرف الدورة الشهرية أنّها دورة هرمونية يمرّ بها جسم الأنثى للتحضير للحمل. وتعرف زمنياً أنّها المدة من بداية اليوم الأول لنزول دم الحيض من دورة واحدة إلى اليوم الأول من نزول دم الحيض من الدورة التالية. وغالباً ما يكون متوسط الدورة الشهرية حوالي (٢٨) يوماً. ويزداد سمك بطانة الرحم استعداداً للحمل، وعند عدم حدوث الحمل فإنّ مناسب هرمون الاستروجين وهرمون البروجسترون تبدأ بالانخفاض مما يشير إلى بدء الدورة الشهرية.

وتستمرّ مدة الدورة ما بين (٢) و (٧) أيام، ويميل تدفق الدم إلى أن يكون أكثر غزارة في اليومين الأول والثاني.

مراحل الدورة الشهرية:

هناك مراحل عدّة يحتاج جسم المرأة للمرور بها استعداداً لاحتتمالات حدوث الحمل ، إذ تتسبب التقلبات الهرمونيّة في الانتقال من مرحلة إلى أخرى. وتمثّل المراحل التي تمرّ بها الدورة الشهرية بما يأتي :

أ- مرحلة الحيض :

وتبدأ عندما لا يتم تخصيب البويضة الناتجة من الدورة الشهرية السابقة ؛ بسبب عدم حدوث الحمل وانخفاض مناسب هرموني الاستروجين والبروجسترون.

وهناك أعراض تدلّ على بدء مرحلة الحيض هي :

- التشنّجات.
- ألم في أسفل الظهر.
- طراوة الثديين.
- الشعور بالانتفاخ.
- التهيج وتقلّبات المزاج.
- الصداع.
- التعب.

ب - المرحلة الجريبية :

وتبدأ في اليوم الأول من مدّة الحيض ، أي أنّها تتزامن مع المرحلة الأولى ويحصل فيها ما يأتي :

- ١ - إفراز الهرمون المحفز للجريب (FSH) من منطقة تحت المهاد (الهيبوثلامس).

٢ - يحفز الهرمون أعلاه المبيضين لتكوين الجريبات التي تحتوي كل منها على بويضة غير ناضجة.

٣ - تنضج البويضة الأكثر صحة ويتم التخلص من الجريبات الأخرى.

٤ - يطلق الجسم هرمون الاستروجين الإضافي بعد نضج الجريب الذي يحفز تكاثف وزيادة سمك بطانة الرحم ، الأمر الذي يوفر العناصر الغذائية اللازمة للبويضة الملقحة.

ج - مرحلة التبويض :

تتميز بخروج البويضة الناضجة من المبيض إلى قناة فالوب وتوجيهها نحو الرحم لبقائها حية لحوالي (٢٤) ساعة ، وفي حال عدم التقائها بالحيوانات المنوية فستموت.

د - المرحلة الأصفرية :

وتتميز بحدوث ما يأتي :

١ - تتفجر البويضة من جرابها في أثناء مرحلة الإباضة.

٢ - يبدأ إطلاق هرمون البروجسترون إلى جانب كميات قليلة من هرمون الاستروجين ، إذ تسهم هذه الهرمونات بالحفاظ على سمك بطانة الرحم والتصاق البويضة المخصبة في البطانة.

وإذا لم يحدث الحمل ، فإن الجسم الأصفر يبدأ بالذبول إلى أن يموت ، مما يؤدي إلى انخفاض مناسب هرمون البروجسترون وسقوط بطانة الرحم الذي يشير إلى بدء مرحلة الحيض.

مشاكل الدورة الشهرية:

ومن أهم مشاكل الدورة الشهرية نذكر ما يأتي :

١ - عسر الطمث :

ويمتاز بالشعور بالألم في أثناء الدورة الشهرية.

٢ - عدم انتظام الدورة الشهرية :

ومن أسباب ذلك هو الاضطرابات في الأكل ، وحدوث مشاكل في الغدة الدرقية ، منها الإفراط في نشاطها ، وزيادة هرمون البرولاكتين ، وحدوث متلازمة تكيس المبايض.

٣ - النزيف الحاد :

وقد يكون سبب ذلك حدوث ما يأتي :

- مشاكل في التبويض.

- مشاكل بطانة الرحم.

- مشاكل الغدة الدرقية.

- مشاكل الأورام الحميدة ، أو الليفيّة الرحمية.

- تعاطي بعض الأدوية ومنها مسيلات الدم.

- اضطرابات النزيف مثل الهيموفيليا.

الحيض: Menstruation

ويسمى أيضاً بـ " الطمث " وهو نزول الدم من رحم الأنثى (أنثى الإنسان) وبعض الثدييات الأخرى ، ويحدث الحيض بشكل دوري ، إذ يتخلّص الرحم من

جداره الذي يتجدد بصورة دورية، في ضمن ما يعرف بالدورة الهرمونية التي تتراوح مدتها ما بين (٢١) و (٣٥) يوماً، أي بمتوسط (٢٨) يوماً.

وبالإجمال فإنّ الحيض يعرف أنّه نزيف شهري يستمرّ بين أربعة وستة أيام، ويتسبب عن تضخّم الغشاء المخاطي للرحم من الداخل، وأنّ سائل الحيض هو السائل الطبيعي الوحيد الذي ينزل من الرحم، ويتألف من خلايا الدم مع بعض الخلايا الجدارية والسوائل المخاطية، ويتفاوت فقدان الدم من امرأة لأخرى.

وتعدّ الدورة الشهرية طبيعية عندما يتراوح معدل فقدان الدم ما بين (٢٠) و (٦٠) ملليلتراً، وتعدّ غزيرة عندما تكون كمية الدم المفقود ما بين (٦٠) و (٨٠) ملليلتراً، وأنّ أي حيض يزيد عن تلك الكمية، يعدّ نزفاً مرضياً.

ويخضع الحيض لسيطرة الوطاء أو ما يعرف بتحت المهاد Hypothalamus. وعلى الرغم من أنّ الحيض نفسه يرتبط بالدورة الشهرية الهرمونية إلاّ أنّه غير مرتبط بالتبويض.

ويختلف سنّ بداية الحيض بشكل واسع ما بين ١١ و ١٨ عاماً من العمر، ويختلف سنّ انقطاع الحيض (اليأس) بشكل واسع أيضاً، وذلك ما بين ٤٠ عاماً و ٥٥ عاماً.

أضرار الحيض:

تحدث أعراض جانبية مختلفة في جسم المرأة في أثناء الدورة الشهرية وحصول الحيض ؛ وذلك بفعل التغيرات الهرمونية لديها فتؤثر فيها من النواحي الوظيفية الآتية :

١ - أوجاع في الثدي :

يتضخم الثدي في مدة الإباضة ولأول يومين من حصول الدورة الشهرية ؛ ويعود ذلك إلى هرمونات البرولاكتين والبروجسترون والاستروجين.

٢ - الشعور بالتعب والأرق :

ونتيجة للتغيرات الهرمونية ؛ تعاني كثير من النساء من الشعور بالتعب والأرق ؛ بسبب زيادة درجة حرارة الجسم.

٣ - الصداع :

يرتبط وجع الرأس بتغير مستويات هرمون الاستروجين عند اقتراب موعد الدورة الشهرية.

٤ - التغيرات المزاجية :

ترتبط الهرمونات بالتغيرات المزاجية ، فتشعر معظم النساء بالرغبة في البكاء والاضطراب النفسي ؛ بسبب قدوم الدورة الشهرية.

٥ - أوجاع أسفل الظهر :

لا تقتصر أوجاع الدورة الشهرية على البطن ، بل تتجاوز ذلك إلى منطقة أسفل الظهر والفخذين.

٦ - الاضطرابات الهضمية :

تتعرض الفتيات عند قدوم الدورة الشهرية لاضطرابات هضمية مختلفة ، فمنهن من يتعرضن للإمساك ، وقد تعاني بعضهن من الإسهال أيضاً.

٧ - ظهور حب الشباب :

تعاني السيدات -عموماً - ، من ظهور حب الشباب أكثر من الرجال ؛ بسبب الهرمونات.

٨ - إلى جانب ذلك هناك تأثيرات واضحة للحيض على الرجال ، كما هو الحال عند انتقال الإصابة بالإيدز من مهبل المرأة الحائض إلى الرجال عند ممارسة الجماع.

فوائد الحيض:

- وعلى الرغم من الأضرار الناجمة عن الحيض ، فإنَّ هذه الظاهرة لا تخلو من فوائد ، ومن هذه الفوائد نذكر ما يأتي :
- ١ - يساعد على إزالة الحديد الزائد من الجسم ، الأمر الذي يؤدي إلى إطالة العمر وإبطاء الشيخوخة.
 - ٢ - يساعد على تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.
 - ٣ - يقلل الحيض من وزن الجسم ، عن طريق إسهامه في ارتفاع معدلات الأيض الغذائي مما يؤدي إلى فقدان الوزن.
 - ٤ - يعدّ الحيض منظفًا طبيعيًا للجسم ، عن طريق القضاء على البكتريا الموجودة داخل الجهاز التناسلي.
 - ٥ - يقلل من ضغط الدم.

تقليل آثار الدورة الشهرية:

- وللتقليل من آثار الدورة الشهرية الضارة على الجسم ، هناك بعض النصائح وضعها المختصون للتقليل من الآثار الجانبية لتلك الدورة وأوجاعها نذكر منها ما يأتي :
- ١ - ممارسة الرياضة ولاسيّما البسيطة منها.

- ٢ - الإقلاع عن التدخين.
- ٣ - العمل على تخفيف أوجاع المعدة، بوضع وعاء دافئ على منطقة البطن.
- ٤ - الاستحمام بالماء الساخن، إذ يساعد ذلك على الاسترخاء وتقليل أوجاع الدورة الشهرية.

أمراض ومشاكل الجهاز التناسلي الأنثوي:

وبشكل عام، هناك العديد من أمراض الجهاز التناسلي الأنثوي التي قد تتعرض لها الإناث، نذكر أبرزها ما يأتي:

١ - الفيروس الحليمي:

وهو فيروس قد يصيب الجهاز التناسلي للمرأة قبل الزواج (على وجه الخصوص)، فيؤدي إلى تضخم الجلد والأغشية المخاطية، وقد يؤدي للإصابة بسرطان عنق الرحم.

٢ - تكيس المبايض:

ويعرف بمتلازمة المبيض متعدد الكيسات، وهو من أكثر الأمراض التي تؤثر في القدرة الإنجابية لدى النساء، وقد تعاني منه الفتيات قبل الزواج، ومن أهم أعراض تكيس المبايض حدوث اضطرابات في الدورة الشهرية وغازة نمو الشعر في بعض مناطق الجسم، وضعف في التبويض وفي الخصوبة بشكل عام، وظهور حب الشباب، وتقلب المزاج.

٣ - التهاب المهبل:

قد يحدث ذلك بسبب أمراض أو فيروسات أو بكتيريا تصيب المهبل.

٤ - الأمراض المنقولة جنسياً:

وهي إما أن تكون أمراضاً بكتيرية، كما هو بالنسبة لبكتيريا الكلاميديا؛ التي قد تسبب التهاباً في الحوض، مما يؤدي إلى تلف قناتي فالوب وتزيد من مخاطر الحمل خارج الرحم، وبكتيريا السيلان Gonorrhea التي تصيب المرأة لتحدث شعوراً بالحرق الشديدة وألماً عند التبول، فضلاً عن وجود آلام في منطقة البطن وأسفل الظهر، وإما تكون هذه الأمراض فيروسية كما هو في فيروس الايدز المعروف بفيروس نقص المناعة البشرية (ADIS).

٥ - الأورام الليفية الرحمية:

وهي من الأورام الحميدة التي تنمو من الخلايا التي تشكل عضلة الرحم.

٦ - سرطان الجهاز التناسلي:

ويوجد بعدة أنواع منها:

- سرطان عنق الرحم.

- سرطان الرحم.

- سرطان المبيض.

- سرطان المهبل.

- سرطان الفرج.

٧ - متلازمة آلام المثانة:

وجود ألم أو ضغط في منطقة المثانة إضافة إلى المعاناة من أعراض التهاب المسالك البولية.

٨ - فشل المبيض المبكر أو قصور المبيض :

وهو فقدان الوظيفة الطبيعية للمبيضين قبل سن الأربعين ، وفي حال فشل المبايض ، فإنّ هذه الأخيرة لا تنتج كمّيات طبيعيّة من هرمون الاستروجين المسؤول عن تحرير البويضات بانتظام مما يسبب العقم. ومن أعراض فشل المبيض عدم انتظام الدورة أو انقطاع الطمث والتعرق ليلاً ، وتقلّبات المزاج وهشاشة العظام وضمور المهبل وانخفاض الرغبة الجنسيّة.

٩ - الهرمونات :

يحتوي الجهاز التناسلي للمرأة على العديد من الهرمونات التي تعمل -مع بعضها بطرق معقّدة ومختلفة - ؛ لأداء الوظائف المرتبطة بها. وأنّ أي اختلال بمناسيب هذه الهرمونات ، يمكن أن يؤدّي إلى حدوث مشاكل عديدة منها :

- تأخر البلوغ.
- البلوغ المبكر.
- عدم انتظام الطمث.
- توقّف الطمث.
- عدم القدرة على الحمل.
- مشاكل في الحفاظ على الحمل.

صحة الجهاز التناسلي الأنثوي:

تشمل صحة الجهاز التناسلي للمرأة على عديد من الجوانب، فهي لا تقتصر على الصحة الإنجابية، بل تمتد لتشمل موضوعات أخرى منها الحيض ووسائل منع الحمل وانقطاع الطمث وصحة المهبل وصحة الثدي وغير ذلك. ويمكن اتباع العادات الصحية المناسبة للحفاظ على صحة وسلامة الجهاز التناسلي الأنثوي بشكل عام، ومن هذه العادات نذكر ما يأتي:

١ - صحة المهبل:

تعدّ صحة المهبل بوابة لصحة الجهاز التناسلي الأنثوي؛ لذلك فإنّ العناية بصحته تسهم في حلّ كثير من المشكلات التي يواجهها هذا الجهاز لدى المرأة، وللحفاظ على صحة المهبل لا بدّ من اتّخاذ ما يأتي:

- ارتداء الملابس الداخلية القطنية.

- ممارسة التمارين الرياضية.

- تجنّب تنظيف المهبل من الداخل.

- التبول بعد الجماع.

- استعمال الفوط القطنية اليومية باستمرار.

٢ - الوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً؛ إذ إنّها تعمل على تقليل معدل الخصوبة.

٣ - الإقلال من تناول اللحوم والدجاج والاستعاضة عنها بتناول الأسماك ذات المحتوى العالي من حامض الاوميغا ٣ (Omega-3)، فضلاً عن البروتينات النباتية، فقد لوحظ أنّ استهلاكها يحدّ من حصول الالتهابات في الجسم ويزيد من حدوث فرص الإباضة لدى الإناث.

- ٤ - الحرص على النوم المنتظم ؛ لأنَّ ذلك يؤثر إيجاباً في الخصوبة.
- ٥ - تناول حامض الفوليك الذي يحفز حدوث الإباضة لدى الإناث.
- ٦ - تجنّب شرب الكحوليات والتدخين.
- ٧ - تجنّب ممارسة التمارين الرياضية العنيفة ؛ لأنَّ ذلك يؤثر سلباً في عمليّة الإباضة.

الصحة الإنجابية للإناث:

تعدّ الصحة الإنجابية حقاً أساسياً من حقوق النساء ، وينبغي تهيئة البيئة المناسبة للتمتع بهذا الحقّ. وتؤكد منظمات الصحة العالمية المختلفة على العناية بالإناث منذ بلوغ مرحلة المراهقة ، ومراجعة الجهات الصحيّة للوقوف على طبيعة عمل الجهاز التناسلي في هذه المرحلة.

ولا بدّ من تمكين جميع النساء من الوقوف على مقوّمات الصحة الإنجابية الخاصة بهن ، التي تتضمن ما يأتي :

- ١ - التعريف بأعضاء الجهاز التناسلي الأنثوي من الناحيتين التركيبية والوظيفية.
- ٢ - التوعية حول الطريقة الصحيحة لممارسة الجنس الآمن.
- ٣ - حماية الجهاز التناسلي من الأمراض المنقولة جنسياً.
- ٤ - معرفة التغيّرات الهرمونية الحاصلة عبر مراحل الحياة المختلفة التي تتعلق بالطمث والخصوبة وانقطاع الطمث.
- ٥ - الوقوف على أهم الظواهر البيولوجية الحاصلة لدى الأنثى ، ومنها الحيض والحمل والولادة والرضاعة وما يتعلق بها.

- ٦ - توضيح أهمية مراجعة الطبيب بشكل دوري ؛ للكشف المبكر عن أي أمراض محتملة ، ومنها تكيس المبايض وتليف الرحم والتهاب بطانة الرحم والسرطان وغيرها وذلك لغرض العلاج.
- ٧ - التعريف بطرق تنظيم الأسرة ، وتوفير حقّ الحصول على وسائل منع الحمل المناسبة ، وحفظ حقّ المرأة في الحصول على خدمات تضمن لها الحمل الطبيعي والولادة الآمنة ، والعناية بصحة المولود الجديد.

الأغذية المفيدة للجهاز التناسلي الأنثوي:

أوصى النبي محمد ﷺ بمنع الزوجة في أسبوعها الأول من الحمل من تناول الألبان والخل والكزبرة والتفاح الحامض لتأثيرها في تأخر الإنجاب واضطرابه وعسر الولادة والإصابة ببعض الأمراض التي تؤثر سلباً في الحمل وفي الوليد^(١).

أمّا الإمام علي عليه السلام، فقد ورد في كثير من خطبه وحكمه وأقواله ما يتعلق بالأغذية الموجودة وعلاقتها بطبيعة عمل وفعالية الجهاز التناسلي الأنثوي. وقد استعرضنا في فصول الجزء الثاني من هذه الموسوعة.

ومن بين هذه العلاقات بين الأنواع المختلفة من الأغذية وعمل الجهاز التناسلي الأنثوي نذكر ما يأتي :

(١) مكارم الأخلاق: الطبرسي ، ص ٢٠٩.

التفاح

قال الإمام علي عليه السلام: "كُل التفاح فإنه يطفى الحرارة ويبرد الجوف، ويذهب الحمى" (١).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - يساعد التفاح على تقوية الرغبة الجنسية لدى السيدات؛ لاحتوائه على مادة فلوريديزين التي تعمل محفزاً طبيعياً، وهي مركب يحاكي هرمون الجنس الأنثوي المعروف بالاستراديول.
- ٢ - يعزز الجهاز المناعي للمرأة الحامل؛ لاحتوائه على فيتامين C.
- ٣ - ويؤثر تأثيراً إيجابياً في صحة الطفل في أثناء الحمل؛ بسبب احتوائه على فيتامين C أيضاً.
- ٤ - يؤدي إلى منع الإصابة بفقر الدم.
- ٥ - يقلل من خطر الإصابة بمرض سكر الحمل.
- ٦ - يساعد بشكل عام على الوقاية من أمراض الجهاز التنفسي.

السفرجل

وعنه قال النبي ﷺ: "كلوا السفرجل فإنه يجلي البصر وينبت المودة في القلب، وأطعموه حبالكم فإنه يحسن أولادكم" (٢).

(١) الوسائل: العاملي، ج ٣، ص ٣٠.

(٢) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ١٧٢.

وقال الإمام علي عليه السلام: "كُل التفاح فَإِنَّهُ يطفئ الحرارة ويبرد الجوف، ويذهب الحمى" (١).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - يشفي من سيلان المهبل.
- ٢ - يحفظ الأجنة ويمنع حدوث الإجهاض لدى النساء الحوامل.
- ٣ - يساعد الحوامل في إدارة الغثيان الناجم عن الحمل.
- ٤ - يساعد على زيادة القدرة الجنسيّة لدى النساء.

الأجاص

قال عنه الإمام علي عليه السلام: "الأجاص على الريق يسكن المرارة إلاّ أنّه يهيج الرياح" (٢).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - يعزّز هرمون الاستروجين.
- ٢ - يعدّ جزءاً من نظام غذائيّ صحيّ مناسب للحوامل.
- ٣ - يقلّل من خطر الإصابة بالسرطان.
- ٤ - يعمل علاجاً طبيعياً للأورام الليفيّة بالرحم.
- ٥ - يساعد بشكل عام بالحفاظ على صحّة الجهاز التناسلي.

(١) الوسائل: العاملي، ج ٣، ص ٣٠.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٨٩.

الحمضيات

ومنها البرتقال والجريب فروت التي تحتوي على فيتامين C ومادة البوتريسين التي تساعد على تحفيز الخصوبة لدى النساء والرجال.

التين

قال الإمام علي عليه السلام: "أكل التين يلين السدد، وهو نافع لرياح القولنج، فأكثروا منه بالنهار وكلوه بالليل ولا تكثروا منه" (١). وللتين فوائد كثيرة، منها:

- ١ - إدرار الطمث وانتظامه لدى النساء.
- ٢ - معالجة اضطراب الحيض.
- ٣ - يزيد من الجماع.
- ٤ - رفع مستوى الخصوبة.
- ٥ - تحسين صحة الرحم بشكل خاص وصحة المرأة عمومًا.

التوت

ومن فوائده أنه يعمل على تحفيز الخصوبة لدى النساء والرجال على حد سواء.

(١) طب الائمة لابني بسطام: ص ١٣٧.

الزيتون وزيت الزيتون

قال عنه الإمام علي عليه السلام: " ادهنوا بالزيت واثمدوا به فإنه دهنه الأخيار، وادام المصطفين، مُسحت بالقدس مرتين، بوركت مقبلة وبوركت مدبرة لا يضر معها داء " (١).

- ١ - تنظيم الهرمونات الجنسية.
- ٢ - وقاية الثدي والرحم من الأورام الخبيثة.
- ٣ - يعمل على ترطيب وتقوية أنسجة المهبل ولاسيما بعد انقطاع الطمث.
- ٤ - يحسن الدورة الدموية للمبايض وبطانة الرحم.

الزبيب

قال الإمام علي عليه السلام: " إحدى وعشرون زبينة حمراء في كل يوم على الريق تدفع جميع الأمراض الا مرض الموت " (٢).

من فوائد الزبيب نذكر ما يأتي:

- ١ - المساعدة على تقليل دم الدورة الشهرية التي تنزل بغزارة.
- ٢ - معالجة الأمراض والالتهابات التي تصيب الغدد التناسلية.

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٨٢.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٥٢.

التمر

قال الإمام علي عليه السلام: " ما تأكل الحامل من شيء ولا تتداوى به أفضل من الرطب " (١).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - ينبه حركة الرحم ويزيد في قوة انقباضه للمساعدة على الوضع عند الولادة الطبيعية لدى الحوامل.
- ٢ - يساعد على إيقاف نزف الدم المصاحب للولادة.
- ٣ - يقي الأم من حمى النفاس.

البطيخ

قال عنه الإمام علي عليه السلام: " البطيخ شحمة الأرض لا داء ولا غائلة فيه " (٢).

وللبطيخ فوائد كثيرة أيضاً، نذكر منها الآتي:

- ١ - يقوّي بطانة الرحم.
- ٢ - يعزّز قدرة البويضة المخصّبة على الزرع.
- ٣ - يقوّي الجهاز المناعي لدى الجنسين.
- ٤ - يزيد من الجماع.
- ٥ - يعدّ مدراً للبول.

(١) المصدر نفسه ، ج ٦٣ ، ص ١٢٨ .

(٢) مكارم الأخلاق: الطبرسي ، ص ١٨٥ .

اليقطين

قال عنه الإمام علي عليه السلام: "كلوا الدباء فنحن أهل البيت نجبه" ^(١).
والدباء هو اليقطين.

ومن فوائد بذور اليقطين أنها:

- ١ - تحتوي على كمية جيدة من الزنك، تفيد لكل من الحمل والنمو الصحي للطفل.
- ٢ - تساعد على الوقاية من هشاشة العظام لدى النساء بعد انقطاع الطمث.

الجزر

قال عنه الإمام علي عليه السلام: "الجزر أمان من القولنج والبواسير ويعين على الجماع" ^(٢).

ومن فوائده أنه:

- ١ - يزيد الرغبة الجنسية لدى النساء.
- ٢ - يعالج مشاكل الطمث.

الماش

قيل إن رجلاً شكاً إلى أمير المؤمنين عليه السلام، البهق، فأمره أن يطبخ الماش ويتحساه، ويجعله في طعامه ^(٣).
ولوحظ أن للماش فوائد كثيرة منها:

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ٢٢٧.

(٢) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ٢١١.

(٣) الكافي: الكليني، ج ٦، ص ٣٤٤.

- ١ - تخفيف آلام متلازمة ما قبل الدورة الشهرية لاحتوائه على فيتامين B₆.
- ٢ - مساعدة النساء على مقاومة الإجهاد وتقليل الشعور بالإرهاق.

العدس

- قال عنه الإمام علي عليه السلام: " أكل العدس يرق القلب ويسرع الدمعة"^(١).
- ويعدّ العدس مصدراً غنياً بالحديد والألياف ، ومن فوائده نذكر ما يأتي:
- ١ - يعمل على تحسين الخصوبة بزيادة فرص الحمل.
 - ٢ - يعمل على تحسين وظيفة الرحم والمبيض.
 - ٣ - يزيد من هرمون الاستروجين.
 - ٤ - يقلل من الشعور بالتعب.
 - ٥ - يعد غذاءً مهماً لسلامة الجهاز العصبي.

الثوم

- وعن الثوم قال أمير المؤمنين عليه السلام: " قال رسول الله ﷺ: كلوا الثوم وتداووا به ، فإنّ فيه شفاء من سبعين داء "^(٢).
- يعدّ الثوم نافعا جداً في الجوانب الآتية:
- ١ - المساعدة على علاج العقم لدى النساء عموماً.
 - ٢ - بسبب احتوائه على الاليسين ؛ فإنّه يزيد من تدفق الدم فيساعد على صحة الرحم والمبايض وزيادة قدرة الجسم على الحمل.

(١) المصدر نفسه ، ج ٦ ، ص ٣٤٣.

(٢) مستدرك الوسائل : النوري ، ج ١٦ ، ص ٤٣٣.

٣ - يقلل من أعراض التهاب بطانة الرحم.

٤ - يقلل من عسر الطمث.

٥ - يفيد في التخلص من ترهل الثديين.

البصل

قال عنه أمير المؤمنين عليه السلام : " البصل يذهب بالنصب

ويشد العصب ويزيد في الماء ويزيد في الخطي ويذهب بالحمى " ^(١).

ومن فوائده للإناث نذكر ما يأتي :

١ - يعزز الرغبة الجنسية.

٢ - يعمل على تقوية عظام الجسم.

٣ - يقاوم سرطانات المبيض والثدي.

٤ - يساعد المرأة الحامل على مقاومة بعض مضاعفات الحمل المرتبطة بارتفاع

ضغط الدم منها الولادة المبكرة.

الفجل

قال الإمام علي عليه السلام عنه : " الفجل أصله يقطع البلغم،

ويهضم الطعام، وورقه يحدر البول " ^(٢).

ومن فوائده نذكر ما يأتي :

١ - يحمي الجنين من التشوهات.

(١) مكارم الأخلاق: الطبرسي، ص ١٨٢.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، الجزء ٦٣، الحكمة ٢، ص ٢٣٠.

٢ - يساعد الحامل في حمايتها من الإمساك.

السبانخ

ويعدّ هو والخضار الورقية من المصادر الغنيّة بالحديد والفولات التي تعمل على تنظيم الدورة الشهرية وتحفيز عملية الإباضة والتخصيب داخل جسم المرأة.



وهناك أطعمة أخرى تعمل على زيادة الخصوبة عند النساء نذكر منها ما يأتي:

الكبد

يحتوي على عدد من العناصر الغذائية التي تعمل على تحفيز الخصوبة في جسم المرأة.

سمك السلمون

ويعدّ مصدراً جيّداً للأوميغا - ٣ الذي يعدّ من أكثر الزيوت الصحيّة التي تساعد على بناء الهرمونات داخل جسم المرأة وتنظيم الدورة الشهرية ، ويعدّ مهماً لصحة الدماغ.

اللبن كامل الدسم

قال عنه الإمام عليّ عليه السلام: " حسو اللبن شفاء من كل داء الا الموت " (١).

(١) الخصال: الصدوق، ص ٦٣٦.

وبسبب احتوائه على الكالسيوم والبروتينات وفيتامين D الذي يعدّ مهماً في تنظيم الدورة الشهرية وتخفيف الخصوبة ؛ فهو من الأغذية التي تزيد من الخصوبة لدى النساء.



الفصل الرابع

الحمل والولادة

الجماع Coitus

قبل الحديث عن موضوع الحمل والولادة، لا بدّ من الإشارة إلى سبب حصول هاتين الظاهرتين الحيويتين، إنّهُ موضوع الجماع وهو الظاهرة البيولوجيّة والاجتماعيّة الأساسيّة التي تؤدّي إلى تحقيقهما. وتأتي هذه كلها امتداداً لما تحدّثنا عنه في الفصل السابق عن آلية اختيار الزوجة؛ من أجل ضمان نشوء الأبناء على وفق الأسس المجتمعيّة السليمة الأمر الذي يؤدّي إلى ضمان العيش الصالح للمجتمع بأكمله عبر تعاقب الأجيال.

ويعدّ الجماع من الأمور الحياتيّة المهمّة التي تؤدّي إلى تحقيق الحفاظ على النسل، ويعدّه بعضهم واحداً من أهم أسباب الحفاظ على الصّحة.

قال تعالى: ﴿نساؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم وقدموا لأنفسكم واتقوا الله واعلموا انكم ملاقوه وبشر المؤمنين﴾^(١).

وقوله: ﴿يا أيها الناس اتقوا ربكم الذي خلقكم من نفس واحدة وخلق منها زوجها﴾^(٢).

وقوله تعالى: ﴿وان خفتم ألا تقسطوا في اليتامى فانكحوا ما طاب لكم من النساء مثنى وثلاث ورباع...﴾^(٣).

وقوله سبحانه وتعالى: ﴿ومن آياته ان خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة﴾^(٤).

(١) سورة البقرة: ٢٢٣.

(٢) سورة النساء: ٣١.

(٣) سورة النساء: ٣.

(٤) سورة الروم: ٢١.

ووردت أحاديث كثيرة للنبي محمد ﷺ عن الجماع، منها قوله: " يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم، فإنه له وجاء " (١).

وقال رسول الله ﷺ: " إذا جامع أحدكم امرأته فلا يتنح حتى تقضي حاجتها كما يجب ان يقضي حاجته " (٢).

وقال الإمام علي (عليه السلام) عن الجماع: " حياء يرتفع، وعورات تجتمع، أشبه شيء بالجنون، الإصرار عليه هرم، والإفاقة منه ندم، ثمرة حلالة الولد، ان عاش فتن، وان مات حزن " (٣).

وعن أبي عبد الله عن أبيه عليه السلام قال: " قال أمير المؤمنين عليه السلام: " من أراد البقاء ولا بقاء فليخفف الرداء وليباكر الغداء وليقل مجامعة النساء " (٤).

فوائد الجماع:

يؤدي الجماع في الأساس إلى تحقيق أمور عدة نذكر منها ما يأتي:

- ١ - الحفاظ على النسل وإدامة النوع.
- ٢ - إخراج الماء الذي يضر احتباسه واحتقانه بالبدن.
- ٣ - قضاء الوطر ونيل اللذة والتمتع.
- ٤ - ويعدّ الجماع واحداً من أسباب الحفاظ على الصحة العامة.

(١) شرح رسالة الحقوق - الإمام زين العابدين عليه السلام: القبانجي، ص ٥٢٩.

(٢) كنز العمال: الهندي، ج ١٦، ص ٣٤٤.

(٣) عيون الحكم والمواعظ: الليثي الواسطي، ص ٢٣٤.

(٤) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٥٩، ص ٢٦٢.

معوقات الجماع:

ومن بين ما يضعف الجماع نذكر المعوّقات الآتية :

- ١ - القلق.
- ٢ - تعاطي الكحول.
- ٣ - الإصابة ببعض الأمراض منها السكري.
- ٤ - المشاكل الاجتماعية.
- ٥ - المشاكل العائلية.

الأغذية النافعة للجماع:

- إلى جانب أقوال الإمام علي عليه السلام ، فقد ورد في الطب القديم كثير عن منافع المواد الغذائية للجماع ، ونذكر منها ما يأتي :
- ١ - جاء في كتاب (القانون) لابن سينا^(١) ما يأتي :
 - الجرجير : مدرّ للبول ومحرك للباه والانعاض.
 - التمر والحليب : من المقويات الجنسية.
 - البصل : مهيج للباه.
 - الجزر : يهيج الباه ويدر الطمث.
 - الحمص : يزيد في الباه.
 - الفول السوداني : يزيد في الباه ويقوي الرغبة الجنسية.
 - الحلبة مع العسل : مقوية للباه.
 - السمك : يزيد في المنى ويقوي الرغبة الجنسية.

(١) القانون في الطب : ابن سينا.

٢ - جاء في كتاب (الرحمة في الطب والحكمة) للسيوطي^(١) :

- تناول صفار البيض يهيج الجماع.

- البصل يقوّي الجماع.

٣ - وورد في كتاب (تسهيل المنافع) لأبي بكر الأزرق^(٢) أن :

- اليانسون : يحرك شهوة الجماع إذا ما دُق وشرب.

- الزعفران : يزيد في الباه عند شربه.

- اللوز : يزيد في الباه.

- العنب الحلو : ينفع للباه.

- الموز : يحرك شهوة الجماع ويزيد في المنى.

٤ - وورد في (التذكرة) لداود الأنطاكي^(٣) :

- البصل : يزيد الشهوة.

- الكرفس : يحرك الباه.

- الجرجير : يهيج الشهوة.

- الزعفران : يهيج الشهوة.

- اليانسون : يهيج الباه.

- القرنفل : يهيج الباه.

- التمر : يقوي الباه.

(١) الرحمة في الطب والحكمة : جلال الدين السيوطي.

(٢) تسهيل المنافع في الطب والحكمة : أبي بكر الأزرق.

(٣) تذكرة أولي الألباب : داود الانطاكي.

٥ - أما ابن البيطار، فقد أشار في كتابه (الجامع) ^(١) إلى أنّ الحمص يدر الطمث ويولد اللبن ويزيد الشهوة.

إنّ ما يعين على الجماع بشكل عام نذكر ما يأتي: الجزر، والتمر، والتين، والبطيخ، والبصل، والبيض، والعسل، والحليب بالعسل.

الجماع والحمل:

لتحقيق الحمل ينبغي حدوث الجماع، في مدّة الإباضة الواقعة ما بين اليومين التاسع والسادس عشر من بداية حصول الدورة الشهرية. والأيام الأكثر خصوبة هي (١٢، ١٣، و ١٤) إذا كانت الدورة منتظمة لدى المرأة، أي تتراوح ما بين (٢٨) و (٣٠) يوماً. أمّا قبل وبعد هذه المدّة فتكون نسبة الخصوبة قليلة، وبذلك فإنّ احتماليّة حدوث الحمل تكون أقل، أي أنّ أفضل وقت للجماع يكون بحوالي (١٢ - ١٤) يوماً من وقت بدء نزيف الحيض، وتعرف هذه المدّة بـ "نافذة التبويض".

وتعدّ ممارسة الجنس مرتين إلى ثلاث مرات أسبوعياً أفضل فرصة للحصول على عدد كافٍ من الحيوانات المنوية (الصحيّة).

ويمكن زيادة عدد الحيوانات المنوية وجودتها، عن طريق اتباع النصائح

الآتية:

١ - ضرورة الحصول على قسط كافٍ من الراحة والنوم.

٢ - ممارسة التمارين الرياضية.

٣ - تجنب التدخين وشرب الكحول.

(١) الجامع لمفردات الأدوية والأغذية: ابن البيطار.

- ٤ - تناول الأغذية الغنيّة بمضادات الأكسدة مثل فيتامين C و D والزنك.
- ٥ - تناول الأطعمة الغنيّة بالأحماض الدهنيّة منها أوميغا - ٣ وأوميغا - ٦.
- ٦ - التخلص من الوزن الزائد بالجسم والسمنة.

الحمل Pregnancy

يعرف الحمل أنّه مدّة حضانة الأمّ للجنين في الرحم منذ بداية تكوينه وحتى ولادته ، وتمتد مدته إلى أربعين أسبوعاً.

ويبدأ الحمل عندما يلقيح الحيوان المنوي (النطفة) البويضة بعد خروجها من المبيض إلى الرحم.

ويحدث التلقيح بفعل اندماج الحيوان المنوي مع البويضة لتكوين البويضة المخصّبة ، ثم تنتقل البويضة المخصّبة إلى أسفل الرحم ليتم انغراسها ، وتبدأ مدّة الحمل لتستمر لمدة أربعين أسبوعاً ، أي ما يعادل تسعة أشهر.

ويتضمّن حصول الحمل تحقيق ما يأتي :

- ١ - يقوم الدماغ بإنتاج الهرمونات التناسليّة التي تتحكم في وظائف المبيض.
- ٢ - نضوج البويضة في المبيض.
- ٣ - إطلاق المبيض للبويضة ، أي تحقيق الإباضة.
- ٤ - التقاط قناة فالوب للبويضة.
- ٥ - انتقال الحيمن عبر المهبل إلى الرحم.
- ٦ - تلقيح البويضة من قبل الحيمن.
- ٧ - انتقال الجنين عبر قناة فالوب إلى الرحم لزراعته في جدار الأخير.

الإخصاب:

وقبل الاستمرار بالحديث عن الحمل لا بدّ من الإشارة إلى ظاهرة الإخصاب التي تتمثل بتلقيح البويضة بواسطة النطفة، وهي ظاهرة بيولوجية مهمة جداً في خلق الوحدة الأساسية للجنين وهي البضة المخصبة الناتجة عن اتحاد النطفة مع البويضة، وهنا تحدث ظاهرة مهمة جداً وهي إعادة عدد الكروموسومات إلى طبيعته وذلك من الحال الفردية إلى الحال الزوجية (الطبيعية)، ومعنى ذلك أنّ النطفة تمرّ بانقسام اختزالي أي يتحوّل عدد الكروموسومات إلى النصف وكذا الحال بالنسبة إلى البويضة، وعند حدوث الإخصاب أي اتحاد النطفة بالبويضة تعود البضة المخصبة إلى عددها الأصلي من الكروموسومات، أي يتحوّل كلّ كروموسوم من حالته النصفية إلى حالته العددية الكاملة، وهنا يمتلك كلّ كروموسوم نصفين بما يعرف بالكروماتيد يحمل كل منهما صفات كان قد ورثها عن كل من الأب والأم، لذلك فإنّ البضة المخصبة تحتوي على العدد الكامل من الكروموسومات وتكون قد حملت صفاتها من الأبوين.

مراحل الحمل:

هناك مراحل رئيسة، تمرّ بها ظاهرة الحمل، تقسم إلى ثلاثة أثلاث من مدّته وهي على الوجه الآتي:

١ - مرحلة الثلث الأول:

وتتضمّن الأسابيع (١ - ١٢).

٢ - مرحلة الثلث الثاني من الحمل :

وتتضمّن الأسابيع (١٣ - ٢٧).

٣ - مرحلة الثلث الثالث :

وتتضمّن الأسابيع (٢٨ - ٤٠).

أمّا من الناحية التفصيليّة، فإنّ الحمل يتضمّن الأحداث الرئيسة الآتية :

- ١ - يكون الطفل في بادئ الأمر عبارة عن جنين مؤلف من طبقتين من الخلايا ستعملان على تكوين أجزاء جسمه فيما بعد.
- ٢ - يصبح الجنين بحجم حبة الفاصوليا، ويبدأ بالحركة، وتكوّن له أنسجة رقيقة من الأصابع.
- ٣ - يصبح طول الجنين (٧ - ٨) سنتيمترات، ويكون وزنه وزن نصف حبة موز، وتشكل لديه بصمات أصابع خاصّة به.
- ٤ - يصل طوله إلى (١٣) سنتيمتراً ويبلغ وزنه (١٤٠) غراماً، ويتحوّل جهازه العظمي من حال الغضروف المطاطي إلى عظام قويّة.
- ٥ - يبدأ تكوين الجفون والرموش.
- ٦ - يزداد وزن الجنين ليصل إلى ما يقرب من (٦٦٠) غراماً، وقد يصل طوله إلى (٤٠) سنتيمتراً.
- ٧ - تملّ بشرة الجنين إلى التعرّق.
- ٨ - يصل وزن الجنين إلى (٢.٢) كيلو غراماً تقريباً.
- ٩ - تنمو الرئتان ويكتمل نضجهما.
- ١٠ - يتم الاستعداد للولادة، إذ يصل طول الجنين إلى حوالي (٥١) سنتيمتراً ووزنه حوالي (٣.٤) كيلو غراماً.

وقد جاء في القرآن الكريم من آيات بيّنت تتعلّق بموضوع الحمل والعناية بالأم وجنينها، منها قوله تعالى: ﴿ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن وفصاله في عامين ان اشكر لي ولوالديك الي المصير﴾^(١). وقوله تعالى: ﴿وقد خلقنا الإنسان من سلاله من طين (١٢) ثم جعلناه نطفة في قرار مكين (١٣) ثم خلقنا النطفة علقه فخلقنا العلقه مضغة فخلقنا المضغة عظاما فكسونا العظام لحما ثم أنشأناه خلقا آخر فتبارك الله أحسن الخالقين (١٤)﴾^(٢).

وصايا للمرأة الحامل:

للحفاظ على صحّة الأم الحامل وتسهيل ولادتها ينبغي لها اتّباع الوصايا الآتية:

- ١ - المحافظة على مستوى اللياقة البدنيّة بشكل آمن.
- ٢ - تقوية عضلات البطن لدعم الرحم عند تزايد حجمه.
- ٣ - تفادي أعراض الحمل المزعجة كالآلام الظهر والإمساك.
- ٤ - زيادة الثقة بالنفس وتقليل نسبة الإصابة بالاكتئاب والقلق.
- ٥ - المساعدة على عودة الوزن إلى المعدل الطبيعي بعد الولادة.
- ٦ - المساعدة على النوم بشكل أفضل.
- ٧ - الحد من إجهاد المفاصل والعضلات.
- ٨ - تحسين الدورة الدموية في الساقين.

(١) سورة لقمان: ١٤.

(٢) سورة المؤمنون.

٩ - تقليل الثقل على الحوض.

رحم الأم الحامل:

يعدّ رحم الأم المحيط الأول الذي ينشأ فيه الإنسان، وأنّ لهذا المحيط تأثيراته المهمة على الجنين من الناحيتين الجسميّة والنفسيّة، فقد لوحظ أنّ الاضطرابات النفسيّة، ومنها القلق والخوف تترك أثرها في اضطراب الوليد عاطفياً^(١). وقد جاء في حديث الرسول الكريم ﷺ عن هذه الحقيقة بقوله: " الشقي من شقى في بطن أمه، والسعيد من سعد في بطن أمه " ^(٢).

تأثير رحم الأم على الجنين:

عندما يكون الجنين داخل الرحم، فإنّه يعتمد على أمه للتخلص من الفضلات، وذلك عبر المشيمة إلى الدورة الدموية للأمّ للتخلّص منها مع الفضلات الأخرى.

غذاء الأم الحامل:

تتناسب صحّة الجنين طردياً مع صحّة الأم، فكلّما كانت الأم سليمة من الناحيتين الجسديّة والنفسيّة كلما كانت صحّة الجنين سليمة أيضاً. ومن أجل تحقيق ذلك لا بدّ من العناية بغذاء الأم الحامل عناية كبيرة؛ لأنّ سوء التغذية والضعف الجسدي لها يؤثران سلبيّاً على صحّة الجنين؛ لذلك يجب أن يكون

(١) علم النفس التربوي: فاخر عاقل، ص (٤٦ - ٤٧).

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٣، ص ٤٤.

غذاء الأم الحامل كاملاً ومتنوعاً وكافياً ؛ حرصاً على صحتها وضماناً لصحة الجنين، وأنَّ نقص غذاء الأم وعدم اتزانها يؤدي إلى تعب الأم الحامل، وأن نقص وزن الأم الشديد في بداية الحمل وفي أثنائه قد يؤثر تأثيراً سلبياً في نمو الجنين وقد يؤدي إلى الولادة المبكرة أو الإجهاض.

وقد أشار الإمام علي عليه السلام إلى كثير من فوائد الأغذية لعمل كل من الجهاز التناسلي الأنثوي والجهاز التناسلي الذكري، والأغذية الواجب الاعتماد عليها في نشأة الجنين بصورة طبيعية^(١).

ومن بين هذه الأغذية نذكر بإيجاز ما يأتي :

السفرجل

قال عنه الإمام علي عليه السلام: " أكل السفرجل يزيد في قوة الرجل ويذهب بضعفه " ^(٢).

ومن فوائده نذكر ما يأتي :

- ١ - يحافظ على ضغط الدم لدى المرأة الحامل.
- ٢ - يساعد على تغذية الجنين وتعزيز نموه بشكل صحي وسليم.
- ٣ - يحفظ الجنين ويمنع الإجهاض لدى النساء الحوامل.
- ٤ - يساعد الحوامل في إدارة الغثيان الناجم عن الحمل وذلك بالعمل على تخفيفه.

(١) راجع الفصل السابع من الجزء الثاني والفصل الثالث من الجزء الثالث من هذا الكتاب.

(٢) طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٦.

التين

قال الإمام عليّ عليه السلام: "أكل التين يلين السدد، وهو نافع لرياح القولنج، فأكثرُوا منه بالنهار وكلّوه بالليل ولا تكثروا منه" ^(١).

ومن فوائده نذكر ما يأتي:

- ١ - يعزز من صحّة رحم الأم بشكل خاصّ وصحّة جسمها بشكل عام.
- ٢ - يعمل على تنظيم الدورة الشهرية؛ وبفعل احتوائه على نسبة جيّدة من الحديد، فإنّه يساعد على رفع مستوى الخصوبة لدى النساء إذ يؤدي أثرًا مهمًّا في تسهيل عملية التبويض.
- ٣ - يعمل على تخفيف حدة غثيان الصباح.
- ٤ - يقاوم الأمراض المنقولة جنسيًّا.
- ٥ - يعزّز الرغبة الجنسية لدى المرأة.

التمر

قال عنه الإمام عليّ عليه السلام: "كلوا التمر فإنّ فيه شفاء من الأدواء" ^(٢).

أمّا فوائده الخاصّة بالحمل والولادة فنذكر ما يأتي:

- ١ - يعمل على إيقاف النزف عند الولادة.
- ٢ - ينبّه حركة الرحم ويساعد على الوضع عند الولادة.
- ٣ - يقلّل من خطر الإصابة بتسمم الحمل.

(١) طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٧.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٢٦.

٤ - يعمل مضاداً للأكسدة ؛ لاحتوائه على مركبات الفلافونويد والفينول وفيتامينات A و C و H ، لذا فإنه يؤدي أثراً مهماً في تعزيز الخصوبة وتحسين جودة البويضة.

زيت الزيتون

ومن فوائده أنه :

- ١ - يقي الثدي والرحم من الأورام الخبيثة.
- ٢ - يساعد الجنين على النمو وذلك بفعل احتوائه على الأحماض الدهنية الصحية مثل الأوميغا - ٣.

أثر غذاء الأم في الجنين:

على الرغم من أن الأب والأم يسهمان بقدر متساوٍ في تكوين نواة البويضة المخصبة ، إلا أن الأم تؤدي أثراً أهم من أثر الأب في تكوين الجنين يتمثل بتغذيته ورعايته وهو في بطنها طيلة مدة الحمل.

العناية بالصحة النفسية للأم الحامل:

ضرورة أن يعمل الزوج على جعل الأم الحامل مطمئنة في معيشتها ومريحة البال ومستقرة من الناحية النفسية ، وأن يعمل على توفير المستلزمات الضرورية لها ، والسعي لتحسين أوضاعها المعيشية وإشباع حاجاتها المادية والنفسية ، وإذا ما أحسن التعامل معها ووفّر لها مستلزمات الحياة السعيدة ، فإن ذلك سيحسن من نفسياتها وينعكس على حياة وصحة الجنين.

الولادة Birth

قال تعالى: ﴿والله أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون﴾^(١).

والولادة هي عملية خروج الجنين الناضج القابل للحياة خارج رحم الأم، وتعرف أيضاً بالمخاض. وتعد بمنزلة عملية تنويع لفترة الحمل.

مراحل الولادة:

للولادة ثلاث مراحل هي:

١ - المخاض:

ويتمثل بمرحلتين هما:

أ- المخاض المبكر: ويمتاز بتوسع عنق الرحم وترققه.

ب - المخاض النشط: ويحدث فيه توسع أكبر لعنق الرحم يتراوح ما بين (٦ - ١٠) سنتيمترات.

٢ - ولادة الطفل:

وتُعرف أيضاً بمرحلة (خروج الجنين)، وعادةً ما تستغرق ولادة

الطفل الأول من (٨ - ١٢) ساعة، على حين تحدث ولادة الأطفال في المرات الأخرى بغضون سبع ساعات.

٣ - خروج المشيمة:

إذ لا تنتهي الولادة بخروج الجنين فقط، بل تكتمل بخروج المشيمة أيضاً.

(١) سورة النحل: ٧٨.

وهناك تقسيم آخر لمراحل الولادة تمرّ بها المرأة الحامل يتمثل بثلاث مراحل

هي :

١ - المرحلة الأولى :

وتبدأ مع بداية الولادة وتنتهي عند فتح عنق الرحم وهي أطول مرحلة من مراحل الولادة وغالباً ما تستمر لمدة (١٢ - ١٩) ساعة.

٢ - المرحلة الثانية :

تعني دفع الطفل وتوصيله إلى فتحة المهبل وهي عملية شاقّة، وفي حال ظهور الجزء العلوي من رأس الطفل بالكامل قد تقوم الطبيبة بإجراء قطع صغير يعرف بـ " بضع الفرج " للعمل على توسيع فتحة المهبل ، وقد لا تحتاج معظم النساء إلى هذا البضع ، ثم يتم قطع الحبل السري للطفل بعد إكمال الولادة.

٣ - المرحلة الثالثة :

تتضمّن إخراج المشيمة ، وتعد أقصر مرحلة ، إذ تستمر (٥ - ٣٠) دقيقة ، وفور إخراج المشيمة تنتهي مراحل الولادة.

أنواع الولادة:

إنّ الولادة هي مرحلة انتهاء الحمل ، إذ يخرج الطفل من رحم أمه عن طريق المهبل ، وعند اقتراب موعد الولادة تبدأ ظهور إشارات تدلّ على انتهاء الحمل وبدء الولادة ، فتحدث بعض التغيّرات في عنق الرحم.

والولادة نوعان هما :

١ - الولادة الطبيعيّة : وتتم بشكل طبيعي من دون الحاجة إلى عملية جراحية.

٢ - الولادة القيصرية : وهي التي تحتاج إلى عملية جراحية.

وهناك تصنيف آخر يقسم الولادة على قسمين أيضاً هما :

- ١ - الولادة الطبيعية: وقد أشرنا إلى ذلك قبل قليل على أنها ولادة تحصل بعد اكتمال مدة الجنين المقررة في داخل الرحم فيولد بصورة طبيعية، من دون الحاجة إلى أي تدخل جراحي.
 - ٢ - الولادة المبكرة: وهي الولادة التي تحصل قبل اكتمال مدة الحمل الطبيعية فيعرف الوليد عندها بالخديج.
- وأن الطبيب هو الذي يحدّد نوع الولادة؛ اعتماداً على الوضع الصحي للجنين والأم.

المولود:

يطلق اسم المولود على حديث الولادة منذ لحظة ولادته حتى بلوغه شهراً واحداً، وهناك واجبات خاصة ينبغي اتخاذها بشأن المولود الجديد نذكر منها ما يأتي :

- ١ - غسل المولود.
 - ٢ - تقييم حال الطفل الصحيّة للتأكد من مدى سلامته.
 - ٣ - اختيار الاسم:
- ينبغي اختيار الاسم المناسب للطفل؛ لأنّ لهذا الاختيار تأثيرات نفسيّة واجتماعيّة تؤدي أثراً كبيراً في حياة الطفل وفي بناء شخصيته. وفي ذلك قال النبي محمد ﷺ: " استحسنوا أسماءكم فإنكم تدعون بها يوم القيامة " ^(١).

(١) الكافي: الكليني، ج ٦، ص ١٨.

أمّا الإمام علي عليه السلام فقد قال: " وحق الولد على الوالد أن يحسن اسمه"^(١).

٤ - العناية بإرضاعه، والتأكيد على أن يكون ذلك من لبن الأم، ولا بدّ من التقيّد بأداب الإرضاع ومدّته.

٥ - العناية بالبيئة التي ينمو فيها الطفل.



وفي مجال العلاقة بين وقت الولادة وحياة الجنين، قال الإمام علي عليه السلام: " يعيش الولد لسته أشهر أو لسبعة أو لتسعة أشهر، ولا يعيش لثمانية"^(٢).

وقد أكدت الدراسات على أنّ في الأسبوع السابع والعشرين من عمر الجنين، تقوم الرئتان بإنتاج مادة تساعد الحويصلات الهوائية على الانتفاخ ليتنفس الجنين بعد الولادة، وقد عرفت هذه المادة بـ " الفاعلات بالسطح " أو " منشطات السطح " Surfactants، وجاء اسمها اللاتيني من أوائل حروف المصطلح Surface Acting Agents وهو مركّب قطبي عضوي ذو أجزاء كارهة للماء وزمرة محبة للماء.

وتعمل منشطات السطح على تقليل التوتر السطحي للسائل أو الغاز عن طريق امتصاص السطح الفاصل بين الغاز والسائل، وتقلّل التوتر الوجهي عن طريق امتصاص السطح الفاصل.

(١) شرح نهج البلاغة: الشريف الرضي - تحقيق صبحي الصالح، ص ٥٤٦.

(٢) الكافي: الكليني، ج ٦، ص ٥٢.

متلازمة الضائقة التنفسية لدى الرضع:

والجدير بالذكر إنَّ الرئة يكتمل نموها بالشهر السابع وتعود وتنغلق الفتحات في الشهر الثامن حتى تتكون منشطات السطح، وبذلك فإنَّ الجنين لا يستطيع التنفس فيؤدِّي ذلك إلى موته.

وما ينتج عن ذلك كله يُعرف بـ " متلازمة الضائقة التنفسية " Hyaline Membrane Disease وهي اضطراب تنفسي يحدث عند الخدج، إذ لا تبقى الأكياس الهوائية (الأسناخ) في رئتي حديثي الولادة مفتوحة؛ لأنَّ إنتاج المادة التي تغطي الأسناخ (الفاعل بالسطح) يكون غائباً أو غير كافٍ.

وتسمَّى حالياً باضطراب نقص فاعل السطح Surfactant Deficiency Disorder (SDD) وهي متلازمة تصيب الأطفال حديثي الولادة، ويكون سببها قصور نمائي في إنتاج الفاعل بالسطح الرئوي وعدم نضوج في تكوين الرئتين.

والضائقة التنفسية هي صعوبة التنفس. ولكي يتمكن المواليد من التنفس بسهولة يجب أن تكون الأكياس الهوائية (الأسناخ) في الرئتين قادرة على البقاء مفتوحة ومملوءة بالهواء.

وكلما كانت الولادة مبكرة كانت نسبة العامل الفاعل بالسطح قليلة، ويزداد بذلك احتمال الإصابة بمتلازمة الضائقة التنفسية بعد الولادة.

وتصيب هذه المتلازمة (١٪) من حديثي الولادة، وأنها سبب رئيس في وفيات الولادات المبكرة. وتعالج في الغالب بأن يوضع الوليد تحت التنفس الاصطناعي، ثم يعالج طبيياً محاولةً لشفائه؛ ولذلك فإنَّ الولادة في الشهر الثامن لا تعدّ آمنة، ولا سيما إذا ما حدثت قبل الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل؛

كونها تعدّ ولادة مبكرة تحمل قدراً من المخاطر على الأم والجنين. وبذلك فإنّ المولود في الشهر الثامن يعاني من مشكلات تنفسية ؛ لذلك فإنّ كثيراً منهم يوضعون تحت التنفس الاصطناعي. وكذلك يكون الطفل معرضاً للعدوى ؛ بسبب ضعف الجهاز المناعي ومشكلات أخرى منها الأنيميا (فقر الدم) ؛ لعدم اكتمال الخلايا الدموية.

خطورة الولادة بالشهر الثامن:

تكون الولادة بالشهر الثامن خطرة على الجنين ؛ لأنّ جسمه لا يكون قد تطوّر بشكل كافٍ للعيش خارج الرحم ، ويكون الأطفال المولودون في هذه المرحلة أكثر عرضة للمشاكل الصحية وتأخر النمو ، مقارنة بالأطفال الذين يكتمل تطوّرهم في الشهور الأخيرة من الحمل ، ومع ذلك فإنّ فرص البقاء على قيد الحياة والتعافي تزداد مع تقدّم العمل في مجال طبّ حديثي الولادة Neonatology. وأن نزول الجنين في الشهر الثامن من الحمل ، هو حدث نادر وعادة ما يعدّ خطيراً ، إذ يشير هذا النزول المبكر إلى وجود مشكلة في الحمل أو في عنق الرحم وهو ما يعرف بانخفاض العنق.

وأشارت تقارير منظمة الصحة العالمية إلى أنّ نمو الطفل يكون مكتملاً في الشهر الثامن من الحمل ، ما عدا جهازين اثنين هما الجهاز التنفسي وجهاز المناعة ؛ لذلك فإنّ المولود في الشهر الثامن يعاني من مشكلات في التنفس فيوضعون تحت رعاية جهاز التنفس الاصطناعي. ويكون الطفل معرضاً للعدوى بسبب ضعف الجهاز المناعي^(١).

(١) منظمة الصحة العالمية - الولادة المبكرة.

وإجمالاً فإنّ هناك تحديات يواجهها الأطفال المولودون في الشهر الثامن، تؤدّي إلى موتهم، إذا لم تتمّ المعالجة سريعاً نذكر منها ما يأتي :

١ - مشاكل الجهاز التنفسي :

على الرغم من أنّ الرئتين هما أكثر تطوراً في هذه المرحلة مقارنة بالمرحلة السابقة، إلّا أنّهما تفتقران إلى كمية كافية من مادة تعرف بالمادّة الخافضة للتوتر السطحي Surfactant، وهي المادة التي تساعد في الحفاظ على تضخم الرئتين، مما يجعل التنفّس صعباً، فتعرف هذه الحال - كما أشرنا إلى ذلك قبل قليل - بمتلازمة الضائقة التنفسية، وفي هذه الحال يتوقّف الطفل عن التنفّس بهذا الشهر، الأمر الذي يتطلّب عادة الاستعانة بجهاز التنفّس الاصطناعي أو العلاج بالأوكسجين^(١).

٢ - تنظيم درجة الحرارة :

قد يواجه الأطفال المولودون في هذه المرحلة، صعوبة الحفاظ على درجة حرارة أجسامهم ؛ لأنّ مخزون الدهون لديهم - هو الذي يساعد على تنظيم درجة الحرارة -، لا يكون مكتمل النمو. وقد يحتاجون إلى رعاية خاصّة في هذه الحال، منها استعمال الحاضنات لابقاء أجسامهم دافئة.

٣ - الغذاء والتغذية :

قد يواجه الأطفال المولودون بالشهر الثامن صعوبات في الرضاعة الطبيعية، منها عدم القدرة على تنسيق آليات المص والبلع والتنفس مما يؤدّي إلى حدوث تحديات في الرضاعة الطبيعية أو الرضاعة بالزجاجة، وقد تكون لديهم

(١) Kallapur and Jobe, (2006).

احتياجات أقل من الدهون ، الأمر الذي يتطلب توفير دعم إضافي للنمو السليم لأجسامهم.

٤ - مشاكل الجهاز المناعي :

إنَّ للأطفال الخدج أجهزة مناعية تكون أقل نضجاً مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالعدوى ؛ لذا فإنَّهم يحتاجون إلى رعاية وقائية باستعمال المضادات الحيوية وغيرها.

٥ - التطور العصبي :

يعاني الأطفال المولودون في الشهر الثامن من تأخيرات في النمو العصبي مما قد يؤثر في قوَّة العضلات وردود الأفعال.

وبشكل عامّ فإنَّه يتطلَّب إدخال المولود في الشهر الثامن وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة لمراقبة حالته وتقديم الرعاية اللازمة. ويشمل الاستشفاء وتقديم الأوكسجين والأغذية والأدوية لتحفيز نمو الرئتين ومراقبة الوقاية من العدوى.

أسباب موت الجنين :

هناك أسباب عدَّة ممكن أن تؤدِّي إلى موت الجنين في الشهر الثامن ، تشمل ما يأتي :

- ١ - التفاف الحبل السري حول العنق مما يؤدي إلى اختناقه.
- ٢ - نقص السائل الامنيوسي حول الجنين ، ويتسبَّب هذا في تأخر نمو الجنين.
- ٣ - الإصابة بعدوى فيروسية تؤثر في صحَّة الجنين.
- ٤ - وجود مشاكل في المشيمة أو الحبل السري.

- ٥ - الإصابة بتسمّم الحمل.
 - ٦ - حدوث اضطرابات التخثر في الدم.
 - ٧ - اضطراب الحال الصحيّة للأم.
 - ٨ - الإصابة بالذئبة وهو اضطراب مناعي ذاتي.
 - ٩ - الأخطاء التي تقوم بها الأم ، ومنها تناول الأدوية التي تعرّض الجنين للمخاطر.
 - ١٠ - وجود عيوب خلقية لدى الطفل.
- ولمعرفة أسباب موت الجنين في الشهر الثامن يمكن إجراء الفحوصات التي يوصي بها الطبيب. وللوقاية من موت الجنين في الحمل القادم ينصح باتّباع ما يأتي :
- ١ - المتابعة المنتظمة مع الطبيب لمراقبة الجنين والوقوف على أية مشكلة بوقت مبكر.
 - ٢ - الحفاظ على الصحّة العامّة عن طريق التغذية وتجنب العادات الخاطئة.
 - ٣ - مراجعة الطبيب عند ملاحظة أي أعراض غير طبيعيّة ، ومنها نزول الدم أو السوائل.
 - ٤ - عدم تناول أية أدوية خلال الحمل من دون استشارة الطبيب.

A decorative floral pattern in a muted green and white color scheme, featuring stylized leaves and swirling motifs, positioned on the left side of the page.

الفصل الخامس

العقم وأسبابه

العقم Infertility

توطئة:

سيدرس هذا الفصل عدداً من الموضوعات الأساسية ذات الصلة بالتناسل والعقم بشكل خاص وبالحياة الجنسية بشكل عام؛ ليكون متمماً للمضامين الأخرى من الكتاب في استعراض المفاهيم الطبية والصحية العامة المستقاة من كلام أمير المؤمنين عليه السلام.

ومن أجل تكوين صورة شاملة عن هذه الموضوعات سيأتي الحديث عنها بصورة منفصلة تارة ومتداخلة مع بعضها تارة أخرى؛ بسبب طبيعة الموضوع الذي يتم تناوله.

والعقم - بشكل عام - هو حال تصيب الجهاز التناسلي الذكري أو الأنثوي أو الاثنين معاً، وتعيق المرأة من الحمل، وهو حال لا يمكن فيها حصول الحمل وذلك بعد عام من الزواج، وتشتمل أسبابه على اضطرابات التبويض وبطانة الرحم المهاجرة وانخفاض عدد الحيوانات المنوية، أو انخفاض هرمون التستوستيرون. ويزداد خطر العقم مع التقدم بالسن.

وللإمام علي عليه السلام أقوال كثيرة في هذا المجال، فقد قال عليه السلام: "من تغير عليه ماء الظهر، فينفع له اللبن والعسل"^(١).

والمقصود بماء الظهر - هنا - المادة المسؤولة عن تحقيق الإنجاب. وأن الاختلال في مناسيب هذه المادة يؤدي إلى عدم المقدرة على تحقيق ذلك الإنجاب، ويوصي الإمام عليه السلام بتعاطي اللبن (الحليب) والعسل؛ لما فيهما من عناصر

(١) رمز الصحة: محمود ده سرخي، ص ٩٦.

غذائية ضرورية تساعد على نمو الجهاز التناسلي الذكري والأنثوي نمواً طبيعياً، وتساعد على تحسين حال الأمشاج الذكرية (النطف)، والأمشاج الأنثوية (البويضات) على حدّ سواء، وهما يساعدان أيضاً على أداء الجهازين المذكورين لوظائفهما بصورة طبيعية.

وسنشير في الفصل القابل -الخاصّ بعلم الأجنة - إلى نشأة الجنين ونموه داخل رحم الأم، وهي إشارة واضحة للدلالة على الخصوبة، أمّا نقيض الخصوبة فهو عدم القدرة على تكوين الذرية لدى المتزوجين الذي يعرف بالعقم **Sterility** أو عدم الإنجاب **Infertility**. وأنّ أسباب العقم أو عدم الإنجاب كثيرة جداً ومتشعبة، فمنها ما يتعلق بالرجل ومنها ما يتعلق بالمرأة.

أنواع العقم:

هناك ثلاثة أنواع من العقم هي:

١ - العقم الأولي:

يقصد به عدم حدوث حمل من قبل، وعدم إمكانية حدوثه بعد عام واحد، إذا كان عمر الفرد (٣٥) عاماً أو أكثر.

٢ - العقم الثانوي:

أي عدم حدوث حمل مرة أخرى بعد حصول حمل ناجح لمرة واحدة على الأقل.

٣ - العقم غير المبرر:

وفيه لم يجد اختبار الخصوبة سبباً يمنع المرأة أو الزوجين من الحمل.

أسباب العقم:

هناك جملة من الأسباب تؤدي إلى حدوث العقم لكلا الجنسين نذكر منها ما يأتي :

- ١ - العمر: يؤثر العمر وبخاصة في أواخر الثلاثينات في الخصوبة.
- ٢ - اضطرابات الأكل.
- ٣ - تناول الكحول.
- ٤ - التدخين.
- ٥ - تعاطي المخدرات.
- ٦ - التعرض للسموم البيئية، ومنها المواد الكيميائية والרصاص والمبيدات الحشرية.
- ٧ - الإفراط في ممارسة التمارين الرياضية.
- ٨ - العلاج الإشعاعي.
- ٩ - العلاج الكيميائي.
- ١٠ - الأمراض المنقولة جنسياً.
- ١١ - السمنة أو نقص الوزن.
- ١٢ - الخلل في مراكز إنتاج الهرمونات في كل من المهاد أو تحت المهاد أو الغدة النخامية.
- ١٣ - الأمراض المزمنة.

أ. أسباب العقم لدى الذكور:

للعقم أسباب كثيرة نذكر منها ما يأتي^(١):

١ - عدم قدرة الخصى على تكوين النطف الذكريّة (الحيامن) ؛ لأسباب مختلفة قد تكون تركيبية، أيّ خاصّة بتركيب النسيج الخصوي بشكل خاصّ أو ذات صلة بتركيب الجهاز التناسلي الذكري والغدد الملحقة به بشكل عام، وتعرف هذه الحال باللانطفية *Azospemia*. أو قد تكون هرمونيّة ؛ لنقص أو زيادة في الهرمونات المسؤولة عن نشأة النطاف الذكريّة كالهرمونات النخاميّة المسؤولة عن إتمام هذه العمليّة مثل الهرمون النخامي المحفز للحويصلات والمعروف بـ (FSH) والهرمون المصفر أو اللوتيني والذي يرمز له بـ (LH)، وكذلك الهرمونات الخصوية مثل الشحمون الخصوي (التستوستيرون) والانهبين.

٢ - حدوث انسداد في الحبال المنويّة، الأمر الذي يمنع خروج النطف مع السائل المنوي عند حصول القذف المنوي نحو خارج الجسم، وتعرف هذه الظاهرة بارتداد القذف.

٣ - اختفاء الخصى أو عدم نزولها إلى كيس الصفن.

٤ - قلّة حجم السائل المنوي في القذفة المنويّة الواحدة عن الحدود الطبيعيّة وهي (٢ - ٥) مل في القذفة الواحدة.

٥ - عدم كفاءة الخصى على تكوين العدد الكافي من النطف، الذي يقلّ عن ٢٠ مليون نطفة لكل مليلتر واحد من القذف المنوي، وتعرف الحال بقلّة

النطفية *Oligospermia*.

(١) راجع الفصل الثاني من هذا الكتاب.

٦ - عدم كفاءة النطف ذاتها من حيث الحركة إذ تكون أقل من ٥٠٪ منها غير فعالة بالأحوال الطبيعيّة، وهذا ما يعرف طبيّاً بوهن النطف

.Asthenospermia

٧ - أو تكون النطف مشوّهة وذلك بمقدار يزيد عن ٧٠٪، وتعرف هذه الحال بتشوّه النطف Teratospermia.

٨ - سرعة القذف :

وقد تعزى هذه السرعة إلى الأسباب الآتية :

- التهاب البروستات.

- ضعف الانتصاب.

- تناول بعض الأدوية.

- الحساسية المفرطة للذكر.

- وهناك أسباب نفسيّة تعزى إلى سوء العلاقات بين الزوجين وتباعد المدّة الزمنية بين جماع وآخر والممارسة الجنسيّة المبكرة في الصغر.

٩ - تعاطي الكحول.

١٠ - التدخين.

١١ - زيادة الوزن.

١٢ - التعرّض للسموم.

١٣ - ارتفاع درجة حرارة الخصيتين.

١٤ - التقدّم في السنّ.

ب- أسباب العقم لدى الإناث:

أما أسباب العقم لدى الإناث فنذكر منها ما يأتي:

- ١ - عدم قدرة المبيض على إنتاج البويضات بالصورة الطبيعية ؛ وذلك إما لخلل في تركيب المبايض ، وإما لخلل في المناسيب الهرمونية المسؤولة عن تكوين البويضة وخروجها من المبيض ، ويؤدي ذلك إلى الإصابة بمتلازمة المبيض المتعدد الكيسات أو قصور الغدد التناسلية.
- ٢ - الانسداد الحاصل بالجزء المعروف بالنفیر أو البوق (قناة فالوب) ، الأمر الذي يعيق قدرة البويضة على اختراق جدار الرحم ، وبذلك فإنه يعيق لقاء البويضة بالنطفة الذكرية.
- ٣ - عدم انتظام الدورة الشهرية لدى المرأة.
- ٤ - حدوث آلام شديدة في أثناء الدورة الشهرية.
- ٥ - التشوهات الخلقية في الرحم.
- ٦ - عدم المعرفة بمبادئ الثقافة الجنسية العامة ، كموعّد نزول البويضة ومواعيد الجماع الكفيلة بتحقيق الإخصاب وغيرها من الأمور ذات الصلة بالحمل.
- ٧ - نقص الوزن الشديد.
- ٨ - الإفراط في ممارسة الرياضة المكثفة.
- ٩ - اضطرابات المناعة الذاتية ، ومنها مرض هاشيموتو.
- ١٠ - التدخين وتعاطي المخدرات.



والحمل والإنجاب والولادة والرضاعة والأمومة وغيرها صفات متلازمة تعزز إحداها الأخرى لبلوغ الأهداف التي يسعى الزواج لتحقيقها، وهي بناء أسرة تكون نواة لبناء المجتمعات. ويتحقق وصف الإمام علي عليه السلام، لجلّ تلك الصفات في مقولته البليغة: "أم هذا الذي أنشأه في ظلمات الأرحام، وشغف الأستار، نطفة دهاقا، وعلقة محاقا، وجنينا وراضعا، ووليدا ويافعا"^(١).

الإنجاب: Procreation

الإنجاب ظاهرة بيولوجية تهدف إلى الحفاظ على النسل من الانقراض، وهي ظاهرة عامّة تحدث في عموم الكائنات الحيّة، ومنها الإنسان. غير أنّ في الإنسان تصاحب الإنجاب حالات اعتبارية تنسجم مع رقي الإنسان وسموه البيولوجي فتكون خاضعة لضوابط وأعراف دينية واجتماعية تنظم مسارها. والإنجاب هو مدّة حضانة الأم للجنين في الرحم من بداية تكوينه إلى تاريخ ولادته.

وهناك صعوبات في الإنجاب لها أسباب عدة منها ما يتعلق بالمرأة بنسبة ٤٠٪ ومنها ما يتعلق بالرجل بنسبة ٤٠٪ ومنها ما يتعلق بكليهما بنسبة ٢٠٪.

وقد ورد استعراض ظاهرة الإنجاب كثيراً في القرآن الكريم، منها ما جاء في قوله تعالى من سورة المؤمنون: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ ۖ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ۖ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا أَلْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا

(١) نهج البلاغة: شرح محمد عبده - تحقيق فائق محمد خليل، ص ١٢٨.

الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١﴾.

وقوله تعالى في سورة الشورى: ﴿لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنِثَاءً وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذَّكَورَ ۖ أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنِثَاءً وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ﴾ (٢).

الزواج:

لعل سيد هذه الأعراف والضوابط هو الزواج، والزواج سنة من سنن الحياة، إذ لا بد للمرأة من تحقيقه للمرور بحال الأبوة (بالنسبة للذكور) والأمومة (بالنسبة للإناث).

ولتحقيق الزواج الناجح لا بد من توفر ما يأتي:

- ١ - يتم الزواج عند سن البلوغ وما بعده بالنسبة للجنسين.
- ٢ - أهلية الزواج لدى الزوجين وذلك من نواحي مختلفة.
- ٣ - حسن اختيار الشريك، وينبغي معرفة أحدهما للآخر معرفة كافية لتجنب المفاجآت السلبية التي قد تحدث عند الزواج أو ما بعده، إذ قد يؤدي ذلك إلى فشل الزواج، ومن المؤكد أنّ لكل من الزوجين مواصفات معينة يتمناها لدى الآخر سواء كانت تلك المواصفات جسمانية أم أخلاقية أم اجتماعية أم اقتصادية أم غيرها، فعليه بالبحث عنها لتحقيق قدر كبير من مجملها إن لم

(١) سورة المؤمنون: ١٢ - ١٤.

(٢) سورة الشورى: ٤٩ - ٥٠.

نقل جميعها لتحقيق الهدف المنشود من الزواج ، وهو تحقيق الانسجام التام بين الشريكين ليؤدّي في النهاية إلى تكوين أسرة متماسكة يسودها الانسجام.

٤ - يفضّل الزواج من غير الأقارب. وقد أشار النبي الكريم ﷺ إلى ذلك بوضوح عندما قال : " اغتربوا ولا تضووا " ^(١).

وهي استعارة يراد بها نكح الغرائب وعدم نكح القرائب ، وقالت العرب قديماً : إنّ الزواج من الغرائب أنجب ، والزواج من القرائب يضوي ، أي يؤول إلى نسل ضاوٍ أو ذرية ضعيفة البنية.

وقد قال الشاعر في هذا المجال :

فتى لم تلده بنت عمٍ قريبة
فتضوي وقد يضوي رديد القرائب

وقال آخر :

وأترك بنت العم وهي قريبة
مخافة أن تضوي عليّ سليلي

فوائد الزواج :

- للزواج فوائد كثيرة ، نذكر منها ما يأتي :
- ١ - يحقق الزواج الشرعي حال من الاتّزان النفسي والاستقرار الأسري ؛ لتلبية الحاجة الغريزية للإنسان.
- ٢ - يسهم الزواج في بناء الأسرة بوصفها نواةً أساسيّةً لبناء المجتمع.

(١) المجازات النبوية : الشريف الرضي ، ص ٩٢.

- ٣ - يحافظ على النسل البشري من الانقطاع.
 - ٤ - يساعد على تحقيق سلامة النسب.
 - ٥ - يساعد الزواج الشرعي على خلق القيم النبيلة عن طريق تجسيد كل من ظواهر الأبوة والأمومة والبنوة.
 - ٦ - يقي الطرفين من انتقال الأمراض الجنسية.
 - ٧ - ويعدّ الزنا من أخطر ما يؤدي إلى هدم الحياة الزوجية من الناحيتين الأخلاقية والصحية.
- ومن أقوال الإمام علي عليه السلام عن الزنا نذكر الآتي :
- " ما زنا غيور قط " ^(١).
- و "فرض الله الايمان تطهيرا من الشرك وترك الزنا تحصينا للنسب وترك اللواط تكثيرا للنسل" ^(٢).
- وكان النبي الكريم محمد ﷺ يحث امته على الزواج بقوله: " تزوجوا فاني مكاثر بكم الأمم " ^(٣).
- وكان النبي ﷺ يوصي بتناول اللحم والبيض للمساعدة على الجماع بقوله: " اللحم والبيض يزيد في الباه " ^(٤).

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ١٩، ص ٢١١.

(٢) المصدر نفسه، ج ١٩، ص ٨٦.

(٣) الطب النبوي: ابن قيم الجوزية، ص ١٩٠.

(٤) دعائم الإسلام: القاضي المغربي، ج ٢، ص ١٠٩.

الجماع:

أمّا الجماع فهو العملية التي تؤدي إلى الإنجاب (عندما يراد ذلك)، وقد تحدّثنا عنه بإسهاب في الفصل الرابع من هذا الكتاب ^(١). فقد حظي بعناية -هو الآخر - عند الإمام علي عليه السلام، إذ قال: "إذا كان بأحدكم أوجاع في جسده وقد غلبت الحرارة عليه فعليه بالفراش" ^(٢)، وقيل للإمام الباقر عليه السلام: يا ابن رسول الله، ما معنى الفراش؟ قال: "غشيان النساء فإنّه يطفيه" ^(٣).

وقد سئل أمير المؤمنين عليه السلام عن الجماع فقال: "حياء يرتفع، وعورات تجتمع، أشبه شيء بالجنون، الإصرار عليه هرم، والإفاقة منه ندم، ثمرة حلالة الولد، إن عاش فتن، وإن مات حزن" ^(٤).

ما أجمل هذا الوصف الدقيق لظاهرة الجماع وما أبلغه، فهو حياء يرتفع بين الزوجين يصعب تحقيقه بين سواهما لما فيه من اجتماع العورات، وآلية العمل أشبه بالجنون، إذ لا يمكن القيام بها في أوقات غير أوقات الجماع.

وإنّ الإصرار علي الجماع يؤدي إلى التعب والإرهاق، أمّا الإفاقة منه فقد يولد الندم لدى بعضهم على ما كانوا عليه قبل الحال هذه، من تصرفات قد تكون غير طبيعية، والجماع الحلال، أي الحاصل بصورة شرعية، لا يتم إلا ما بين الزوجين، وسيؤول إلى الإنجاب في الأحوال الاعتيادية، وثمره ذلك الجماع

(١) انظر الصفحات (٨٧ - ٩١).

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٢، ص ٢٦٤.

(٣) الرمز الجلي: الدهسرخي، ص ٣٦.

(٤) عيون الحكم والمواعظ: الليثي الواسطي، ص ٢٣٤.

هو الذرية الشرعية (الحلال)، والولد الحلال هو الذي يحقق ظاهرة الأبوة والأمومة في المجتمعات، وهو الذي يسهم في اكتمال الأسرة.

وعلى الرغم من الفوائد الناجمة عن الجماع - والمتجسدة في تحقيق الرغبة الجنسية بين الجنسين في ظل أجواء نفسية - تهدئ من متاعب الإنسان ومشاغله الحياتية في أثناء عمله اليومي، أي قضاء الوطر ونيل اللذة والتمتع، نقول على الرغم من ذلك فإن الإكثار منه يؤدي إلى الإصابة بالوهن الجسدي وضعف البصر؛ لذا ينبغي الاعتدال في ذلك. وقد قال الإمام علي عليه السلام: "من أراد البقاء ولا بقاء فليخفف الرداء، وليباكر الغداء، وليقلل مجامعة النساء"^(١).

وتزيد ممارسة الجنس بانتظام في مدة تتراوح من ٣ إلى ٤ أيام قبل الإباضة حتى يوم واحد بعدها من احتمالات حدوث الحمل. وأن احتمالات حدوث هذا الحمل تكون في أعلى مستوياتها في الأيام القريبة من الإباضة.

وهناك توصية بممارسة الجماع يوميًا لتحسين فرص الحمل، ولكن محدودية هذه الطريقة تكمن في أن عدة بحوث أثبتت خلو مني الزوج من الحيوانات المنوية بعد ممارسة الجماع بشكل يومي ولعدة أيام متتالية؛ لذلك ينصح بممارسة العلاقة الحميمة مرتين إلى ثلاث مرات في الأسبوع لتحسين فرص الحمل. ومن مقاصد الجماع الأخرى، حفظ النسل ودوام النوع الإنساني، وإخراج الماء، الذي يضر احتباسه واحتقانه بجملة البدن. ويرى الأطباء أن الجماع من أحد أسباب الصحة^(٢).

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٥٩، ص ٢٦٢.

(٢) الطب النبوي: ابن قيم الجوزية، ص ١٨٩.

الحيض: Menstruation

ما دام الحديث قائماً عن الزواج والجماع فإنه من المفيد الإشارة إلى الحيض^(١). فقد ارتبط الحيض بمفاهيم وإجراءات عدّة في الديانات والثقافات المختلفة. وقد ورد ذكر الحيض في القرآن الكريم بقوله سبحانه وتعالى في سورة البقرة: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ، نَسَؤُكُمْ حَرْثَ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مَلَاقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾^(٢).

ويعرف الحيض أنّه سلسلة من التغيّرات التي يمرّ بها الجسم شهرياً للإعداد للحمل. وتتمثّل هذه التغيّرات بنزول الدم والأنسجة من رحم المرأة عن طريق المهبل، وهو عملية تشير إلى أنّ الفتاة أصبحت سيدة وبإمكانها الحمل والولادة. وعلى وجه التحديد، فإنّ الحيض نزيف دموي يكون مصحوباً بطرد تلقائي للغشاء الداخلي للرحم، يستمرّ ما بين أربعة وستة أيام بمعدل عام. وقد قال عنه النبي محمد ﷺ: "أقلّ الحيض ثلاثة أيام وأكثره عشرة أيام"^(٣).

وفي الحالات المثاليّة تبدأ دورة الحيض عند الفتيات من سن (١١) أو (١٢) سنة، ويمكن أن يبدأ الحيض مبكراً وذلك في سن الثامنة، أو متأخراً في سن السادسة عشرة.

(١) للمزيد عن ذلك، يمكن الرجوع إلى الصفحات (٦٥ - ٦٨) من الفصل الثالث لهذا الكتاب.

(٢) سورة البقرة: ٢٢٢ - ٢٢٣.

(٣) سنن الدارقطني: الدارقطني، ج ١، ص ٢١٩.

وتحدث الدورة الشهرية نتيجة إفراز المبايض لهرموني الاستروجين والبروجسترون ، وهما الهرمونان المسؤولان عن بناء بطانة الرحم لتهيأتها للحمل ولصق البويضة المخصبة بها. وفي حال عدم وجود بويضة مخصبة تتمزق هذه البطانة ويحدث نزيفاً يعرف بالدورة الشهرية ، وتكرر عملية بناء بطانة الرحم وتمزقها بشكل شهري.

أطوار الحيض:

ويحدث الحيض شهرياً وبصورة منتظمة ، وهو مرحلة من مراحل الدورة الشهرية التي تمرّ بها الفتاة منذ البلوغ وحتى سن اليأس ، وهذه المراحل هي (بإيجاز):

١ - الطور الجريبي: Follicular Phase

ويبدأ من نهاية الحيض إلى بداية مرحلة التبويض. ويتم في هذا الطور إفراز هرمون الاستروجين الذي يساعد على تقوية جدار الرحم وتهيئته لاستقبال البويضة المخصبة ، ثم يقلّ إفراز هذا الهرمون ليبدأ إفراز الهرمون الذي يساعد على إخراج البويضة من الحويصلة الخاصة به والمعروف بهرمون الجسم اللوتيني أو المصفر (LH).

٢ - طور الإباضة: Ovulation Phase

وهو -غالباً - ما يبدأ في اليوم الرابع عشر من بدء الحيض ، إذ تبدأ فيه خروج البويضة من حويصلة دو غراف للذهاب إلى قناة فالوب ثم إلى الرحم. والجدير بالذكر أنّ البويضة تبقى حية لمدة ٢٤ - ٤٨ ساعة.

٣ - طور الجسم الأصفر (الطور اللوتيني): Luteal Phase

وفيه يتم إفراز هرمون الاستروجين وكمية كبيرة من هرمون البروجسترون اللذان يساعدان على زيادة كثافة البطانة الداخلية للرحم لاستقبال البويضة المخصبة. وبانتهاء هذا الطور يحدث الحمل في حال حصول الإخصاب، ويتم منع إفراز الهرمون المنشط للجريب (FSH) وذلك لمنع نضوج جريبات جديدة. أمّا عند عدم حدوث الإخصاب فإنّ الجسم الأصفر يبدأ بالضمور، وبطانة الرحم بالانسلاخ، ويخرج الدم النازف من الشعيرات الدموية مكونا الحيض (من جديد).

ولحظنا من ذلك أنّ آليات الدورة الشهرية تخضع بشكل رئيس إلى سيطرة الهرمونات، ولاسيّما هرمونات الغدة النخامية المعروفة بالهرمون المنشط للجريب (FSH) والهرمون المصفر (LH) وهرمونات المبيض كالاستروجين و البروجسترون.

التغيرات الحاصلة في أثناء الحيض:

تحدث جملة من التغيرات الفسيولوجية والنفسية عند حدوث الحيض نذكر أهمها ما يأتي:

- ١ - حصول انخفاض بالمكونات الدموية: ويتضمّن ذلك الانخفاض في عدد كلّ من كريات الدم الحمراء وكريات الدم البيضاء. ويتضمّن الانخفاض في تركيز كل من الحديد في بلازما الدم وفي تركيز الهيموغلوبين بالدم، ويؤدّي هذا الانخفاض إلى نقصان مقاومة الجسم للأمراض خلال مدّة الحيض.

- ٢ - تغيّرات في درجة حرارة الجسم: تحصل تغيّرات ملحوظة في درجة حرارة الجسم، إذ تبدأ بالانخفاض عند بدء الحيض وذلك بفعل تأثير هرمون الاستروجين في منطقة الوطاء (الهيبوثلامس)، وهي المنطقة المسؤولة عن تنظيم حرارة الجسم، ثم تبدأ بالارتفاع التدريجي حتى بداية حصول الحيض القادم وذلك بتأثير من هرمون البروجسترون على الوطاء.
- ٣ - حدوث تغيّرات في الأوعية الدموية تؤدي إلى سرعة تكسّر الأوعية الدموية الشعرية، وتؤدي تلك التغيرات إلى حصول صداع.
- ٤ - تعرّض النساء إلى الضغط النفسي في أثناء مدّة الحيض.
- ٥ - حدوث آلام في مناطق مختلفة من الجسم، أهمها الثديان وأسفل البطن.
- ٦ - حصول التهابات في كلّ من المهبل والرحم لدى النساء؛ بسبب ممارسة الجماع عند مدّة الحيض.

أضرار الحيض:

يُعدّ الحيض أذى للمرأة، ففيه تفتتح الأوعية الدموية للرحم فتصبح مهياة لقبول العدوى، ويعدّ الجسم بيئة مفضّلة لنمو الجراثيم وتكاثرها في مدّة الحيض.

وتعاني المرأة من آلام وتقلّصات في الجزء السفلي من البطن وأسفل الظهر وأعلى الساقين؛ ويحدث ذلك نتيجة لانقباض الرحم أو انضغاطه للتخلّص من البطانة التي لم تعد هناك حاجة إليها.

وفي الحيض أذى للرجل الذي يجامع امرأة حائضاً، إذ إنّه يتعرّض للالتهاب من دم الحيض إذا كان حاوياً على الجراثيم، وأنّ انتقال جزء من دم

الحيض إلى القناة البوليّة للذكر يتسبب في حدوث التهاب فيها قد ينتقل بدوره إلى البروستات والمثانة والحالبين والكلى.

فوائد الحيض:

إلى جانب الأضرار الناجمة عن الحيض لدى النساء ، هناك فوائد تنشأ عنه. وقد تحدثنا عنها في الفصل الثالث من هذا الجزء ^(١).

(١) أنظر الصفحة ٦٨ من هذا الكتاب.



الفصل السادس

علم الأجنة

مدخل عام

حفل نهج البلاغة بالحكم والخطب والوصايا البليغة التي كانت وما زالت في غاية من الدقة العلمية عن خلق الإنسان، ونموه الجنيني ووظائف أجهزته المختلفة.

وقد قال الإمام علي عليه السلام في هذا المجال: " أم هذا الذي أنشأه في ظلمات الأرحام، وشغف الأستار، نطفة دهاقا، وعلقه محاقا، وجنينا وراضعا، ووليدا ويافعا " (١).

وقال عليه السلام: " ايها المخلوق السوي والمنشأ المرعي في ظلمات الأرحام ومضاعفات الأستار، بُدئت من سلالة من طين، ووضعت في قرار مكين إلى قدر معلوم وأجل مقسوم، تمر في بطن أمك جنينا لا تحير دعاء ولا تسمع نداء، ثم أُخرجت من مقرّك إلى دار لم تشهدها ولم تعرف سبل منافعها. فمن هداك لاجترار الغذاء من ثدي أمك وعرفك عند الحاجة مواضع طلبك وإرادتك؟ هيهات ان من يعجز عن صفات ذي الهيئة والأدوات فهو عن صفات خالقه أعجز ومن تناوله بحدود المخلوقين أبعد " (٢).

وقد مثلت معاني أقوال الإمام علي عليه السلام صدقاً جلياً للقرآن الكريم، إذ جاء في محكم الآيات البينات من سورة الطارق قوله تعالى:

(١) نهج البلاغة: شرح محمد عبده - تحقيق فاتن محمد خليل، من الخطبة ٨٣، ص ١٢٨.

(٢) نهج البلاغة: شرح محمد عبده - تحقيق فاتن محمد خليل، من الخطبة ١٦٢، ص ٢٥٩.

﴿فلينظر الإنسان ممّ خلق﴾ ❖ خلق من ماء دافق ﴿يخرج من بين الصلب والترائب﴾^(١).

ومن سورة الزمر: ﴿خلقكم من نفس واحدة ثم جعل منها زوجها وانزل لكم من الأنعام ثمانية أزواج يخلقكم في بطون امهاتكم خلقا من بعد خلق في ظلمات ثلاث...﴾^(٢).

ومن سورة المؤمنون، بقوله تعالى: ﴿ولقد خلقنا الإنسان من سلالة من طين﴾ ❖ ثم جعلناه نطفة في قرار مكين ❖ ثم خلقنا النطفة علقة فخلقنا العلقة مضغة فخلقنا المضغة عظاما فكسونا العظام لحما ثم أنشأناه خلقا آخر فتبارك الله أحسن الخالقين﴾^(٣).

ومن سورة غافر بقوله تعالى: ﴿هو الذي خلقكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقة ثم يخرجكم طفلا ثم لتبلغوا أشدكم ثم لتكونوا شيوخا ومنكم من يتوفى من قبل ولتبلغوا أجلا مسمى ولعلكم تعقلون﴾^(٤).

ومن سورة الحج - بقوله تعالى: ﴿يا أيها الناس ان كنتم في ريب من البعث فانا خلقناكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقة ثم من مضغة مخلقة وغير مخلقة لنبين لكم ونقرّ في الأرحام ما نشاء إلى أجل مسمى ثم نخرجكم طفلا ثم لتبلغوا أشدكم ومنكم من يتوفى ومنكم من يُرد إلى أرذل العمر لكيلا يعلم من بعد علم شيئا...﴾^(٥).

(١) سورة الطارق: ٥ - ٧.

(٢) سورة الزمر: ٦.

(٣) سورة المؤمنون: ١٢ - ١٤.

(٤) سورة غافر: ٦٧.

(٥) سورة الحج: ٥.

والمعروف أنَّ الإنسان يعتمد في غذائه على النباتات أو الحيوانات التي تعتمد بدورها - على النباتات ، وبذلك فإنَّ جميع الكائنات الحيّة تستمد غذاءها بصورة أو بأخرى من النباتات التي تنشأ أصلاً في الأرض ومن الأرض. وكان الإمام عليّ عليه السلام قد استمدَّ هذه الصورة من وحي القرآن الكريم. وهكذا فقد جاءت معطيات العلوم الحديثة لتؤكد ما ذهب إليه الإمام علي عليه السلام من أحاديث علميّة بليغة، إذ أشارت الدراسات المختلفة إلى آلية تكوين الجنين بصورة تفصيلية وبالطريقة التي أصبحت واضحة للجميع في الوقت الحاضر.

علم الأجنة: Embryology

وبعد قرون عدة من عهد الإمام علي عليه السلام، ظهرت في مختلف أنحاء العالم دراسات وأبحاث علميّة منهجيّة كثيرة جداً، استهدفت سبر أغوار الجنين منذ بدايات تكوينه وحتى اكتمال نموه، وسمّيت تلك الدراسات والأبحاث مجتمعة بعلم الأجنة. ونظراً لتشعب تلك الدراسات وتداخلها مع بعضها، نشأت علوم فرعيّة كثيرة عن علم الأجنة، اعتمدت على التخصص وعلى طبيعة تكوين أجسام الكائنات الحيّة، منها علم الأجنة البشري وعلم الأجنة الحيواني وعلم الأجنة النباتي، وعلم الأجنة الوظيفي (الفسلجي) وعلم الأجنة النسيجي وعلم الأجنة التطبيقي. ويسمّى علم الأجنة أحياناً بعلم التشريح التطوري أو علم النمو التشريحي Developmental anatomy.

النمو الجنيني:

أدرك العلماء والباحثون في أواخر القرن الثامن عشر الميلادي، المدلولات العلمية الخاصة بتكوين الجنين من أنه لا يتكوّن من ماء الرجل فحسب، أو من ماء المرأة فحسب، بل من التقاء المائتين. وكان قد سبقهم القرآن الكريم قبل ذلك بقرون بما ورد فيه من مدلولات طبيّة قيّمة وكل من الطب النبوي وطب آل البيت (عليهم السلام).

وينشأ الجنين، -كما أشار إلى ذلك بوضوح الإمام علي عليه السلام- في ظلمات الأرحام وشغف الأستار. فعن ظلمات الأرحام، أكدت المعطيات الطبيّة على ان الجنين يوجد في ضمن ظلمات ثلاث هي:

- ١ - ظلمة البطن المتمثلة بجدار البطن.
 - ٢ - ظلمة الرحم.
 - ٣ - ظلمة المشيمة، وتعرف أيضاً بظلمة أغشية الجنين التي تحيط به.
- وجاء مقتبس ذلك القول البليغ من القرآن الكريم، إذ ورد في سورة الزمر: ﴿يَخْلُقْكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظِلْمَاتٍ ثَلَاثٍ...﴾^(١).
- أمّا شغف الأستار فهي جمع شغاف وهو في الأصل غلاف القلب، وجاءت هنا استعارة للمشيمة^(٢).

(١) سورة الزمر: ٦.

(٢) نهج البلاغة: شرح محمد عبده - تحقيق فاتن محمد خليل، ص ١٢٨.

مراحل النمو الجنيني:

وتعرف أيضاً بـ "أطوار خلق الجنين". وبعد اختراع التقنيات الطبيّة والصحيّة، أكدت الدراسات الكثيرة في علم الوراثة بالقرن العشرين، على صحّة ما ذهب إليه الإمام علي عليه السلام، في أقواله البليغة في هذا المجال، من أنّ الجنين ينشأ في أول الأمر على هيئة بيضة مخصّبة تعرف بالزيجة أو الزايكوت Zygote تكون ناتجة من اندماج المشيج الذكري أو ما تعرف بالنطفة (الحيمن) Sperm مع المشيج الأنثوي أو البويضة Ovum.

وسيتم في محاور هذا الفصل، استعراض مراحل النمو الجنيني التي تبدأ بتكوين البيضة المخصبة وتنتهي بتكوين الجنين وولادته.

النطفة:

والنطفة (بضم النون) في لغة العرب تعني الماء الصافي قلّ أو كثر، والجمع نطف، وأنّ نطفان الماء (بفتح النون والطاء) يعني سيلانه^(١). وتسمّى النطفة أيضاً بالمشيج وجمعها أمشاج Gametes، وقد ورد ذلك في سورة الدھر من القرآن الكريم: ﴿إنا خلقنا الإنسان من نطفة أمشاج﴾^(٢).

ويعدّ بعضهم النطفة هي القليل من الماء الذي يعادل قطرة أو بضع قطرات، فيقال إنّ الرجل ينطف أي يتقاطر منه الماء^(٣). ويقال للنطفة الماء الصافي

(١) مختار الصحاح: الرازي، ص ٦٦٦.

(٢) سورة الدھر: ٢.

(٣) من آيات الإعجاز العلمي - خلق الإنسان في القرآن الكريم: زغلول النجار، ص ٣٥١.

القليل كذلك الذي يبقى في الإناء أو القدح ، ومهما يكن من حال فإنَّ النطفة تقابله علمياً كلمة (حيمن) ، والنطف هي الحيامن.

أمّا " نطفة دهاقا " التي وردت في مقولة الإمام عليّ عليه السلام،

فتعني النطف المتابعة المصبوبة بقوة ، فالدهاق يعني التابع ، وكلمة دهقها تعني صبّها بقوة^(١).

الأمشاج الذكرية:

وتنشأ الأمشاج الذكرية أو النطف الذكرية (الحيامن) عن سلسلة من الانقسامات الخلوية (الخيطة والاختزالية) التي تمرّ بها الخلايا المولدة للنطف والموجودة في الخصية. وتحمل هذه الأمشاج نصف العدد الأصلي من الكروموسومات.

وتوجد مثل هذه النطف بنوعين هما :

أ - نطفة ذكرية مسؤولة عن تكوين الجنس الأنثوي للجنين عند اندماجها مع البويضة وذلك على وفق الصورة الآتية :

$$(X \ ١ + X \ ٢٢)$$

أي أنّها مؤلفة من ٢٢ كروموسوماً جسميةً وكروموسوماً جنسياً واحداً من نوع (X).

ب - نطفة ذكرية مسؤولة عن تكوين الجنس الذكري للجنين بعد اندماجها بالبويضة وتكون صيغتها كالاتي :

$$(Y \ ١ + X \ ٢٢)$$

(١) نهج البلاغة : شرح محمد عبده - تحقيق فائق محمد خليل ، ص ١٢٨ .

أي مؤلفة من ٢٢ كروموسوماً جسمياً وكروموسوماً جنسياً واحداً من نوع (Y).

الأمشاج الأنثوية:

أمّا الأمشاج الأنثوية (البويضات) فإنّها تنشأ عن الخلايا المولدة للبويضات الموجودة في المبيض بعد سلسلة من الانقسامات الخلوية الخيطية والاختزالية أيضاً التي تنتهي بتكوين البويضات الحاوية على نصف العدد الأصلي من الكروموسومات أيضاً.

وتحتوي جميع البويضات الناتجة عن هذا الانقسام على نظام كروموسومي واحد هو:

$(X_1 + X_{22})$ أي أنّه مؤلف من ٢٢ كروموسوماً جسمياً وكروموسوماً جنسياً واحداً.

الإخصاب: Fertilization

يحدث الإخصاب بفعل اندماج النطفة (الحيمن) مع البويضة على وفق توقيتات زمنية محدّدة، وذلك بعد توفّر جملة من الشروط والمواصفات الطبيعية اللازمة لحدوث هذه الظاهرة.

ومن هذه الشروط والمستلزمات نذكر ما يأتي :

١ - أن تكون النطف (الحيامن) حيوية وسليمة وكافية من حيث العدد في الدفقة المنوية الواحدة.

٢ - أن يتزامن وجود النطف مع موعد نزول البويضة من المبيض إلى قناة الرحم ، إذ تكون جاهزة لاستقبال النطفة.

٣ - أن تكون تراكيز الهرمونات (الأثوية) طبيعية بالطريقة التي تسمح لتكوين البويضات وانطلاقها من المبيض من جهة وتهيئة الرحم لاستقبال الجنين المتكون من جهة أخرى.

ولإنجاز عملية الإخصاب لا بد من حصول ما يأتي :

أ - حدوث ظاهرة التمكين Capacitation ، وهي تغيرات كفيّة بتهيئة النطفة (الحيمين) لتكون قادرة على تخصيب البويضة.

ب - حدوث تفاعل الجسيم الطرفي Acrosome reaction ، وهنا تقوم القبة الطرفية للنطفة Acrosome بإفراز أنزيماتها النوعية الخاصة لتمكينها من اختراق أثواب البويضة أو أغلفتها ، وهي الركم البيضية Cumulus oophorus والتاج المشع Corona radiate والنطاق الشفاف Zona pellucida.

٤ - بعد حدوث اندماج ما بين مكونات النطفة (الذكرية) مع مكونات البويضة لتكوين ما يعرف بالبويضة المخصبة أو الزايكوت Zygote. وعند دخول النطفة إلى البويضة ، يتم منع دخول أية نطفة أخرى إلى البويضة ، بفعل تكوين مادة مبطنة لغشاء البويضة من الداخل. وإذا ما دخلت نطفة أخرى إلى البويضة ، فإن ذلك لا يؤدي إلى تكوين جنين طبيعي ، بل تتكوّن كتلة من الخلايا الجنينية يتم طرحها خارج الجسم.

٥ - بعد حصول الإخصاب ، تصبح البويضة المخصبة فعالة وتبدأ بالانقسام انقساماً خيطياً على وفق نظام المتواليات العددية ، وذلك إلى خلايا أصغر

لتكوين كتلة خلوية تعرف بالتوتية Morula. وتتكون بعد ذلك الكيسة الأرومية Blastocyst التي تبدأ بالانغراس أو التعشيش Implantation في جدار الرحم.

جنس الجنين:

إذا حصل الاندماج بين نطفة ذكريّة حاوية على $(X_1 + X_{22})$ مع بويضة، فإنّ البويضة المخصّبة ستؤول إلى جنين أنثوي، وأنّ العدد الكلي للكروموسومات سيكون $(XX_1 + X_{22})$ أو $(X_2 + X_{44})$ أي (23) (XX) أو (X_{46}) . أما إذا اندمجت النطفة الذكريّة الحاوية على $(Y_1 + X_{22})$ من الكروموسومات مع بويضة، فإنّ الجنين الناتج سيكون ذكرًا وسيكون عدد الكروموسومات فيه $(XY_1 + XX_{44})$. وذلك يعني أنّ البويضة المخصّبة تحتوي على ٢٢ زوجًا من الكروموسومات الجسميّة المتماثلة في الهيئة العامّة (وليس في الحجم) يرمز لكل منها (X) ، وزوجًا واحدًا من الكروموسومات الجنسيّة يكون متباينًا في الهيئة العامّة ويرمز لهما (X) و (Y) .

وأكد النبي الكريم محمد ﷺ على ذلك بوضوح في قوله: "ماء الرجل أبيض وماء المرأة أصفر، فإذا اجتمعا فعلا مني الرجل مني المرأة، ذكرا بإذن الله، وإذا علا مني المرأة مني الرجل، انثى بإذن الله" ^(١).

(١) صحيح مسلم: النيسابوري، ج ١، ص ٢٥٢.

الصفات الوراثية للجنين:

وجاء في المناقب لابن شهر آشوب: " سأل رجل أمير المؤمنين عليه السلام، عن الولد ما باله تارة يشبه أباه وأمه وتارة يشبه خاله وعمّه، فقال للحسن عليه السلام: أجبه، فقال عليه السلام: أمّا الولد فإنّ الرجل إذا أتى أهله بنفس ساكنة وجوارح غير مضطربة، اعتلجت النطفتان كاعتلاج المتنازعين، فإنّ علت نطفة الرجل نطفة المرأة جاء الولد يشبه أباه، وإذا علت نطفة المرأة نطفة الرجل شبه أمّه.... " (١).

وهذا ينسجم تماماً مع قوانين العالم الشهير جوهانز مندل (١٨٢٢ - ١٨٨٤) في علم الوراثة التي أعلن عنها بعد قول الإمام عليه السلام، بألف وأربعمئة عام، من أنّ الصفة المتغلبة هي التي تكون سائدة على الصفة المتنحية في أفراد الجيل الجديد من الولادات، وبعد تطوّر البحث والدراسة في علم الوراثة تبين أنّ الكروموسومات هي المسؤولة عن نقل الصفات الوراثية، وأنّ هذه الكروموسومات مؤلفة من تراكيب أدق تعرف بالجينات، كما تم في نهاية القرن الماضي معرفة التراكيب الدقيقة لهذه الجينات على وفق ما يعرف الآن بالخارطة الجينية للإنسان.

العلقة: Blastula

نعود إلى متابعة التكوين الجنيني للإنسان فنقول: بعد أسبوعين من بدء تكوين الجنين وهو في طور البيضة المخصبة، أي بعد اتمام الانغراس تتكوّن مرحلة جديدة للجنين تعرف بالعلقة، أي أنّ الجنين في هذه المدّة يشبه العلقه، والعلقه دودة سوداء اللون تمتص الدم توجد في الماء الآسن إذا شربته الدابة علق بحلقها

(١) مناقب آل أبي طالب: ابن شهر آشوب، ج ٢، ص ٥٣.

(١). ويستمر طور العلقه حتى اليوم الرابع والعشرين من عمر الجنين. أما " علقه محاقا " الواردة في مقولة الإمام علي عليه السلام، المذكورة، فيفهم منها أن الجنين يكون في حال غير واضحة المعالم أي أنها علقه محوقة.

المضغة:

بعد اليوم الرابع والعشرين من عمر الجنين تبدأ العلقه بالتغير التدريجي لتصبح ما يعرف بمرحلة المضغة، وهي أشبه بقطعة اللحم المضغوطة (٢). وتتراوح مدة طور المضغة ما بين ٢٦ و ٤٢ يوماً من عمر الجنين (٣).

وماذا بعد المضغة ؟

تستمر القدرة الإلهية بمواصله تكوين الجنين حين اكتمال أجهزته وأعضائه. ومن الملاحظ أن جميع أجهزة الجسم تتخلق على هيئة براعم في طور المضغة. ومن أوضح ما جاء في الحديث النبوي الشريف أن رسول الله محمد ﷺ قال: " إذا مرّ بالنطفة اثنتان وأربعون ليلة بعث الله إليها ملكا فصورها، وخلق سمعها وبصرها وجلودها وعظامها ".

وبعد مرور ألف وثلاثمائة عام تقريباً جاءت الكتب الطبية لتؤكد صحة ما ذهب إليه النبي الكريم ﷺ في أن معالم الجنين تتكون بعد الأسبوع السادس من

(١) مختار الصحاح: الرازي، ص ٤٥٠.

(٢) مختار الصحاح: الرازي، ص ٦٢٦.

(٣) من آيات الإعجاز العلمي - خلق الإنسان في القرآن الكريم: زغلول النجار، ص ٣٥٥.

عمره ، وأثبتت دراسات علم الأجنة البشرية أنّ وجه الجنين لا تبدو عليه الملامح الأنثائية إلّا في اليوم الثاني والأربعين من عمره ^(١) .

وهناك أطوار أو مراحل أخرى تعقب تكوين المضغة يوجزها بعضهم

بثلاث مراحل هي :

١ - طور العظام.

٢ - طور اللحم.

٣ - طور التسوية.

لتنتهي هذه الأطوار أو المراحل بـ " الولادة " ^(٢) .

وقد ورد في كتب علم الأجنة حدوث ما يأتي وذلك في الأسبوع السادس

من حياة الجنين ^(٣) :

١ - ظهور أعضاء الحواس.

٢ - التئام ألياف حلقات العضلات باستمرار حتى تتكون تجمعاتها في كل من

الأطراف والصدر وحول العين لتكوين ما يعرف باللحم.

٣ - تشكيل الأذن الخارجية والداخلية ، وهنا دلالة على تشكل حاسة السمع.

٤ - ظهور الأصابع في شبكية العين ، ويتم انفصال العدسة وظهور الجسم

الزجاجي ، وبذلك يتكوّن البصر.

٥ - بداية حدوث التغضرف (تكوين النسيج الغضروفي) الذي ينمو إلى عظام.

(١) من آيات الإعجاز العلمي - خلق الإنسان في القرآن الكريم : زغلول النجار ، ص ٣٥٦.

(٢) موسوعة طب الإمام علي : حسين العاملي ، ص (١٢٩ - ١٣٠).

(٣) الطب والأطباء في مختلف العهود الإسلامية : محمود ذياب ، ص (١٠٤ - ١٠٥).

مراحل تكوين الجنين (النمو الجنيني بحسب الشهور):

من أجل المزيد من الوضوح عن نمو الجنين ، يمكننا استعراض آليات حدوثه بالاعتماد على الشهور التسعة التي يقضيها الجنين في بطن أمه ، وذلك على الوجه الآتي :

١ - الشهر الأول:

بعد حدوث التلقيح تبدأ البويضة الملقحة التي تعرف بالكييسة الأرومية Blastocyst في ٢٤ ساعة من التلقيح بالانقسام بشكل سريع إلى عدة خلايا. وتبقى في قناة فالوب لثلاثة أيام ثم تكمل البويضة الملقحة الانقسام في أثناء مرورها بالقناة وصولاً إلى الرحم ليحدث بعدها ما يعرف بالتعشيش أو الانغراس Implantation. وتلتصق البويضة بجدار الرحم بعد أن تكون قد تخلصت من الغلاف الذي كان يحميها.

ومع نمو البويضة الملقحة ينمو الجنين ويتطور في تركيب ما يعرف بالغشاء الامنيوسي الذي يمتلئ تدريجياً بسائل يعرف بالسائل الامنيوسي ليوفر الحماية للجنين في أثناء مراحل تطوره ، وتتكوّن المشيمة في هذه المرحلة.

٢ - الشهر الثاني:

ويمتاز بتكوين ما يأتي:

- تستمر ملامح الوجه بالتطور.
- تتشكل أصابع اليدين والقدمين والعيون.
- يتكوّن الأنبوب العصبي الذي يضمّ الدماغ والحبل الشوكي والأنسجة العصبية التابعة للجهاز العصبي المركزي.

- تبدأ القصبات والشعب الهوائية والرئتين بالتكوّن.
- تبدأ القناة الهضمية بالتطوّر.
- تبدأ العظام باستبدال الغضاريف.
- ويكون حجم الجنين في هذه المرحلة بقدر حجم حبة الفاصولياء.
- ويسمّى الجنين في هذين الشهرين بـ " المضغة " .

٣ - الشهر الثالث :

- وتتضمّن مراحل التطوّر في هذا الشهر حدوث ما يأتي :
- اكتمال نمو اليدين والقدمين والأصابع ، ويبدأ تكوين الأظافر والبصمات.
- تتشكل الأذن الخارجيّة.
- تصل نبضات القلب إلى (١٧٠) نبضة في الدقيقة.
- تنمو بدايات الأسنان.
- تتشكّل أعضاء الجنين التناسليّة، غير أنّه من الصعب تحديد جنس الجنين في هذه المدّة من العمر.
- يصبح حجم الجنين في هذا الشهر بحجم ثمرة الليمون الصغيرة.
- يبدأ الجنين بنهاية هذا الشهر بالتحركّ، وتكون جميع الأعضاء والأطراف قد تكونت، وتستمر بالتطوّر.

٤ - الشهر الرابع :

- ويتضمّن مراحل تطور الجنين في هذا الشهر ما يأتي :
- يمكن سماع صوت نبض الجنين في هذه المرحلة ، باستعمال جهاز الدوبلر.
- يبدأ الجهاز العصبي بالعمل.
- تتطوّر الأعضاء التناسليّة بصورة كاملة ويصبح بالامكان تحديد جنس الجنين.

- يبلغ حجم الجنين في هذا الشهر بقدر حجم ثمرة الافوكادو.

٥ - الشهر الخامس :

ويمتاز بحصول الأحداث الآتية :

- تبدأ العضلات بالتطور.

- يبدأ شعر الرأس بالنمو.

- تتطور حاسة السمع ، إذ يبدأ الجنين بالاستجابة للأصوات.

- ويبلغ حجم الجنين في نهاية هذا الشهر حجم ثمرة الموز.

٦ - الشهر السادس :

ويتضمن حدوث ما يأتي :

- يستطيع الجنين الاستجابة للأصوات المحيطة بالأم.

- يستطيع فتح وغلق الجفون.

- يصل حجم الجنين في نهاية هذا الشهر إلى حجم كوز الذرة.

- قد يبقى الطفل على قيد الحياة في حال الولادة المبكرة بهذا الشهر وذلك تحت

العناية المركزة.

٧ - الشهر السابع :

ويحصل للجنين ، بهذا الشهر ما يأتي :

- يكتمل تطور حاسة السمع لدى الجنين.

- يستطيع تغيير موضعه باستمرار والاستجابة للمؤثرات ، ومنها الصوت

والألم.

- يستطيع الاستجابة للضوء ؛ وذلك لتطور حاسة الإبصار فيه.

- يقوم الجنين باستنشاق السائل الامنيوسي وإخراجه ، الأمر الذي يساعده على تطوّر الرئتين ، ويدرب الجنين على التنفس عند الولادة.

٨ - الشهر الثامن :

ويمتاز هذا الشهر بحصول الآتي :

- يستمر تطوّر الدماغ بشكل سريع ، إذ يزداد حجم الرأس ويصبح الجنين قادراً على السمع والإبصار.
- يكون حجم الجنين في هذه المرحلة بحجم ثمرة الأناناس.

٩ - الشهر التاسع :

وأخيراً فإنّ هذا الشهر يمتاز بحصول ما يأتي :

- يستمر الجنين بالنمو والتطوّر.
 - يكتمل نمو الكليتين.
 - يصبح الكبد قادراً على معالجة بعض الفضلات.
 - يستمر نمو الرئتين والدماغ في الأسابيع (٣٧ - ٣٩) من مدة الحمل.
 - يكون الجنين قد اكتمل نموه مع حلول الاسبوع التاسع والثلاثين.
 - يكون حجمه في هذا الوقت بحجم ثمرة البطيخ.
- وهذا الجنين الذي وُضع في قرار مكين إلى قدر معلوم ، -كما يشير إلى ذلك الإمام علي عليه السلام- يأخذ دوره بالنمو الذي يستمر لتسعة أشهر يَمُور (يتحرك) خلالها في بطن أمه جنيناً لا يحير دعاءً ولا يسمع نداءً ، ويخرج بعدها من مقره (داخل الرحم) إلى العالم الخارجي وهو عالم جديد عليه لم يشهده من قبل ولم يعرف سُبُل منافعِهِ ، فيتهدي إلى ثدي أمه بصورة غريزية ليستمد منه

الغذاء ، وتلك هي غريزة الأمومة التي تتجسّد لدى الأم لتحضن طفلها وتقوم برعايته بتوفير الطمأنينة والأمان له.

ويبدأ الإمام عليه السلام بوصف مراحل تكوين الجنين وهو في بطن أمه بقوله: "جعل لكم أسماعاً لتعي ما عناها، وأبصاراً لتجلو عن عشاها، وأشلاء جامعة لأعضائها، ملائمة لأحنائها، في تركيب صورها ومدد عمرها، بأبدان قائمة بأرفاقها، وقلوب رائدة لأرزاقها في مجلات نعمه وموجبات مننه، وحواجز عافيته"^(١).

وأبلغ ما جاء في هذه الخطبة أنّه عليه السلام قدّم حاسة السمع على حاسة البصر مستمداً ذلك التقديم مما جاء في القرآن الكريم من آيات بينات ، ففي سورة المؤمنون قال سبحانه وتعالى: ﴿هو الذي أنشأ لكم السمع والأبصار والأفئدة قليلاً ما تشكرون﴾^(٢) ، أما في سورة الإسراء فقد قال سبحانه تعالى: ﴿إن السمع والبصر والفؤاد كل أولئك كان عنه مسؤولاً﴾^(٣). وقال سبحانه وتعالى في سورة النحل: ﴿والله أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون﴾^(٤).

وقد أثبت العلم الحديث حقيقة ذلك عن طريق الملاحظات الآتية^(٥):

١ - يتم تخليق حاسة السمع قبل حاسة الإبصار بمدة طويلة. ففي الوقت الذي يبدأ فيه الجنين بالسمع في الشهر الخامس من عمره وهو ما يزال في بطن أمه ،

(١) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٦، ص ٢٥٧.

(٢) سورة المؤمنون: ٧٨.

(٣) سورة الاسراء: ٣٦.

(٤) سورة النحل ٧٨.

(٥) من آيات الإعجاز العلمي - خلق الإنسان في القرآن الكريم: زغلول النجار، ص ٥٣٤.

فإنّه لا يستطيع أن يميّز بين الظلام والنور إلّا بعد الولادة بشهرين ونصف تقريباً.

٢ - وأثبت الباحثون أنّ الطفل يتعلم بالسمع قبل أن يستطيع القراءة بوقت طويل. وأن المعلومات التي يحصل عليها الفرد عن طريق السمع تكون أبقى في الذاكرة من تلك المعلومات المقروءة أو المنظورة.

أمّا في الأسبوع السابع من عمر الجنين، فيبدأ التشكّل النهائي لأعضائه المختلفة، ويبدأ الجنين بالنمو السريع، إذ يتحوّل طوله مثلاً من ٣٠ ملليمترًا في الأسبوع السابع إلى حوالي عشرة سنتيمترات في نهاية الأسبوع الثالث عشر (نهاية الشهر الثالث).

وقام أمير المؤمنين عليه السلام بوصف الجسم على أنّه أشلاء جامعة لأعضائها، وملائمة لأحنائها... والمقصود بالأشلاء - هنا - أعضاء الجسم الظاهرة، ومنها العضلات والجلد، اللذان يقومان بضم الأعضاء الباطنية بصورة دقيقة ومحكمة؛ بغية الحفاظ عليها من الأذى الخارجي، ومنها الكدمات والجروح وما إليهما، وكذلك لتمكين الأعضاء الباطنة من أداء وظائفها على الوجه الأكمل.

وبالتأزر ما بين العضلات والعظام والأعصاب يتكوّن ما يعرف بالجهاز الحركي، الذي يمكن الجسم من القيام بحرية الحركة وسهولة الانحناء بمختلف الاتجاهات.

وهكذا أوضح الإمام علي عليه السلام العلاقة بين التركيب والوظيفة للأعضاء المختلفة لجسم الإنسان، وهو يشير بذلك إلى عظمة تركيب الجسم وتخصّص أعضائه لأداء وظائفها المعينة، وهو أمر لا يمكن الاستهانة به، فيخاطب الإمام عليه السلام الإنسان بقوله:

وتحسب أنك جرم صغير

وفيك انطوى العالم الأكبر^(١)

ومن يتأمل دقة التآزر بين أعضاء الجسم لأداء وظائفها الحيوية على الوجه الأكمل يقف خاشعاً ومبهوراً أمام عظمة الإعجاز الإلهي الذي يتعدّر فيه على الباحثين والعلماء سبر جميع أغواره، بل ما زالوا يبحثون ويجهدون ويجاهدون من أجل معرفة المزيد عن كنه طبيعة الجسم وكيفية القيام بأداء وظائفه في ضمن الآليات المرسومة.

ولوحظ أنّ الجسم يتكون من بيئة داخلية محدّدة، تضمّ مكونات مختلفة منها الماء والسوائل والغازات والعناصر والأملاح والفيتامينات والأنزيمات وغيرها بمقادير وكمّيات في غاية من الدقة والمحدودية، يؤثر بعضها في بعض ويتأثر بعضها الآخر ببعض، وإذا ما انحرفت المكونات عن مقاديرها (مناسبتها) المعروفة، فإنّ ذلك يؤدي إلى حدوث اختلال في وظائف الجسم الحيوية؛ لذا يُعرّف المرض على أنّه اختلال في ثبات بيئة الجسم الداخلية Homeostasis.

ومن ناحية أخرى، يصف بعض الظرفاء من الكتاب والباحثين جسم الإنسان على أنّه جسم هرمي البنية؛ لتسهيل دراسة مكوناته، فيرى هؤلاء أنّه يشبه الدولة، فالدولة مؤلّفة من وزارات (سيادية وخدمية)، وجسم الإنسان مؤلّف من أجهزة مختلفة، وأنّ كل وزارة مؤلّفة من مديريات عامّة، ويقابله في ذلك أنّ كلّ جهاز من أجهزة الجسم يتألّف من أعضاء، ويمثّلما تتألّف المديرية العامّة من مديريات ثانوية (شعب وأقسام)، فإنّ كلّ عضو في الجسم يتألّف من

(١) ديوان الإمام علي: ص ١٠٧.

أنسجة، وكلّ قسم أو شعبة تتألف من عدد من الموظفين (قليلاً كان أم كثيراً)، فإنّ النسيج الواحد يتألف من خلايا، ولما كان الموظف الواحد يؤلّف وحدة البناء في الهيكلية الإدارية للدولة، فإنّ الخلية الحية هي وحدة بناء الكائن الحي من الناحيتين الوظيفية والتركيبية.

ويمكن تشبيه جسم الإنسان بـ (الكون) برمته، فهذا الأخير يتألف من مجرّات يقابلها تكوين الجسم الحي من أجهزة، وتتألف المجرة الواحدة من مجموعات شمسيّة، والمجموعة الواحدة من كواكب، وللكواكب أقمار ملحقة بها، وكوكبنا من قارّات، والقارّة من دول، والدولة الواحدة من وحدات ادارية تتدرج في التكوين وذلك من مدن كبيرة فأصغر لتصل إلى النواحي والقصبات التي تماثل الخلية في بناء جسم الكائن الحي.

إنّها تشبيهات جميلة ومعقولة إلى حدّ ما، إلّا أنّها لا ترقى إلى عظمة تكوين الجسم البشري، إذ يظل الإنسان هو القيمة العليا من بين كل هذه المسمّيات. فقد جاء في محكم الآيات البينات: ﴿لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم﴾^(١).

نعم أيّها الإنسان.. أنت كما قال عنك سيد البلغاء عليه السلام، لست جرمًا صغيراً، بل أنت كائن يمثل أوج الإعجاز الإلهي لينطوي فيك العالم الأكبر.



الفصل السابع

الرضاعة

الرضاعة

تعني الرضاعة - بشكل عام - ، تزويد الطفل بالمواد الغذائية عبر الفم ؛ وذلك لما لهذه المواد من أهمية كبيرة في نمو الطفل والحفاظ على حياته.

وتكون الرضاعة على نوعين هما **الرضاعة الطبيعية** (من الأم) ، - وهي محور اهتمامنا في هذا الكتاب - ، والرضاعة من غير الأم. والأخيرة هذه إما أن تكون عبر قناني خاصة تسمى بـ " الرضاعات " فتعرف عندئذٍ **بالرضاعة الاصطناعية** ، أو تكون الرضاعة من امرأة أخرى غير أم الطفل.

وقد وردت كلمة " الرضاعة " ومشتقاتها باللغة العربية في القرآن الكريم إحدى عشرة مرة ، وذلك في سور (البقرة) و(النساء) و(الحج) و(القصص) و(الطلاق). فقد جاء في الآية (٢٣٣) من سورة البقرة قوله تعالى : ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَ 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 آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَمَّا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾.

وقوله تعالى في الآية (٢٣) من سورة النساء : ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالَاتُكُمْ وَبَنَاتُ الْأَخِ وَبَنَاتُ الْأُخْتِ وَأُمَّهَاتُكُمُ اللَّاتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتُكُم مِّن الرِّضَاعَةِ وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ وَرَبَائِبُكُمُ اللَّاتِي فِي حُجُورِكُم مِّن نِّسَائِكُمُ اللَّاتِي دَخَلْتُم بِهِنَّ...﴾ .

وبمرور الزمن ، وبعد التطور التقني الكبير في أساليب وأجهزة البحث العلمي ، أصبحت تتجلى قيمة حليب الأم وفائدته لكل من الأم والطفل ، لذلك سيكون حديثنا هنا مقصوراً على الرضاعة الطبيعية (من الأم).

حليب الأم:

ويسمى بحليب الرضاعة أو حليب الثدي أو الحليب البشري ، وهو حليب يُفرز من ثدي الأم ، ويعدّ المصدر الرئيس لتغذية الرضيع قبل تمكنه من تناول وهضم الأطعمة والمواد الغذائية الأخرى.

ويبدأ إدرار الحليب في اليوم الثالث أو الرابع من الولادة ، ويكون لونه مائلاً إلى الزرقة ، وفي هذه المدة يكبر حجم الثديين ، ويصبحان أكثر امتلاءً مما قد يؤدي إلى الشعور بالألم الذي قد يستمرّ ليوم واحد أو يومين.

ويأتي حليب الأم عن طريق فعل الوطاء (الجسم تحت المهاد) Hypothalamus والغدة النخامية Pituitary gland الموجودان في دماغ المرأة ، وذلك بفعل إفراز هرمون البرولاكتين من الفصّ الإمامي النخامي.

وتزداد كمية حليب الأم بزيادة حاجة الطفل له ، وتتم إثارة إفراز الحليب الموجود في الثدي عن طريق مص الطفل لثدي أمه لانه من دون مصّ الطفل ومن دون إفراغ الثدي من كلّ رضعة فإنّ إفراز الحليب يتوقّف في مدة قصيرة ، أمّا عند وضع الطفل على ثدي أمه باستمرار ، فإنّ الأم التي تتمتع بصحة جيّدة يمكنها إنتاج الكمية الكافية من الحليب لطفلها.

محتويات حليب الأم:

تعتمد كميّة الحليب المنتج من الأم على طبيعة رضاعة الأم لطفلها، فكلّما أرضعت المرأة طفلها أكثر، فإنّهُ يزداد إنتاج الحليب لديها؛ لذا من المفيد جداً إرضاع الطفل عند الطلب، بدلاً من التركيز في جدولة خاصّة للإرضاع. ويزود حليب الأم رضيعها بكميّات كافية من السرعات الحراريّة في أثناء حياته في مدّة الرضاعة.

وبشكل عام فإنّ حليب الأم يتكوّن من المواد الآتية:

- ١ - اللبأ (الكلوستروم): وهو مادة غذائيّة صفراء اللون غنية بالبروتينات والأجسام المضادّة التي توفّر الحصانة للرضيع، تفرزها الأم المرضع في الأيام الثلاثة الأولى من الولادة.
- ٢ - الماء: ويوجد بنسبة ٨٧.٥ %.
- ٣ - الدهون والأحماض الدهنيّة، ولا سيّما الأحماض الدهنيّة غير المشبعة، وتوجد بنسبة ٤ %.
- ٤ - البروتينات، ومنها الكاسيين واللاكتوميزين واللايسوزيم، وتوجد بنسبة ١ %.
- ٥ - الكاربوهيدرات، ومنها اللاكتوز، وتوجد بنسبة ٧ %.
- ٦ - المغذّيات الدقيقة، ومنها الأملاح والفيتامينات وغيرها، بنسبة ٠.٥ %.

خصوصية حليب الأم:

يُعدّ حليب الأم مصدراً أساسياً ووحيداً لتغذية الطفل في الأشهر الأولى من حياته، وهو أفضل غذاء له. وللرضاعة بهذا الحليب تأثير كبير في الجانب العاطفي

للاثنين معاً، فهو يجسّد الأمومة لدى الأم ويقوّيها، ويمنح الحنان والأمان والهدوء للطفل، وبذلك تتوطّد أواصر المحبة بين الأم والطفل.

ولحليب الأم خصوصية معينة يفتقر إليها أي حليب آخر، فقد أكدت الدراسات على أنّه أكثر نفعاً من سواه؛ لاحتوائه على عناصر غذائية تفوق ما هو موجود في الحليب غير البشري. وعند المقارنة بين حليب الأم وحليب البقر مثلاً، فإننا نجد الملاحظات الآتية:

- ١ - يحتوي حليب الأم على كمية مناسبة من الدهون والسكر والماء والبروتين والمعادن، وهي مواد ضرورية لازمة لنمو الطفل.
- ٢ - يفتقر حليب البقر إلى الأحماض الأمينية ومنها السيستين والتورين.
- ٣ - يعدّ حليب الأم أغنى من حليب البقر بسكر اللاكتوز.
- ٤ - يحتوي حليب الأم على أحماض دسمة منها حامض الأوميغا الضروري لنمو الجهاز العصبي.
- ٥ - يعدّ حليب الأم مصدراً مهماً للنيوكليوتيدات ^(١) التي تساعد على تشكيل خلايا جديدة.
- ٦ - حليب الثدي أسهل في الهضم من الحليب الاصطناعي.
- ٧ - يساعد حليب الأم على النوم؛ لاحتوائه على هرمون الميلاتونين.

حليب الأم وجنس الرضيع:

أشارت عالمة الأحياء من جامعة هارفارد الأمريكية الدكتورة هايند كايتي إلى أنّ تركيب حليب الأم يختلف باختلاف جنس الرضيع. ثم أوضحت أخصائية

(١) Nucleotides: هي الوحدات الأساسية لبناء وتركيب الكروموسومات في الخلية.

التغذية فوزية جراد من جامعة هارفارد أنَّ الرضيع الذكر يحتاج إلى حليب أغنى بالدهون والبروتينات، أمَّا الأنثى فتحتاج إلى كمية أكبر من الكالسيوم. ولوحظ أنَّ الذكور يحصلون على حليب أغنى بالدهون والبروتينات والطاقة، على حين تحصل الإناث على كميات أقل من الدهون وكميات أكبر من الكالسيوم.

وأشار الإمام علي عليه السلام إلى ذلك قبل (١٤٠٠) سنة، عندما تحاكت امرأتان ولدت إحداهن ذكراً والأخرى أنثى، وادَّعت كل واحدة منهن أنَّها أم الغلام، فدفع الإمام عليه السلام إلى إحداهن قدحاً فارغاً وطلب منها أن تحلب فيه من ثدييها حتى يمتلئ ففعلت فوزن الحليب وأفرغ القدح وأعطاه للأخرى وأمرها أن تفعل ما فعلته المرأة الأولى، فظهر أن أحد الحليين أخف من الآخر، فقال الإمام عليه السلام لصاحبة اللبن الخفيف خذي ابنتك ولصاحبة اللبن الثقيل خذي ابنك. وقد تأكَّد ذلك في الوقت الحاضر بأنَّ حليب الذكر يكون أثقل من حليب الأنثى.

الرضاعة الطبيعية:

وهي ليست وسيلة لتغذية الطفل فحسب، بل هي عمليةٌ طبيعِيَّةٌ تحمل في طياتها فوائد صحيَّة ونفسِيَّة كثيرة جداً لكل من الأم والطفل والأسرة بشكل عام. وتؤثر الرضاعة الطبيعيَّة في انكماش عضلات الرحم، إذ يتم إفراز هرمون الأوكسيتوسين من الغدَّة النخامية وهو الهرمون المسؤول عن التحكم بالمشاعر الإيجابيَّة للجسم. ويؤدِّي إفراز هذا الهرمون إلى تحفيز انقباضات الرحم المعروفة بتقلصاتها بعد الولادة وهي التي تساعد بدورها في تنظيف الرحم من المشيمة وتقليل النزف ما بعد الولادة ورجوع الرحم إلى حجمه الطبيعي بوقت أسرع.

وأنّ الرضاعة الطبيعيّة تتطلّب طاقة كبيرة، الأمر الذي يساعد الأم على حرق الدهون المتراكمة خلال الحمل.

وللرضاعة الطبيعيّة فوائد كثيرة جدًّا للطفل والأم على حدّ سواء، فحليب الثدي مصمم بالصورة التي يلبي فيها الاحتياجات الصحيّة للطفل بمراحل نموه ويعدّ غذاءً مثاليًا للرضيع. وهو يعزز جهاز المناعة لدى الرضيع بصورة يساهم فيها بحمايته من العديد من أمراض الطفولة الشائعة.

وغالبًا ما يكون إرضاع الطفل في الأسابيع الأولى من الولادة من (٨) إلى (١٢) مرة على الأقل يوميًا، أو على الأقل كل ساعتين إلى ثلاث ساعات. وينبغي أن يكون الطفل مستعدًّا للرضاعة الطبيعيّة من الساعة الأولى بعد الولادة. وقد أوصت منظمة الصحة العالميّة واليونسيف - بما يتعلق بالرضاعة الطبيعيّة - أن يتم البدء المبكر بالرضاعة الطبيعيّة خلال ساعة واحدة من الولادة ثم يرضع الأطفال من (٨) إلى (١٢) مرة يوميًا خلال أربع ساعات.

ومن الجدير بالذكر أنّ منظمة الصحة العالميّة (WHO) توصي بالرضاعة الطبيعيّة الإلزاميّة طيلة الأشهر الستة الأولى من حياة الوليد مع تقديم المواد الصلبة بصورة تدريجية بعد هذا السنّ. وينصح باستعمال الرضاعة الطبيعيّة حتى سنّ الثانية مادام الأم والطفل يرغبان بذلك.

وفي الأيام القليلة الأولى بعد الولادة تنتج الأم كمية صغيرة من الحليب السميك المصفر المسمى باللُّب وهو غني بالعناصر الغذائيّة ويوفر جميع السعرات الحراريّة التي يحتاجها الطفل في الأيام القليلة الأولى.

ويوصى باستمرار الرضاعة الطبيعية لإنتاج كمية أكبر من الحليب في غضون ثلاثة إلى خمسة أيام. وينبغي أن يكون عدد الرضعات ومدتها في أول أسبوع إلى أسبوعين من ثمانية إلى اثني عشر مرة يومياً وخلال (٢٤) ساعة. ويحتفل العالم سنوياً بالأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية خلال الأسبوع الأول (١ - ٧) من آب (أغسطس) من كل عام، وذلك بدعم من منظمة الصحة العالمية ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة. وإلى جانب النواحي الإنسانية والأخلاقية للأم تجاه الرضاعة، فإن هذه الأخيرة تعود بالنفع للمولود والأم على حد سواء.

وقد أكد الإمام علي عليه السلام ذلك بقوله: " ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة من لبن أمه " ^(١)؛ وقوله عليه السلام: " انظروا من يرضع أولادكم اللبن، فإن الولد يشب عليه، وما من لبن أعظم بركة على الصبي من لبن أمه " ^(٢). مبيناً في ذلك ضرورة إرضاع الطفل من حليب أمه؛ لأهمية حليب الأم في تزويد الرضيع بالمواد الغذائية اللازمة لنموه من جهة ولوقايته من الأمراض التي قد يتعرض لها من جهة أخرى.

(١) مستدرک نهج البلاغة: کاشف الغطاء، الباب الثالث.

(٢) تهذيب الأحكام: الطوسي، ج ٨، ص ١٠٨.

فوائد الرضاعة الطبيعية:

أ- فوائد الرضاعة الطبيعية للأم:

- ١ - هناك فوائد كثيرة توفرها الرضاعة الطبيعية للأم ، نذكر من بينها ما يأتي :
 - ١ - تؤثر الرضاعة الطبيعية من ثدي الأم في انكماش عضلات الرحم في أثناء مدّة النفاس ؛ بسبب حثّ خلايا الجسم تحت المهاد (الوطاء) Hypothalamus الكائن في الدماغ لتحرير هرمون الأوكسيتوسين من الغدة النخامية ، الذي يعمل على انكماش تلك العضلات في مدّة النفاس كي يعود الرحم إلى حجمه الطبيعي الذي كان عليه قبل الحمل.
 - ٢ - يؤدي مصّ الثدي عند الرضاعة إلى زيادة كمّية الحليب ، بفعل التأثير في الدماغ لزيادة هرمون الإرغاث المعروف بالبرولاكتين Prolactin من خلايا الفص الإمامي للغدة النخامية الذي يحثّ -بدوره - ثدي الأم على زيادة إنتاجه من الحليب.
 - ٣ - تساعد على حماية الأم من تكوّن الخراج الناجم عن تجمع الحليب بالثدي ، ومن ثم فإنّ الرضاعة الطبيعية تساعد على التقليل من حدوث الأورام الحميدة ، ومن خطر الإصابة بسرطان المبيض والثدي في الحياة لاحقاً.
 - ٤ - وبحكم الاختلال الهرموني الحاصل في أثناء الحمل وعقب الولادة فإنّ الإفراز الزائد لهرمون البرولاكتين يعد مانع حمل طبيعي للأم ؛ بسبب تأثيره في منع أو تأخير تكوين البويضة.
 - ٥ - تسبب الرضاعة انقطاع الحيض عند الأم المرضعة ، وهذا ما يساعد على منع احتقان الرحم وسهولة انكماشه.

- ٦ - تقلل من النزف الحاصل من جراء الولادة أو بعدها ؛ بسبب إفراز هرمون الاوكسيتوسين.
- ٧ - تساعد الأم في العودة بوزنها إلى ما كانت عليه قبل الحمل ، أي أنّ الرضاعة الطبيعيّة، تؤدّي إلى تسهيل فقدان الوزن الذي اكتسب في أثناء الحمل.
- ٨ - تقلّل من مخاطر الإصابة بضغط الدم المرتفع.
- ٩ - تقلّل من خطر الإصابة بما يعرف بـ " اكتئاب ما بعد الولادة " وذلك عن طريق مناسيب الكورتيزول وهو الهرمون المسؤول عن الاستجابة للضغط النفسي.
- ١٠ - تقلّل من مخاطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني.
- ١١ - تقوّي الرضاعة الطبيعيّة العلاقة بين الأم والطفل وتوفر وجوداً حميماً للأم في حياة طفلها ، فإذا ما كانت ترضعه وهي بمزاج هادئ وحال نفسيّة طبيعيّة، فإنّ ذلك سيؤثر في سلوك الطفل تأثيراً إيجابياً واضحاً، أمّا إذا كانت الأم عصبية المزاج ومتوترة نفسياً فإنّ ذلك سينعكس من دون شك على رضيعها ، ومن ثم قد يؤثر في مزاجه وسلوكه.
- ١٢ - تُحسّن من عمليّة التمثيل الغذائي لكلّ من السكر والدهون.
- ١٣ - تقلّل من خطر الإصابة بارتفاع الكوليسترول وأمراض القلب في الوقت اللاحق من العمر.
- ١٤ - تخفض خطر الإصابة بهشاشة العظام.
- ١٥ - تقلّل من القلق والتوتر ؛ لأنّ الرضاعة الطبيعيّة تساعد على إفراز جسم الأم لهرمون الاوكسيتوسين ، وهو ما يعرف بهرمون السعادة ليقوم بتحسين

الحال النفسيّة، عن طريق تقليل مستويات التوتر والاكتئاب، الأمر الذي يؤديّ إلى تعلق الأم بطفلها وتوطيد العلاقة بينهما.

١٦ - وتقلّل الرضاعة الطبيعيّة من خطر إصابة الأطفال بالأمراض، ومنها الإسهال والالتهاب الرئوي، ومن احتمالية الإصابة بالتهابات الأذن الوسطى.

١٧ - تساعد الرضاعة الطبيعيّة على تحسين جودة النوم وتنظيمه.

وقال النبي الكريم محمد ﷺ: " لا تسترضعوا الحمقاء فإنّ الولد يشب عليه " (١).

ولم يغفل الإمام علي عليه السلام عن ذلك أيضاً، إذ قال: " لا تسترضعوا الحمقاء فإنّ اللبن يغلب الطباع " (٢). وقال عليه السلام أيضاً: " انظروا من يرضع أولادكم، فإنّ الولد يشبّ عليه " (٣).

ب - فوائد الرضاعة الطبيعيّة للطفل:

تقدم الرضاعة الطبيعيّة فوائد صحيّة كثيرة للطفل الرضيع نذكر منها ما يأتي:

١ - يحتوي حليب الأم على كمّيّة مناسبة من الماء والدهون والبروتين والسكر والمعادن؛ لذلك فإنّه يعد ضروريّاً لنمو جسم الطفل الرضيع وتطوره.

٢ - خفض متلازمة موت الرضيع المفاجئ.

٣ - تقليل احتمالية الإصابة بالتهاب الأذن الوسطى.

(١) مستدرک نهج البلاغة: كاشف الغطاء، الباب الثالث.

(٢) المصدر نفسه.

(٣) المصدر نفسه.

- ٤ - تقليل الإصابة بأمراض البرد والإنفلونزا.
- ٥ - الإقلال من بعض أنواع السرطانات، ومنها سرطان الدم، في مرحلة الطفولة.
- ٦ - تقليل مخاطر الإصابة بالسمنة عند تقدّم العمر.
- ٧ - خفض مخاطر الإصابة بمرض السكري عند الأطفال.
- ٨ - التقليل من خطر الإصابة بالأكزيما.
- ٩ - تقليل المشاكل التي تتعرّض لها الأسنان وتعطي بذلك شكلاً أمثل للفم والأسنان.
- ١٠ - خفض مخاطر الإصابة بالاضطرابات النفسيّة.
- ١١ - يفيد اللبأ (الكلوستروم) في زيادة الكلوبولين المناعي من نوع A (IgA) المغلف للقناة الهضمية مما يساعد على حماية الأطفال حديثي الولادة من الأمراض وذلك عن طريق قدرة الجهاز المناعي لديهم من العمل بصورة صحيحة.
- ١٢ - الحماية من الإصابة بالالتهابات التنفسية وتقليل مخاطر الإصابة بالربو.
- ١٣ - حماية جسم الرضيع من الإسهال والاضطرابات المعوية والوقاية من سوء الهضم؛ لأنّ حليب ثدي الأم يكون أسهل في الهضم من الحليب الاصطناعي، إلى جانب ذلك فإنّ حليب الأم يعمل على حماية الجهاز الهضمي للرضيع من الجراثيم ومنعها من الدخول إلى مجرى الدم الأمر الذي يقلّل من خطر الإصابة بأمراض الجهاز الهضمي.
- ١٤ - تسهم في تكوين عظام أقوى لحياة الطفل القادمة.

- ١٥ - توفر هذه الرضاعة نموًا عقليًا أفضل ؛ وذلك عن طريق تحسين المهارات الذهنية. ولوحظ أنّ الرضاعة الطبيعية تؤثر في معدل ذكاء الطفل الرضيع ، إذ أظهرت الدراسات أنّ الأطفال الذين يتم إرضاعهم طبيعيًا تزيد على ستة أشهر يتمتعون بدرجات ذكاء أعلى مقارنة بأقرانهم الذين لم يرضعوا رضاعة طبيعية أو الذين تم إرضاعهم لفترة قصيرة.
- ١٦ - تقلّل من خطر الإصابة بأمراض القلب والنوبات القلبية في وقت لاحق من العمر.
- ١٧ - تسهم في تحسين نوم الطفل وتوفير الشعور بالأمان له ، إذ يفرز مع حليب الأم هرمون الميلاتونين الذي يؤدي دور المهدئ ، ويقلّل من حالات المغص.

الرضاعة من غير الأم:

جرت العادة في مجتمعاتنا منذ القدم أن تقوم الأمهات برضاعة أبناء غير أبنائهن ؛ بسبب شحّة أو انعدام الحليب لدى أمهات أولئك الأبناء أو لأسباب أخرى. وعلى الرغم من أن في ذلك فوائد لا تختلف عن فوائد الرضاعة الطبيعية ، إلّا أنّ هناك بعض الجوانب السلبية التي قد يصاب الرضيع بها ، منها انتقال بعض المواد من الأم المرضع إلى الرضيع مع الحليب ؛ إلى جانب بعض السمات النفسية التي قد تنتقل إلى الرضيع أيضًا. وقال الإمام علي عليه السلام في هذا المجال : " تخيروا للرضاع كما تتخرون للنكاح ، فإنّ الرضاع يغير الطباع " (١).

وقال عليه السلام : " انظروا من ترضع أولادكم فإنّ الولد يشب عليه " (٢).

(١) قرب الإسناد: القمي ، ص ٩٣.

(٢) الكافي: الكليني ، ج ٦ ، ص ٤٤.

الرضاعة الاصطناعية:

إلى جانب الرضاعة الطبيعيّة سواء كان ذلك من الأم أم من غير الأم، هناك نوع آخر يعرف بالرضاعة الاصطناعية أي التي يتم فيها إرضاع الطفل بحليب ليس حليب أمه أو مرضعته وذلك لأسباب معينة.

وقد لوحظ أنّ الحليب الاصطناعي يتسبب بحدوث أضرار مختلفة للرضيع نذكر منها ما يأتي :

- ١ - لا يحتوي الحليب الاصطناعي على الأجسام المضادة نفسها الموجودة في حليب الأم.
- ٢ - لا يكون امتصاص الحليب الاصطناعي سهلاً، كامتصاص حليب الأم.
- ٣ - الإصابة بالإسهال والنزلات المعويّة.
- ٤ - الإصابة بالسمنة.
- ٥ - الإصابة بتسوس الأسنان.
- ٦ - ظهور حساسية من البروتين البقري وخاصة في الجهاز التنفسي.

الفطام: Weaning

وهي المرحلة التي يبدأ فيها بتنويع تغذية الرضيع بدلاً من الاعتماد الكلي على الرضاعة الطبيعيّة، والتي يتم قطعها تدريجياً، ويعدّ الطفل مفطوماً متى ما أدرك ذلك.

والفطام هو مصطلح يعبر عن إدخال وجبة للطفل غير حليب الأم (بالرضاعة الطبيعيّة طبعاً)، أي أنّه عمليّة تحويل نظام الرضيع الغذائي من حليب

الأم إلى أطعمة وسوائل أخرى قد تضم الأطعمة الصلبة، أو الاعتماد على الحليب الاصطناعي.

وقد حددت الشريعة الإسلامية مدة الإرضاع التامة بأربع وعشرين شهراً كما جاء في قوله تعالى بحكم آياته البينات: ﴿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 آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَمَّا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ^(١).

ويحرم الرضاع بعد ذلك؛ لأنَّ لبن المرأة يصير من الخبائث ومن فضلات ما لا يؤكل لحمه، فيحرم على المكلف شربه، وكل ما حرم على المكلف شربه يحرم إعطاؤه لغير المكلف^(٢).

وهناك طرق مختلفة لتحقيق جلسات الرضاع في مدة الفطام كأن يكون تقليل جلسة الرضاعة يجعلها كل يومين إلى خمسة أيام، أو تقليص مدة جلسة الرضاعة الطبيعية أو الفطام عن طريق إيقاف الرضاعة في أثناء النهار وتستمر في الليل أو قبل نوم الطفل لتصبح الرضعات الليلية آخر الرضعات التي توقف، ويعرف ذلك بالفطام الليلي.

وتتراوح المدة الطبيعية لجفاف الحليب من ثدي الأم بعد الفطام ما بين (٧) و (١٠) أيام بعد آخر رضاعة للطفل.

(١) سورة البقرة: ٢٣٣.

(٢) مهذب الأحكام: السبزواري، ج ٢٥، ص ٢٧٥.

ومن أسهل الطرق لفطام الطفل هو تقليل جلسة الرضاعة بجعلها كل يومين إلى خمسة أيام، وتقليص مدة جلسة الرضاعة الطبيعية، وزيادة الوقت بين موعد الجلسات. ويقمن بعض النساء بالفطام عن طريق إيقاف الرضاعة في أثناء النهار أولاً، وتستمر في الليل أو قبل نوم الطفل.

وهناك بعض المشاكل قد تحصل لدى الأم بعد الفطام منها صغر حجم الثدي وكذلك وجود علامات التمدد على الثدي.

وهناك سورة تعرف بسورة الفطام تشير إلى أنه لا حرج في فطام الرضيع قبل تمام الحولين وفي أي شهر. فقد قال الله تعالى: [... فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ...] ^(١).

طرق الفطام:

عندما تقرر الأم الفطام يجب ألا تتوقف عن ذلك دفعة واحدة، بل ينبغي المحاولة في تقليل ذلك الفطام تدريجياً وببطء، عن طريق تقليل جلسة الرضاعة بجعلها كل يومين إلى خمسة أيام، وتقليص مدة جلسة الرضاعة الطبيعية الواحدة وزيادة الوقت بين موعد الجلسات.

وتختار الأمهات التوقف عن الرضاعة الطبيعية في أوقات مختلفة ولأسباب مختلفة. وفي معظم الأحيان تختار الأم موعد الفطام. ولعل من أظهر الأسباب أن الطفل لم يعد يرغب بالرضاعة الطبيعية.

(١) سورة البقرة: ٢٣٣.

أنواع الفطام:

هناك أربعة أنواع من الفطام هي :

١ - الفطام التدريجي :

ويحتاج إلى مدّة زمنيّة طويلة تبدأ بأسبوع وقد تستمر لعدة أشهر أو لمدة سنة.

٢ - الفطام المفاجئ :

وهو من أسوء أنواع الفطام الذي يتم فيها قطع الطفل عن حليب الأم مباشرة والبدء بالحليب الاصطناعي.

٣ - الفطام المؤقت :

وهو حال تمنع بها الأم الطفل من حليبها لمدة قصيرة ، ثم الرجوع إليه بعد مدّة زمنيّة معينة.

٤ - الفطام الذي يختاره الطفل :

وهو حال يمتنع فيها الطفل عن الرضاعة الطبيعيّة من تلقاء نفسه.

مشاكل الأم مع الفطام:

هناك مجموعة من المشاكل تحدث للأم في أثناء الفطام ، منها احتقان الثدي ، أو انسداد قنوات إدرار الحليب ، لا سيّما إذا تتوقف الأم عن الإرضاع دفعةً واحدة ؛ لذلك ينصح بالفطام التدريجي .

وقد تشعر الأم بصغر حجم الثدي بعد الفطام ، ووجود علامات التمدّد على الثدي غير أن هذه العلامات تختفي بمرور الوقت في العادة.



الفصل الثامن

الأمومة والطفولة

توطئة

يولد الأطفال ولديهم منذ اللحظة الأولى لولادتهم غريزة واحدة هي من صميم الطبيعة البشرية، وهي غريزة الارتباط بأولي أمرهم للبقاء على قيد الحياة، والنمو والحماية والتعلم في كنفهما.

تعدّ غرائز الأبوة والأمومة والطفولة من أهم الغرائز التي جعلها الله في حياة البشر؛ لتكوين الأسر وتأسيس السلوكيات والقيم للأفراد في مجتمعاتهم. وعلى الفرد، أباً كان أو أمّاً، أن يكون نموذجاً صالحاً للقيم والسلوكيات التي يرغب رؤيتها لدى أطفاله.

الأم:

تُعرّف الأم أنها امرأة تؤدّي أثراً يربطها بعلاقة أمومة مع أطفالها الذين قد يكونوا من نسلها البيولوجي أو قد لا يكونون. وتعدّ النساء أمهات نتيجة للولادة أو في حال قيامهن بتربية الأطفال. والأم هي النافذة التي يطلّ منها الطفل على العالم.

وللأم مكانة عظيمة في القرآن الكريم إذ قال الله سبحانه وتعالى عنها: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَيَالِ الْوَالِدِينَ إِحْسَانًا ۚ إِنَّمَا يَبْلُغُنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٌ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا﴾^(١).

وقال: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حِمْلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنًا عَلَىٰ وَهْنٍ

وَفَصَّالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ^(١).

وأم الشيء في اللغة يعني أصله وجذره، ومن دونها لا يكون هناك وجود في الحياة. ويقال عن حواء مثلاً إنها أم البشر. وعن ذلك قال النبي الكريم ﷺ: " الجنة تحت أقدام الأمهات "

وحديث الرسول ﷺ عن المرأة في حجة الوداع معروف بقوله الشهير: " استوصوا بالنساء خيراً " ^(٢). وكان الرسول الكريم ﷺ يحرص في ذلك على حمايتهن من الأذى الجسدي أو المعنوي ويظهر رحمته بهن.

الأمومة: Motherhood

وهي مجموعة من المشاعر والغرائز والانفعالات والمخاوف والأساليب لا يمتلكها أحد سوى معشر النساء. والأمومة لا تقتزن بالولادة فحسب، بل القيام بتهيئة الطفل بإمداده بكل شيء جميل، والعمل على تهيئته بصورة سليمة لمواجهة الحياة، وللاستعداد للأمومة لابد من تهيئة الأم صحياً ونفسياً وسلوكياً؛ لتكون مستعدة لما هو قادم من أعباء تحمّل المسؤولية في مجال العناية بالطفل.

والأمومة مرحلة تطلق على المرأة عندما تصبح أمّاً، أي أنّها تعني صفة الأم وتعبر لغة عن رابطة التواصل بين الأم وأبنائها، ويحدث ذلك عند ولادة طفلها أو عن طريق تبنيها لطفل أيضاً. وتعدّ الأمومة -شأنها في ذلك شأن الأبوة - ، نقطة انطلاق مهمة لتربية الأولاد والعناية بهم، وهي من أهم الغرائز التي تبعث على الإنسجام والحبّ والرعاية من الوالدين.

(١) سورة لقمان: ١٤.

(٢) صحيح البخاري: البخاري، ج ٤، ص ١٣٣.

والأمومة -على وجه التحديد - هي المدّة ما بين الرضاعة والبلوغ. وهو مصطلح غير محدّد قد يطلق على مُدد مختلفة من نحو الإنسان.

والأمومة هي من أقوى الخصائص التي امتازت بها المرأة منذ وجودها، وهي الوظيفة الأسمى التي منحها إياها الله وهي من أعظم الغرائز لدى المرأة. ويرى بعض المختصين أنّ غريزة الأمومة هي أقوى عند المرأة من غريزة الجنس، فقد تتزوج الفتاة رغبة منها أن تصبح أمًّا، على الرغم من علمها -مسبقاً - بمشاق الحمل والولادة، أو قد تصاب بالعقم أو بأمراض تحول دون إمكانية حملها، فتجد أنّها تشعر قد حرمت من أهم خاصية في وجودها بوصفها امرأة.

والأمومة هي الرحمة والعطاء بلا حدود من دون مقابل، إنّها خليط من المشاعر والأحاسيس والوظائف التي تحتاج إلى طاقة وجهد كبيرين.

والأمّ -التي تحسّن أداء هذه الوظيفة - لا يمكن تثنين مكانتها بأيّ ثمن، وكلّ إنسان مطوق بفضلها، ومهما تقدّم المرء لأمه؛ فإنّه لن يستطيع مكافأتها. قال رجل لرسول الله ﷺ: " إنّ والدتي بلغها الكبر وهي عندي الآن أحملها على ظهري، وأطعمها من كسبي، وأميط عنها الأذى بيدي، وأصرف عنها مع ذلك وجهي استحياءً منها وإعظاماً لها، فهل كافأتها؟ قال: لا؛ لأنّ بطنها كان لك وعاءً، وثديها كان لك سقاء، وقدمها لك حذاء، ويدها لك وقاء، وحجرها لك حواء، وكانت تصنع ذلك لك وهي تمنّي حياتك، وأنت تصنع هذا بها وتحب مماتها" (١).

وبشكل عامّ فإنّ الأمومة تعبّر عن العلاقة البيولوجيّة والنفسيّة التي تجمع بين المرأة وأطفالها الذين تنجبهم وترعاهم، أي أنّها تعبّر عن المعنى الشامل

(١) الطفل نشوءه وتربيته: مؤسسة البعثة، ص ٣٥٣.

للعلاقة البيولوجية والنفسية معاً ، وليس واحدة من دون الأخرى ، أي أنّها تنجب وتربي وتتعلق بأبنائها.

أمّا سيكولوجيا الأمومة ، فإنّها تعني علم نفس الأم وهو علم يعنى بمرحلة انتقال المرأة من مرحلة الأنوثة إلى مرحلة الأمومة أو النضج بوصفها مرحلة نمو فريدة من نوعها تمر بها الأنثى.

أنواع الأمومة:

بالاعتماد على الدور الذي تؤدّيه الأم ، والرابطة التي تربطها بطفلها يمكن أن تكون الأمومة على وفق الأنواع الآتية:

١ - الأم الكاملة:

وهي التي تلد أطفالها وترضعهم وترعاهم لحين الكبر ، وذلك منذ تحمل مشاق الحمل وحتى ما بعد الولادة ، ويعدّ هذا النوع من أقوى أنواع الأمومة.

٢ - الأم البيولوجية:

وهي التي تحمل طفلها من دون أن تربيّه بعد الولادة ، إذ تتخلّى عنه بسبب الطلاق أو الفراق أو الموت.

٣ - الأم النفسية:

وهي الأم التي لم تحمل بالطفل أو لم تلده ، بل تقوم بتربيته بالتبني وذلك بعد فقدانه أمه البيولوجية ، أي تتمثّل وظيفة هذه الأم في رعاية الطفل وتربيته والعناية به لحين يكبر.

وتقسم الأمومة النفسية إلى قسمين هما:

- الأمومة الراعية: وتتضمّن كلّ من الحب والحنان والعطف والدلال.

- الأمومة الناقدة: وتتضمن النقد والتوجيه والنهي والسيطرة.

المولود:

وهو مصطلح يطلق على حديثي الولادة منذ لحظة الولادة إلى أن يبلغ (٢٨) يوماً من العمر، أي منذ الولادة وحتى أربعة أسابيع، ويشمل الأطفال الخدج أو الأطفال كاملي الولادة. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، تزداد فرص وفاة الأطفال في هذه المرحلة الأمر الذي يتطلب توفير الغذاء والرعاية الصحية اللازمة لزيادة فرص الطفل في النجاة.

ويعرف بعضهم الآخر الرضيع أنه الهيئة الأولى من الإنسان البالغ من العمر ساعات أو أيام وحتى أسابيع قليلة من الولادة.

وتشمل قائمة الاستعداد والتحضير لقدوم الطفل الجديد ما يأتي:

١ - تجهيز جميع مستلزمات الطفل، بما في ذلك تجهيز حقيبة الولادة وغسل ملابس الطفل.

٢ - الحرص على التمتع بإجازة أمومة إذا كانت موظفة.

٣ - زيارة طبيب الأطفال لفحص المولود الجديد.

٤ - العناية بموضوع تغذية الطفل عن طريق الرضاعة الطبيعية.

وعن المولود الجديد، قال الإمام علي عليه السلام: " ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة من لبن أمه " (١).

(١) مستدرک نهج البلاغة: كاشف الغطاء، الباب الثالث.

وقال عليه السلام: " إذا هنيتم الرجل عن مولود ذكر فقولوا: بارك الله لك في هبته وبلغه أشده، ورزقك برّه " (١).

الطفولة:

يمرُّ الإنسانُ في حياته، بثلاث مراحل أولها الطفولة، وتعدّ من أعقد المراحل في تربية الطفل، إذ إنّ الطفل لا يتمتع بالإدراك العالي لاستلام التوجيهات والنصائح، فهو بحاجة إلى من يراقبه ويرعاه منذ أول يوم من ولادته ولحين وصوله مرحلة البلوغ.

ومصطلح الطفولة هو مصطلح غير محدّد، ولكنه قد يطلق على مدد مختلفة من نمو الإنسان، لكن المعروف عنه أنّه يعبر عن المدة الواقعة ما بين مرحلتي الرضاعة والبلوغ، وهي تبدأ من الولادة وتنتهي عند سن المراهقة وهو سن الثامنة عشر الذي يشكل العمر الشائع لانتهاء الطفولة.

والطفولة هي المرحلة الزمنية من عمر الطفل التي تمتد منذ ولادته وحتى بلوغه، وتعدّ أولى مراحل حياة الإنسان بعد الولادة وحتى مرحلة نشأة البدن.

وتعرف الطفولة أيضاً بأنها المرحلة العمرية الواقعة بين الرضاعة والبلوغ، وتقسم إلى ثلاث مراحل هي: (الطفولة المبكرة) و(الطفولة

المتوسطة) و(طفولة مرحلة المراهقة).

وتتسم مرحلة الطفولة بالمرونة والقابلية للتربية والتعلم، وفيها يكتسب الطفل العادات والمهارات والاتجاهات العقلية والاجتماعية والحسية، ولكن يبقى اعتماده فيها على الآخرين في تأمين أسباب الحياة والتكيف مع المحيط الخارجي.

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ١٠١، ص ١١٠.

وفي هذا المجال قال الإمام علي عليه السلام: " ولدك ربحانك سبعا وخادمك سبعا ثم هو عدوك أو صديقك " (١).

وقال الإمام علي عليه السلام أيضاً: " انما الغلام يثغر في سبع سنين، ويحتلم في أربع عشرة سنة، ويستكمل طوله في أربع وعشرين سنة، ويستكمل عقله في ثمان وعشرين سنة، وما كان بعد ذلك فانما هو بالتجارب " (٢).

وبذلك فإن مرحلة الطفولة تبدأ من بداية تكوين الإنسان في رحم الأم إلى ما قبل بلوغ سن الخامسة عشر من عمره، مع الأخذ بالحسبان الفارق بين الذكور والإناث.

مراحل الطفولة:

يمر الإنسان بمراحل عمرية متتابعة تتخللها سلسلة من التطورات تبدأ منذ الولادة مروراً بالمراهقة والشباب والكهولة حتى تنتهي بالوفاة. وتعدّ مرحلة الطفولة الارتكاز الأساس في بناء الشخصية الإنسانية.

وتصنّف الطفولة إلى المراحل الآتية:

- ١ - مرحلة الرضاعة.
- ٢ - الطفولة المبكرة.
- ٣ - الطفولة المتوسطة: وتبدأ بحوالي السن السابعة أو الثامنة.

(١) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٢٠، ص ٣٤٣.

(٢) مستدرك الوسائل: النوري، ٨٥ / ١ - ٨٦.

وهناك تصنيف آخر لمراحل الطفولة يتألف مما يأتي :

- ١ - مرحلة ما قبل الميلاد :
وتقع بين لحظة الإخصاب وتكوين البويضة الملقحة وحتى الولادة.
- ٢ - مرحلة الرضاعة :
وتبدأ منذ لحظة الولادة وحتى نهاية العام الثاني من عمر الطفل.
- ٣ - مرحلة الطفولة المبكرة :
وهي المرحلة التي تسبق الالتحاق بالمدرسة ، وقد تبدأ من بداية العام الثالث وحتى نهاية العام السادس من العمر.
- ٤ - مرحلة الطفولة المتوسطة :
وتبدأ من عمر السبع سنوات وحتى نهاية التسع سنوات ، وتظهر فيها رغبة الطفل في الاستقلال عن والديه واتساع دائرة محيطه الاجتماعي ؛ نظراً لدخوله إلى المدرسة والانضمام إلى مجتمعات مختلفة عن البيئة الأسرية والمجتمع العائلي.
- ٥ - مرحلة الطفولة المتأخرة :
وتبدأ من تسع سنوات وحتى اثني عشر سنة. وتسمى أيضاً بمرحلة ما قبل المراهقة ، وتعدّ هذه المرحلة من أنسب المراحل لاتمام التطبيع الاجتماعي.

أثر الأمومة في حياة الطفل:

تؤثر الأم تأثيراً كبيراً عندما تكون في حياة الطفل ، فتجعله يشعر بالحبّ والحنان والعطف منذ الرضاعة ؛ لما تقدّمه من رعاية وعناية ، فالأم هي منبع الحنان للطفل ، وهي التي تتحمّل السهر للحفاظ على راحته ولإكمال نموه بعد الولادة ، بدءاً بالرضاعة الطبيعيّة التي تزيد من روابط الأمومة ، وتقوي العلاقة

بين الأم وطفلها. أمّا عدم وجود الأم في حياة الطفل فإنه يؤثر تأثيراً كبيراً في سلوك الطفل وتربيته.

وتبدأ علاقة الطفل بأمّه منذ ولادته، وفي سني المهد، حتى يستقل عنها فيعتمد على نفسه، ويخاطبها ويستجيب لها، ويتحرّك ويمشي. ولأم آثارها الكبيرة في إشباع حاجاته الجسميّة والنفسيّة والعقليّة. والطفل الذي يحرم من حنان الأم وعاطفتها، قد يتأخّر نموه الجسمي والعقلي واللغوي والاجتماعي، بل أنّ بنيته الشخصية لا تكون سوّية.

والأم هي أول مدرسة تلقّن الطفل دروساً لبناء شخصيته وصقل تصرفاته منذ ولادته وحتى الكبر. والأم هي صاحبة الدور الأكبر في بناء جيل المستقبل، وهي أساس المجتمع برمّته. وقد قال الله تعالى: ﴿ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن﴾^(١).

ويؤثر غياب الأم سلبياً في الطفل، فقد يعاني الطفل البعيد عن أمّه من مشاكل تتعلّق بثقة الطفل بنفسه، تمنعه من تكوين علاقات صحيّة مع الآخرين. وقد يفقد الأطفال الذين يكبرون من دون أمّهات الشعور بالأمان وتسيطر عليهم مشاعر الشك والتردد والقلق، الأمر الذي يؤثر فيهم نفسياً واجتماعياً.

وبشكل عام، هناك آثار واضحة لوجود الأمومة في حياة الطفل نذكر منها ما يأتي:

- ١ - شعور الطفل بالحب والعطف والحنان منذ بدء الرضاعة إلى ما بعدها.
- ٢ - تنمية الثقة بالنفس لدى الطفل.

٣ - الاعتماد على النفس عن طريق ما تكلفه به الأم من مسؤوليات تتناسب مع عمره.

وهناك تأثيرات لعدم وجود الأم في حياة الطفل منها :

١ - تدني احترام الطفل لذاته، وشعوره بالخجل مما يؤدي إلى فقدان الثقة بنفسه وبمن حوله.

٢ - صعوبة تكوين علاقات مع الآخرين.

٣ - تكوين سلوك معادٍ للمجتمع والمعاونة من مشاكل عاطفية.

حقوق الطفل:

تعدّ مرحلة الطفولة من المراحل المهمة والأساسية في بناء شخصية الطفل. فجاء في مبادئ الإسلام أنّ للطفل حقوقاً وواجبات لا يمكن إغفالها، وهي على الوجه الآتي :

١ - اختيار الأم الصالحة :

يعدّ اختيار الأم الصالحة ركناً أساساً من أركان تحقيق مستلزمات حقوق الطفل ليصبح إنساناً صالحاً في أسرته وفي مجتمعه.

وبعد اختيار الأم الصالحة يتم العناية بها في أثناء مدّة الحمل، ثم التهيؤ لإنجاح عملية الولادة، لتأتي بعدها مرحلة الإرضاع والحضانة والنفقة عليه.

والمرأة الصالحة هي المعروفة بالأخلاق الطيبة والعفاف وطيب الكلام وحسن الصورة. قال النبي الكريم محمد ﷺ في هذا المجال : " تُنكح المرأة لأربع : لمالها، ولحسبها، ولجمالها، ولدينها فاظفر بذات الدين تربت يداك " (١).

(١) صحيح البخاري : البخاري، الرقم (٥٠٩٠).

أمّا الإمام علي عليه السلام، فيصف اختيار المرأة للزواج بقوله: "خيارُ خِصالِ النساءِ شِراءُ خِصالِ الرجالِ: الزَّهْوُ، والجُبْنُ، والبُخلُ؛ فإذا كانتِ المرأةُ مَزْهُوَّةً لَمْ تُمَكِّنْ مِنْ نَفْسِهَا، وإذا كانتِ بَخِيلَةً حَفِظَتْ مَالَهَا وَمَالَ بَعْلِهَا، وإذا كانتِ جَبَانَةً فَرَقَتْ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يَعْرِضُ لَهَا" ^(١).

٢ - حق الحب:

وهو حق ينبغي أن يمنح الطفل في داخل أسرته، فقال الإمام علي عليه السلام عن ذلك: "من قبل ولده كتب الله له حسنة، ومن فرّحه فرّحه الله يوم القيامة" ^(٢). وفي ذلك قال الإمام علي عليه السلام: "قلب الحدث كالأرض الخالية ما ألقى فيها من شيء قبلته" ^(٣).

٣ - الحقوق المادية:

وتتضمن تهيئة المتطلبات المادية للطفل سواء أكان ذلك من قبل أسرته أم عن طريق المجتمع والدولة.

ومن جانب آخر أشار الإمام علي عليه السلام إلى أنّ كثرة الأطفال في الأسرة قد يكون عبئاً على كاهل معيل الأسرة ينبغي الاستعداد لها، إذ قال الإمام علي عليه السلام: "ثلاث من أعظم البلاء: كثرة العائلة، وغلبة الدين، ودوام المرض" ^(٤).

من أجل نشأة الأطفال نشأة طبيعياً تؤدي إلى استمرارية النهوض بالمجتمعات لا بدّ من توفير الحقوق اللازمة لهم، ومن هذه الحقوق نذكر ما يأتي:

(١) نهج البلاغة: شرح ابن أبي الحديد، ج ١، ص ٢٤٤.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ١٠١، ص ٩٩.

(٣) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ١٦، ص ٦٦.

(٤) موسوعة الأحاديث الطبية: الريشهري، ج ١، ص ٩٢.

- ١ - حقّ المسكن والمأكل والمشرب.
 - ٢ - حقّ الحماية من الأخطار.
 - ٣ - حقّ الأمان والاستقرار.
 - ٤ - حقّ التمتع بالصحة السليمة والرعاية الصحيّة المطلوبة.
 - ٥ - حقّ التعلم.
- ومن حقوق الطفل عند الإمام علي عليه السلام، نذكر ما يأتي :
- ١ - وجود الأم الصالحة.
 - ٢ - العناية به عند مدّة الحمل.
 - ٣ - زرع المحبة في نفس الطفل ما بعد الولادة، ويتمثّل ذلك بالاحتضان الروحي المليء بالدفء والإحساس بالأمان.
 - ٤ - النظرة التربويّة، أي لا بدّ من توفّر حقّ التربية، وفي ذلك قال الإمام عليه السلام: " لا تقسروا أولادكم على آدابكم فانهم مخلوقون لزمان غير زمانكم"^(١).

الطفولة في فكر الإمام علي عليه السلام :

أشرنا قبل قليل إلى أنّ مرحلة الطفولة هي من المراحل الأساسيّة والمهمّة في بناء شخصيّة الطفل، فإنّ للأطفال حقوقاً وواجباتٍ لا يمكن إغفالها، وهي تبدأ من اختيار الأمّ الصالحة، ثم العناية به في أثناء مدّة الحمل وتحقيق ولادته، واختيار الاسم الحسن له، وإتمام الرضاعة والحضانة والتربية السليمة.

(١) شرح نهج البلاغة : ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٢٠، ص ٢٦٧.

وتظهر أهمية مرحلة الطفولة وتأثيرها المستقبلي في الإنسان والمجتمع على وفق رؤية الإمام علي عليه السلام، إذ قال: " قلب الحدث كالأرض الخالية ما ألقى فيها من شيء قبلته " ^(١).

ودعا الإمام علي عليه السلام، إلى منح حقّ الحبّ للطفل في أسرته، إذ قال: " من قبل ولده كتب الله له حسنة ومن فرّحه فرّحه الله يوم القيامة... " ^(٢)، إذ إنّ بهذه المحبة يزرع الإحساس في نفس الطفل بأنّه موضع محبة ورعاية من والديه.

وقال الإمام علي عليه السلام، عن الطفل: " ورأيت حيث عناني من أمرك ما يعني الوالد الشفيق وأجمعت عليه من أدبك أن يكون ذلك وأنت مقبل العمر ومقبل الدهر، ذونيّة سليمة ونفس صافية " ^(٣).

وهناك حقوق معنويّة كثيرة دعا الإمام علي عليه السلام، إلى تحقيقها في المجتمع ومنها حقّ الأمن للأطفال. أمّا الحقوق الماديّة التي ذكرها الإمام علي عليه السلام، فهي تعني تهيئة المتطلبات الماديّة للطفل سواء كان ذلك من أسرته أم من الدولة والمجتمع في مراحل لاحقة، وذلك في ضمن إطار حقّ الضمان الاجتماعي، إذ دعا الإمام إلى الاستمرار لأداء الحقّ المادي للطفل حتى يعتمد على نفسه.

وأشار الإمام علي عليه السلام، إلى أنّ كثرة الأطفال في الأسرة قد يكون عبئاً إضافياً على كاهل معيل الأسرة، بل هي مسؤوليّة ينبغي الاستعداد لها إذ يقول عليه السلام: " ثلاث من أعظم البلاء كثرة العائلة، وغلبة الدين ودوام المرض " ^(٤).

(١) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ١٦، ص ٦٦.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٧، ص ٣٠٤.

(٣) نهج البلاغة - خطب الإمام علي عليه السلام: تحقيق محمد عبده، ج ٣، ص ٤١.

(٤) موسوعة الأحاديث الطبية: محمد الريشهري، ج ١، ص ٩٢.

وتبدأ مرحلة الطفولة ابتداءً من تكوين الإنسان في رحم أمه، إذ قال عليه السلام: " ولدك ريحانتك سبعا وخادمك سبعا ثم هو عدوك أو صديقك " ^(١).
ومن الحقوق الأساسية التي أشار إليها الإمام عليه السلام، إذ يلقي على الأسرة مسؤولية التربية كونها أول محيط يحتضن الطفل، إذ قال عليه السلام: " رحم الله والد أعان ولده على برّه " ^(٢).

ويتم تحديد عملية التربية بثلاث مراحل أساسية تعرف الأولى منها بمرحلة ما بعد الولادة، وتتماز باختيار اسم الطفل ليكون محوراً مهماً لما يتركه من أثر في نفسية الطفل المولود (المسمى). أمّا المرحلة الثانية فتركز على تربية الطفل وتحسين أدبه وتقويمه؛ ليكون عنصراً إيجابياً في المجتمع. على حين تأخذ المرحلة الثالثة بعداً آخر يمتاز بتهيئة الطفل لما سيكون عليه مستقبلاً. وقد تجسد ذلك بقول الإمام عليه السلام: " لا تقسروا أولادكم على آدابكم فانهم مخلوقون لزمان غير زمانكم " ^(٣).

(١) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٢٠، ص ٣٤٣.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٧١، ص ٦٥.

(٣) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٢٠، ص ٢٦٧.



الفصل التاسع

المرأة في نهج البلاغة

المرأة والمجتمع

المرأة هي الأم والمربية المسؤولة عن نشأة الأجيال وزرع القيم النبيلة والالتقاء إلى المجتمع. وهي عنصر مهم من عناصر تعزيز التكافل الاجتماعي. وتؤدي المرأة أثراً مهماً عن طريق الشراكة التي تؤديها مع الرجل في بناء الأسرة. والمرأة هي أنثى الإنسان البالغة، وعادة ما تكون كلمة امرأة خاصة بالأنثى البالغة، على حين تطلق كلمة "فتاة" أو "بنت" على إناث الأطفال غير البالغات.

وقد استطاعت المرأة أن تحجز مكانها وتفرض وجودها بوصفها عنصراً مهماً، وأصبحت ذات تأثير كبير في المجتمع. ويعد دور المرأة في الأسرة مهماً جداً لبناء المجتمع وذلك عن طريق العناية بأفراد الأسرة والعمل على توجيه الأبناء على وفق التربية الإيجابية المنشودة لبناء المجتمعات السليمة والقوية.

وعن المرأة الصالحة قال النبي محمد ﷺ: "من سعادة المرء المرأة الصالحة، والمسكن الواسع، والمركب البهي، والولد الصالح"^(١).

وخلاصة ما يمكن قوله عن المرأة إنها تعد حجر الزاوية في بناء المجتمع، إنها نصف المجتمع، فهي التي تقوم بإحجاب وتنشئة وتربية النصف الآخر؛ لذلك يجب العمل على تمكينها لإظهار دورها التربوي والإنساني المنشود في بناء المجتمعات السليمة.

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٧٣، ص ١٥٤.

الإسلام والمرأة:

أولى الإسلام المرأة عنايةً كبيرةً، ونظر إليها نظرة تكريم واعتزاز. فالمرأة في الإسلام هي الأم والأخت والابنة والعمة والخالة والجددة والزوجة، وشريكة الرجل في تحمّل مسؤوليات الحياة. أمّا حقوق المرأة في الإسلام فهي كثيرة جداً، منها حق العشرة الحسنة وحق اختيار الزوج وحق العمل وحق الملكية الخاصة وغيرها.

وأكد الإسلام على احترام شخصيّة المرأة المعنويّة ومساواتها بالرجل في أهلية الوجوب والأداء، وأثبت لها حقها في التصرف ومباشرة جميع العقود، ومن ذلك حق البيع وحق الشراء وما إلى ذلك.

وقد كلّف الله سبحانه وتعالى المرأة مع الرجل، بالنهوض بمهمّة الاستخلاف في الأرض وتربية الأبناء وتنشئتهم التنشئة السويّة. وأكد على جعل المرأة على درجة واحدة مع الرجل في التكريم والإجلال.

وقد زخر القرآن الكريم والأحاديث النبويّة الشريفة بالتوصيات والأوامر الواضحة بحسن معاملة النساء وإسداء المعروف لهن واحترام مكانتهن.

وقد قال الله سبحانه وتعالى في هذا المجال: ﴿يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا ان أكرمكم عند الله أتقاكم﴾^(١).

وقال (تعالى): ﴿اني لا اضيع عمل عامل منكم من ذكر أو أنثى بعضكم من بعض﴾^(٢).

(١) سورة الحجرات: ١٣.

(٢) سورة آل عمران: ١٩٥.

وقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً﴾^(١).

وقال عز وجل: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾^(٢).

وهكذا يبين القرآن الكريم أن لا فضل للذكر على الأنثى أو العكس إلا بالتقوى والعمل الصالح.

والجدير بالذكر أن الإعلان التاريخي الذي اعتمدته الجمعية العامة للأمم المتحدة بخصوص المرأة وحقوق الإنسان، والذي نص على ما يأتي: "يولد جميع الناس أحراراً ومتساوين في الكرامة والحقوق"، كان قد أُقر في اليوم العاشر من نوفمبر (تشرين الثاني) في عام ١٩٤٨، وذلك يعني أن الإسلام قد سبق العديد من التشريعات العالمية المعاصرة في موضوع المساواة بين الجنسين بما لا يقل عن ألف عام من وقتنا الحاضر.

وقد وردت في القرآن الكريم كثيراً من الآيات البيّنات عن شؤون المرأة وذلك في أكثر من (١٠) سور منها سورة النساء الكبرى وتعرف بسورة النساء وسورة النساء الصغرى المعروفة بسورة الطلاق. وورد الحديث عن المرأة أيضاً في سور البقرة والمائدة والنور والأحزاب والمجادلة والممتحنة والتحريم.

وأشاد النبي محمد ﷺ بالمرأة بما يليق ومكانتها الرفيعة في بناء المجتمع بقوله ﷺ: "استوصوا بالنساء خيراً"^(٣).

(١) الآية الأولى من سورة النساء.

(٢) سورة البقرة: ٢٢٨.

(٣) جامع أحاديث الشيعة: البروجردي، ج ٢٠، ص ٢٤٦.

وقوله ﷺ أيضاً: " الدنيا متاع ، وخير متاعها المرأة الصالحة " (١) .
وقوله ﷺ : " اتقوا الله في النساء فانهن عوانٌ عندكم ، أخذتموهن بأمانة
الله ، واستحللتم فروجهن بكلمة الله ، ولهن عليكم رزقهن ، وكسوتهن
بالمعروف " (٢) .

المرأة في فكر الإمام علي عليه السلام :

للمرأة مكانة كبيرة في فكر الإمام علي عليه السلام ، فقد أعطاها حقَّ قدرها ،
وعني بها عنايةً كبيرة. وقد كانت حياته مع المرأة مستقرّة ، إذ تزوج أكثر من
إمرأة وعاش معهن حياة هائلة ، وأنجب منهن البنين والبنات ، وعمل على
تربيتهم أحسن تربية.

وقد أكرم الإمام عليه السلام المرأة منذ ولادتها واستنكر عمل العرب في الجاهلية
بشأنها ونبذهم النساء. والمرأة التي أخذت مكانتها المميزة عنده يضعها في بداية
سلبات العصر الجاهلي حتى قبل عبادة الأصنام فيقول عليه السلام : " والكثرة متفرقة
في بلاء أزل وأطباق جهل من بنات مؤودة وأصنام معبودة " (٣) .

وقال الإمام عليه السلام : " خيارُ خِصالِ النِّساءِ شِراءُ خِصالِ الرِّجالِ : الزَّهْوُ ،
والجُبْنُ ، والبُخلُ ؛ فإذا كانتِ المرأةُ مَزْهُوَّةً لَمْ تُمَكِّنْ مِنْ نَفْسِها ، وإذا كانتِ

(١) ميزان الحكمة: الريشهري، ج ٢، ١١٨٧.

(٢) مستدرک الوسائل: النوري، ج ١٤، ص ٢٥٣.

(٣) روائع نهج البلاغة: جورج جرداق، ص ٥٩.

بَخِيلَةً حَفِظَتْ مَالَهَا وَمَالَ بَعْلِهَا ، وَإِذَا كَانَتْ جَبَانَةً فَرَّقَتْ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يَعْرِضُ لَهَا " (١) .

وكان الإمام عليه السلام يرى المرأة بصفاتها شريكة للرجل في الإنسانية وفي الحياة ، ولم يقتصر تقديره لها على كونها زوجة أو أمًا فحسب ، بل رفع من شأنها بوصفها شخصاً لها الحق في امتلاك الفكر والرأي والمشاركة الفاعلة في المجتمع . فهذه النظرة الإيجابية لا تعكس عنايته الكبيرة للمرأة فحسب ، بل تؤكد على سمو القيم التي كان يحملها الإمام .

ولا تختلف نظرة الإمام علي عليه السلام إلى المرأة عن نظره إلى الرجل ، بل جاءت امتداداً لنظرة الإسلام اليهما ، كما كانت امتداداً لأفكار النبي محمد ﷺ وانسجاماً مع ما ورد في القرآن الكريم . فالرجل والمرأة لا يختلفان من الناحية الروحية ، بل هناك اختلاف وظيفي (فلسفي) أي أنّ الوظيفة والتركيب يعتمدان على طبيعة التكوين والاختصاص لكلّ منهما ، فللمرأة الحق في أن تدخل بكل مجال وتسهم في صناعة الأحداث . فالرجل يتحمّل مسؤوليته الاجتماعية ، وكذلك المرأة الصالحة . وأنّ المجتمع كلّ لا يتجزأ ، والمرأة جزء من هذا المجتمع .

وكان الإمام عليه السلام يوصي المقاتلين في كافة معاركه بعدم التعرّض لأعراض الناس ، وهذه من خصال مروءته وغيروته . فمن وصية له عليه السلام لعسكره قبل لقاء العدو قال : " لا تقاتلوهم حتى يبدأوكم فإنكم بمحمد الله على حجة ، وترككم إياهم حتى يبدأوكم حجة أخرى لكم عليهم . فإذا كانت الهزيمة بإذن الله فلا تقتلوا مدبراً ، ولا تصيبوا معوراً ، ولا تجهزوا على جريح ، ولا تهيجوا النساء بأذى وإن شتمن أعراضكم وسبن أمراءكم ، فإنهن ضعيفات القوى والأنفس

(١) نهج البلاغة : شرح ابن أبي الحديد ، ج ١ ، ص ٢٤٤ .

والعقول، إن كنا لنؤمر بالكف عنهن وإنهن لمشركات، وإن كان الرجل ليتناول المرأة في الجاهلية بالفهر أو الهراوة فيعير بها وعقبه من بعده"^(١).

المرأة ريحانة وليس قهرمانه:

أكد الإمام علي عليه السلام على أنّ وظيفة المرأة تتمثل بممارسة الأعمال المناسبة لها، ومن أجل إنجاب أولادها ورعاية أسرتها، وأنها لم تخلق لتتحمل المسؤوليات الشائكة والأعمال التي تضر بأنوثتها، بل خلقت لتظل ورثة جميلة وريحانة عطرة. فجاء ذلك في كلماته عن المرأة وذلك في وصيته لابنه الإمام الحسن عليه السلام والتي أراد عن طريقها وصف المرأة، بقوله: " لا تملك المرأة من أمرها ما جاوز نفسها فإن المرأة ريحانة وليس قهرمانه "^(٢).

ومن كلماته عليه السلام، ما جاء في وصيته لابنه الإمام الحسن عليه السلام، أيضاً بقوله: " ان المرأة ريحانة، وليست بقهرمانه، فاياك والتغاير في موضع غيرة، فإن ذلك يدعو الصحيحة إلى السقم، والبريئة إلى الريب "^(٣).

وقد وردت كلمة (الريحان) في قوله تعالى: ﴿فأما ان كان من المقربين ❖ فروح وريحان وجنة النعيم﴾^(٤). والريحان -هنا- هو كل نبات طيب الريح مفردة ريحانة، فروح وريحان تعني الرحمة.

(١) نهج البلاغة خطب الإمام علي عليه السلام: تحقيق محمد عبده، ج ٣، ص ١٥.

(٢) الكافي: الكليني، ج ٥، ص ٥١٠.

(٣) بحار الأنوار: المجلسي، ج ١٠٠، ص ٢٥٢.

(٤) سورة الواقعة: الآيات (٨٨ - ٨٩).

فالمرأة ريحانة، وزهرة، ووردة هذه الدنيا وليست بقهرمانه. وهي التي تتحكم بالأمر وتتسلط وتتصرف فيها بأمرها أي تكون حاكمة وسلطانة وتقهّر الناس في أقوالها وأفعالها، فإنّ ذلك ما يخرجها من وظيفتها التي خلقها الله لأجلها، فهي منبع الحب والعطف والحنان لزوجها وأبنائها.

والمرأة بطبيعتها وتكوينها شيء واحد ولكن تختلف الأشكال والألوان لتناسب الأذواق الأخرى؛ لأنّها ليست على نفس المستوى وب نفس النظرة فهي في الحقيقة رحمة من الله بهذا الإنسان الرجل والمرأة على حد سواء. ولو كانت الأذواق واحدة لكانت النساء متشابهة ولاختلط الحابل بالنابل كما يقولون في الأمثال.

وهكذا وصف الإمام عليه السلام المرأة بأجمل الأوصاف حين مثلها بالريحانة بخلاف القهرمانه التي يقصد بها تكليف المرأة بأمور الخدمة والانشغال بشؤون البيت الشاقة. فالإسلام أراد للمرأة أن تكون مناراً فكرياً وتربوياً، ولا يمكن إجبارها على ما لا يطاق من المهام والمسؤوليات الشاقة.

والفرق الجوهرى بين عدّة المرأة (ريحانة) وبين عدّها (قهرمانه) هو ان الريحانة تكون محفوظة ومصانة وتعامل وتخطب برقة، ولها منزلتها، ولا يمكن للزوج التفريط بها. أمّا المرأة القهرمانه فهي التي تقوم بالخدمة في المنزل وتدير شؤونها من دون أن يكون لها من الزوج تلك المكانة العاطفية والاحترام والرعاية لها. فمعاملة الزوج لزوجته ينبغي أن تكون نابعة من عدّها ريحانة وليس من عدّها خادمة تقوم بأعمال المنزل؛ لأنّ المرأة خلقت للرفقة والحنان.

وما يريده الإمام عليه السلام من ذلك أيضاً هو إعفاء النساء من المشقة وعدم الزامهن بتحمل المسؤوليات فوق قدرتهن؛ لأنّ ما عليهن من واجبات لتكوين

الأسرة وتربية الجيل يستغرق جهدهن ووقتهن ؛ لذا ليس من حقّ الرجل إجبار زوجته للقيام بأعمال خارجة عن نطاق واجباتها ؛ لأنّ مهمتها بوصفها أمّاً ومربيةً للأجيال وزوجة وإسهامها في تكوين أسرة ناجحة يتطلب منها جهداً ليس يسيراً.

وخلاصة ما يمكن قوله هنا هو : إنّ الإمام عليّاً عليه السلام أراد أن يقول إنّ الله خلق المرأة لا لأجل أن نذلّمها ونقسو عليها ، بل إنّ الله خلقها لاحترامها ومداراتها فهي " ريحانة " ؛ لكي تضيفي على البيت نكهةً طيبةً ورائحةً زكيةً وطعمًا لذيذاً للحياة داخل الأسرة الواحدة وفي المجتمع.

أمّا " القهرمانه " فهي المرأة التي تقوم بالخدمة في المنزل وتدير شؤونه من دون أن يكون لها في قلب الزوج تلك المكانة العاطفية والاحترام والرعاية لها وتقدير المتاعب التي تواجهها. وأنّ معاملة الزوج لزوجته يجب أن تكون نابعة من عدّها ريحانة وليست خادمة تقوم بأعمال المنزل فحسب ، فلم تخلق المرأة لتكون قهرمانه أي أنّها لم تخلق لكي ترمى على عاتقها كل المسؤوليات ومتاعب الحياة.

حقوق المرأة في فكر الإمام علي عليه السلام :

إنّ حقوق المرأة كثيرة بوصفها جزءاً أساسياً في بناء المجتمع البشري ، عن طريق إسهامها الفعّال مع الرجل في هذه المهمة السامية وهي بناء الأسرة بناءً قوياً لتكون أساساً في بناء المجتمع السليم.

وتجسيداً لذلك ، قال الله سبحانه وتعالى في محكم آياته البينات ، في الآية

(١٣) من سورة الحجرات : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ﴾.

وقد رسّخ الإمام علي عليه السلام مجموعة من الحقوق التي ينبغي على المرأة ممارستها؛ كي تسهم إسهاماً فعالاً، في بناء الأسرة النموذجية والتي تؤدي بدورها إلى بناء المجتمع النموذجي، ومن هذه الحقوق نذكر ما يأتي:

١ - حقّ صيانة حياة المرأة:

قال الإمام علي عليه السلام: " فالأحوال مضطربة، والأيدي مختلفة، والكثرة متفرقة، في بلاء أزل وإطباق جهل من بنات موءودة وأصنام معبودة " ^(١). وقد عدّ بذلك وأد البنات والشرك بالله من سلبيات المجتمع حينذاك، وينبغي التخلص منها.

٢ - حقّ الحرية:

منح الإمام علي عليه السلام قدراً واضحاً من الحرية للمرأة بإطار الشريعة الإسلامية، وفي هذا المجال أعطى حرية اختيار المرأة للزوج على أن يكون ذلك الاختيار مستنداً إلى أسس شرعية.

٣ - حقّ العمل:

أكّد الإمام علي عليه السلام على حقّ المرأة بالعمل واكتساب قوتها بنفسها.

٤ - حقّ المساواة:

آمن الإمام علي عليه السلام بضرورة المساواة بين الرجل والمرأة على أن يوضع هذا الإيمان في إطاره الصحيح، وعلى وفق الحفاظ على التوازن بين خصوصية المرأة وخصوصية الرجل.

(١) نهج البلاغة: الشريف الرضي - تحقيق صبحي الصالح، الخطبة ١٩٢، ص ٣٧٣.

٥ - الحقوق الاجتماعية :

دعا الإمام عليه السلام إلى ممارسة المرأة دورها الإيجابي في بناء العلاقات الإنسانية وترسيخها ، ولاسيما في مجال الأسرة.

٦ - الحقوق القانونية :

كان الإمام عليه السلام يعترف بالشخصية القانونية للمرأة ويحملها مسؤولية أي جريمة أو خطأ على وفق الشريعة الإسلامية مثلها في ذلك مثل الرجل.

٧ - الحقوق المعنوية :

أكد الإمام علي عليه السلام على الجانب المعنوي لحفظ المرأة والحرص على حياتها ، عن طريق الدعوة إلى عدم التمييز بين ولادة الذكر عن ولادة الأنثى ، وبذلك يكون الإمام عليه السلام قد أعطى لهذا الجانب المعنوي أهمية كبيرة في تحقيق الشعور بالطمأنينة والأمن للمرأة.

انتقاء الزوجة :

عني الإسلام بموضوع اختيار الزوجة ؛ لسببين أساسيين هما :

١ - الجانب الوراثي :

ويُقصد به الجهة التي انحدرت منها الزوجة.

٢ - الجانب الاجتماعي :

وهي الجهة التي عاشت فيها وانعكاس تلك الجهة على سلوكها وسيرتها. وقد قال رسول الله ﷺ في هذا المجال : " اختاروا لنطفكم فإنّ الخال أحد الضجيعين " ^(١).

وقال النبي ﷺ : " تخيروا لنطفكم فإنّ العرق دساس " ^(٢).

وقد أشرنا قبل قليل إلى أنّ الإمام عليّاً عليه السلام وصف الزوجة المثالية والنموذجية بـ " الريحانة " والتي تعني ذات النفس الطيبة والمليئة بالعطف والحنان والرحمة ، بخلاف " القهرمانة " وهي الزوجة الغليظة والقاسية والتي تختص بأمور الخدمة والعمل فحسب. وبذلك فإنّ الإمام عليّاً عليه السلام أراد ان تكون الزوجة في بيتها مثالا للمربية الرحيمة ؛ لأنّ مهمتها الأساسية هي الأمومة وهي المربية للأجيال ، وهي الزوجة الصالحة في تكوين أسرة ناجحة.

وقال الإمام عليّاً عليه السلام : " خيار خصال النساء شرار خصال الرجال : الزهو والجبن والبخل ، فاذا كانت المرأة مزهوة لم تُمكن من نفسها ، واذا كانت بخيلة حفظت مالها ومال بعلها ، واذا كانت جبانة فرقت من كل شيء يُعرض لها " ^(٣).

(١) الكافي : الكليني ، ج ٥ ، ص ٣٣٢.

(٢) المحجة البيضاء : الفيض الكاشاني ، ج ٣ ، ص ٩٣.

(٣) شرح نهج البلاغة : ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم ، ج ١ ، ص ٢٤٤.

الفصل العاشر
الأسرة
في نهج البلاغة

الأسرة

وهي الخلية الأساسية في هيكل المجتمع البشري وتتكون من الزوج والزوجة والأولاد التي تربط بينهم علاقة القرابة وصلة الرحم. وتعدّ الأسرة الوسط الطبيعي والاجتماعي الأول للفرد. وتسهم الأسرة في مختلف الأنشطة الاجتماعية بما فيها الجوانب المادية والروحية والعقائدية والاقتصادية. ويبدأ تكوين الأسرة من أول اختيار الطرفين، الزوج والزوجة، كل منهما الآخر.

وتوجد الأسر بأنواع عديدة نذكر منها:

- ١ - الأسرة النواة.
- ٢ - الأسرة الممتدة.
- ٣ - الأسرة بوالد واحد.
- ٤ - الأسرة بلا أطفال.
- ٥ - الأسرة المدججة.
- ٦ - أسرة الأجداد.

غير أنّ الشائع عن الأسر أنّها تصنف على نوعين رئيسين هما:

- ١ - الأسرة النووية: Nucleic Family

وتتكون من الزوج والزوجة وأطفالهما.

- ٢ - الأسرة الممتدة: Expanded Family.

وتتضمّن الأسرة النواة إلى جانب الجد والجدة وما اليهما، وينتج عنها جيلاً واعياً قادراً على تحمّل المسؤولية من حيث رعاية الأطفال والعناية

بكبار السن.

تكوين الأسرة:

تتكوّن الأسرة من أفراد تربط بينهم صلة القرابة والرحم ، وتسهم في النشاط الاجتماعي باختلاف جوانبه.

وتُعدّ الأسرة الواحدة بمنزلة الخلية المهمة التي يتكون منها جسم المجتمع البشري ، فإذا صلحت الأسرة صلح المجتمع كله ، وإذا فسدت فسد المجتمع كله.

ويعدّ تكوين الأسرة ضرورة حتمية لبقاء الجنس البشري ودوام الوجود الاجتماعي. وتؤدي الأسرة أثراً كبيراً في بناء المجتمع من الجوانب الآتية :

- ١ - تُعدّ الأسرة الخلية الأولى التي يتكوّن منها المجتمع.
- ٢ - تُعدّ نشأة الأسرة ثمرة من ثمار الحياة الاجتماعية.
- ٣ - تُعدّ الأسرة الإطار العام الذي يحدد تصرفات أفرادها فهي مصدر العادات والأعراف والتقاليد.
- ٤ - تُعدّ الأسرة وحدة اقتصادية واجتماعية ونفسية ؛ لما توفره لأفرادها من مستلزمات الحياة اليومية واحتياجاتها.
- ٥ - تُعدّ وسطاً لتحقيق غرائز الإنسان ودوافعه الطبيعية والاجتماعية.

وظائف الأسرة:

هناك جملة من الوظائف الأساسية التي تؤديها الأسرة في بناء المجتمع نذكر منها ما يأتي:

١ - وظيفة الإنجاب:

وتعرف بالوظيفة البيولوجية وتتجسد بالعناية بالأسرة بوصفها المكان الطبيعي لإنجاب الأطفال والتي تتكون من الأم وهي الحاضنة الطبيعية والأساسية لتكوين الجنين، والأب لما يملكه من نطف أو حيامن تكون مسرولة عن التلقيح وتكوين الجنين عبر ظاهرتي الإخصاب والحمل.

٢ - الوظيفة التربوية:

تعدّ الأسرة البيئة الاجتماعية الأولى التي يبدأ فيها الطفل بتكوين ذاته عن طريق التفاعل مع أعضائها الذين ينقلون إليه من حيث يدري أو لا يدري ثقافة المجتمع. وتؤدي الأسرة أثراً كبيراً في غرس المبادئ الأخلاقية لدى أفرادها ونقل التراث الحضاري إليهم.

٣ - الوظيفة الاقتصادية:

تسهم الأسرة عن طريق أفرادها في عمليات الإنتاج الكلي للمجتمع، عن طريق المشاركة بالعمل وزيادة دخل الأسرة. وتؤدي المرأة أثراً مهماً في اتخاذ القرارات الاقتصادية المتعلقة بضبط ميزانية الأسرة.

٤ - الوظيفة النفسية:

وتتجسد في بث الراحة النفسية والإحساس بالأمان والاستقرار الاجتماعي لدى أفراد الأسرة وذلك عن طريق تنمية الثقة بالنفس في دواخل أفراد الأسرة.

٥ - الوظيفة الأخلاقية:

وتعمل الأسرة على غرس المعتقدات والمبادئ الأخلاقية لدى الأفراد لتستطيع القيام بدورها الصحيح في بناء المجتمع.

٦ - الوظيفة العاطفية:

وهي تكريس مشاعر العاطفة بين الوالدين والأطفال عندما يعملون جميعاً من أجل مصلحة الحياة العليا داخل الأسرة الواحدة.

٧ - الوظيفة الاجتماعية:

وتتجسد بالعمل على تربية الأبناء على وفق مبادئ الأخلاق الحميدة وتحقيق القدرة على تحمل المسؤولية في المجتمع.

٨ - الوظيفة الثقافية:

ويمكن للأسرة أن تؤدي دورها عن طريق العمل على نقل التراث الحضاري، وتعلم الأساليب العامة للحياة والوقوف على الأنماط السلوكية السائدة في المجتمع.

وإذا ما تم تحقيق الوظائف أعلاه، فإن ذلك سيؤدي من دون شك إلى سعادة الأسرة ونجاحها وأخذ دورها المطلوب في المجتمع.

الأسرة والمجتمع:

أشرنا - قبل قليل - إلى أن الأسرة تعد الخلية الأولى في بناء المجتمع وهي أساس استقرار الحياة الاجتماعية، ومنها يتكوّن جسم المجتمع البشري، فإذا صلحت صلح المجتمع كله، وإذا فسدت فسد المجتمع كله. وفي كنف الأسرة يتعلم الإنسان أفضل أخلاقه. وتتوحد الأسرة بأبنائها وذلك في ظل المقومات الربائية من

سكن القلب واطمئنان النفس وراحة الضمير، إذ تضيء على أبنائها خصائصها ووظيفتها.

وأساس تكوين الأسرة هو الزواج الذي يُعرّف أنّه عقد اجتماعي معترف به قانوناً بين شخصين، يقوم تقليدياً على علاقة جنسية.

وتعدّ الأسرة الإطار العام الذي يحدّد تصرفات أفرادها، وهي التي تؤلّف حياتهم، وأنّها تعدّ مصدراً للعادات والأعراف والتقاليد وقواعد السلوك.

وخلاصة ما يمكن قوله هو إنّ الأسرة تعدّ الوحدة الاقتصادية والاجتماعية والنفسية في بناء وتكوين المجتمع.

وبذلك فإنّ الأسرة هي أساس المجتمع البشري، ويقوم أفرادها على دعم بعضهم بعضاً في الواجبات والمهام المتعددة، أمّا المجتمع فهو وحدة أكبر.

الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة:

تعرف منظمة الصحة العالمية تنظيم الأسرة بشكل عام أنّه: العمل الذي يتيح للناس تحقيق العدد المطلوب من الأطفال، إن وجدوا وتحديد المدة الفاصلة بين مُدد الحمل.

وهناك ارتباط وثيق بين مقومات الصحة الإنجابية ومبادئ تنظيم الأسرة، إذ لوحظ أنّ الصحة الإنجابية تعني قدرة الناس على الحصول على حياة جنسية مسؤولة ومرضية وآمنة، وكذلك الحصول على خدمات الرعاية الصحية المناسبة للطبّ الجنسي والإنجابي؛ لذلك ينبغي النظر إلى الصحة الإنجابية على أنّها منهج حياتي يؤثر في كلّ من الرجال والنساء على حدّ سواء، وذلك منذ مرحلة الطفولة

وحتى سن الشيخوخة، إذ تؤثر هذه الصحة تأثيراً عميقاً في صحة الفرد عبر حياته.

وتسهم الصحة الإنجابية في خفض معدلات وفيات الأمهات والأطفال، وتعد الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة واحدة من الاستراتيجيات القومية والعالمية للحد من الفقر، ولتحسين المستوى المعيشي للأسر. وتهدف إلى الارتقاء بجودة حياة المواطنين.

وتشمل برامج الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة مختلف الأبعاد الأسرية الاجتماعية والصحية والثقافية.

وتعد برامج الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة من البرامج الأساسية لمواجهة الزيادة السكانية، التي تمثل خطراً كبيراً على جهود التنمية التي تبذلها الدول، وتسهم في خفض معدلات وفيات الأمهات والأطفال وتهدف إلى الحد من الفقر والعمل على تحسين المستوى المعيشي للأسر.

الأسرة في القرآن الكريم:

أولى الإسلام عنايةً كبيرةً للأسرة؛ كونها اللبنة الأساسية التي يقوم عليها المجتمع، فإذا كانت الأسرة قوية كان المجتمع قوياً، أما إذا كانت هشة فإن المجتمع سيكون هشاً وضعيفاً.

وللأسرة في الإسلام شأن عظيم يتبين عن طريق الحرص على إرساء وتثبيت دعائمها والمحافظة عليها مما يؤذيها، وكذلك المحافظة على تماسكها وإعطاء كل فرد من أفرادها مكانة مهمة في حياته.

والأسرة هي الوحدة الاجتماعية التي تقوم عليها بنية المجتمع. ويعدّ النمو الكمّي للبشر في الإسلام هدفاً ومنهجاً، فقد وردت في القرآن الكريم نصوصاً كثيرة في هذا المضمار وذلك عن طريق استعراض موضوعات النسل والإنجاب وتكوين الأسر.

وللأسرة أثر بالغ الأهمية في الإسلام أيضاً، إذ يوجه الأزواج إلى العناية بالإنجاب؛ لأسباب متعدّدة من أهمها أن تكون الأسرة مؤسسة تربويّة تمد المجتمع بالأفراد الصالحين، وفي ذلك قال النبي الكريم محمد ﷺ: "تزوجوا الودود الولود، فاني مكاثر بكم الأمم يوم القيامة" ^(١).

وقال سبحانه وتعالى في كتابه الكريم: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ، وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ ^(٢).

وللأسرة أهمية كبيرة في الإسلام فقد جاءت الآيات البينات في القرآن الكريم وهي توصي بالحفاظ على الأسرة وتنهي عن قتل الأولاد بسبب الفقر. وقد حرص الإسلام على أن يكون نظام الأسرة متوافقاً مع الفطرة الإنسانيّة التي خلق الله البشر عليها.

أمّا الزواج فهو الأساس الذي تبنى عليه الأسرة، فقد قال عنه سبحانه تعالى في سورة النحل: ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ

(١) جامع أحاديث الشيعة: البروجردي، ج ٢٠، ص ٥٩.

(٢) سورة النساء: ١.

أَزْوَاجَكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ^(١).

ويؤكد الإسلام على تنظيم النسل بوصفه لوناً من ألوان ممارسة الحرية الشخصية مع ضوابط الإيمان، إذ قال تعالى في كتابه الحكيم: ﴿نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأَثُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ^(٢)﴾.

وأن الإسلام لا يقف بوجه التنمية الكمية للنسل، بل يعول على تلك التنمية التي تشمل سلامة البدن والعقل ونضوج الفكر وقوة المجتمع الأخلاقية والاقتصادية.

وهناك مجموعة كبيرة من النصوص في القرآن الكريم تدعو إلى النسل والإنجاب، وتبين أن الولد نعمة من نعم الله على البشر يدوم به الذكر ويبقي الأثر، قال سبحانه وتعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ، وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا^(٣)﴾.

(١) سورة النحل: ٧٢.

(٢) سورة البقرة: ٢٢٣.

(٣) سورة النساء: ١.

التربية الأسرية في نهج البلاغة:

دعا الإمام علي عليه السلام الآباء أن يراعوا أبناءهم في مراحل نموهم ويزودونهم بما يحتاجونه من متطلبات أخلاقية وثقافية بالشكل الذي يتناسب مع مراحل حياتهم. وينبغي للوالد أن يكون شقيقاً على أبنائه ومهتماً بأحوالهم وناظراً لمصالحهم والعمل علي توفير الظروف الملائمة لهم عبر التربية والتعليم وعن طريق الوقوف على أحكام الشريعة من حلال وحرام.

وأشار الإمام علي عليه السلام إلى التطور الذهني والجسدي للإنسان بقوله: "انما الغلام يثغر في سبع سنين، ويحتلم في أربع عشرة سنة، ويستكمل طوله في أربع وعشرين سنة، ويستكمل عقله في ثمان وعشرين سنة، وما كان بعد ذلك فانما هو بالتجارب" ^(١). وفي ذلك تصنيف جميل لمراحل تكوين سني الإنسان.

ويرى الإمام علي عليه السلام من الواجب على الآباء أن يراعوا أبناءهم في كل مرحلة من مراحل نموهم ويغذيهم بما يحتاجونه من زاد ثقافي وأخلاقي بما يتناسب وكل مرحلة. وبصدد هذه المراحل ونمو العلاقة التربوية قال عليه السلام: "وانما قلب الحدث كالأرض الخالية ما ألقى فيها من شيء قبلته، فبادرتك بالأدب قبل أن يقسو قلبك، ويشغل لبك، لتستقبل بمجد رأيك من الأمر ما قد كفأك أهل التجارب بغيته وتجربته، فتكون قد كفيت مئونة الطلب، وعوفيت من علاج التجربة، فأذاك من ذلك ما قد كنا نأتيه، واستبان لك ما ربما أظلم علينا منه" ^(٢).

وأشار الإمام علي عليه السلام في كثير من خطبه وحكمه البليغة إلى ضرورة توعية الناس في كيفية الحفاظ على الحقوق المتبادلة ما بين المجتمع والأسرة كحقوق الآباء

(١) مستدرك الوسائل: النوري، ٨٥ / ١ - ٨٦.

(٢) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ١٦، ص ٦٦.

على الأبناء وحقوق الأبناء على الآباء ويضع في ذلك أسسا وموازينا في كيفية استرشاد الأمور التربوية الصحيحة التي تهدف إلى انتشال الإنسان من مهاوي الخوف ، والسمو بالنفس.

ويدرك الإمام عليه السلام أنّ الأساليب التربوية لا تعدو أن تكون ومضات سريعة بل تحتاج الوقوف عند كل موقف من مواقف الأبناء وما ينبغي ان يتربوا عليه. وفي هذا يقول الإمام عليه السلام : " أي بني وإن لم أكن عمرت عمر من كان قبلي فقد نظرت في أعمالهم وفكرت في أخبارهم وسرت في آثارهم حتى عدت كأحدهم بل كإني بما انتهى إلي من أمورهم قد عمرت مع أولهم إلى آخرهم فعرفت صفو ذلك من كدره ونفعه من ضره ، فاستخلصت لك من كل أمر نجيله وتوخيت لك جميله ، وصرفت عنك مجهوله ، ورأيت حيث عناني من أمرك ما يعني الوالد الشفيق وأجمعت عليه من أدبك أن يكون ذلك وأنت مقبل بين ذي النقية والنية وأن أبدأك بتعليم كتاب الله وتأويله وشرائع الإسلام وأحكامه وحلاله وحرامه ، لا أجاوز ذلك بك إلى غيره ثم أشفقت أن يلبسك ما اختلف الناس فيه أهواؤهم مثل الذي لبسهم وكان إحكام ذلك لك على ما كرهت من تنبيهك له أحب إلي من إسلامك إلى أمر لا آمن عليك فيه الهلكة ، ورجوت أن يوفقك الله فيه لرشدك وأن يهديك لقصدك فعهدت إليك وصيتي هذه" (١).

وقال الإمام عليه السلام : " أي بني ، إنني لما رأيته قد بلغت سنا ، ورأيتني أزداد وهنا ، بادرت بوصيتي إليك ، وأوردت خصالا منها قبل أن يعجل بي أجلي دون أن أفضي إليك بما في نفسي ، أو أن أنقص في رأيي كما نقصت في جسمي ، أو

(١) نهج البلاغة : خطب الإمام علي عليه السلام - تحقيق محمد عبده ، ج ٣ ، ص ٤١.

يسبقني إليك بعض غلبات الهوى وفتن الدنيا، فتكون كالصعب النفور. وإنما قلب الحدث كالأرض الخالية ما ألقى فيها من شيء قبلته، فبادرتك بالأدب قبل أن يقسو قلبك، ويشغل لبك " (١).

تعدّ الأسرة أهم خلية يتكون منها جسم المجتمع البشري. ولتنظيمها فوائد عديدة على المجتمع من الناحيتين الصحيّة والاقتصاديّة. ومن هذه الفوائد الحدّ من التضخم السكاني وخاصة في البلدان النامية. وإذا صلحت الأسرة صلح المجتمع كله، وإذا فسدت فسد المجتمع كله. وتتوحد الأسرة بأبنائها في ظل المكونات الخاصة بتكوينها لتوفير الاطمئنان في النفوس وتحقيق راحة الضمير. وتؤدي الأسرة أثراً بالغ الأهمية في الحياة؛ لأنها تعمل على غرس الشعور بالانتماء والحفاظ على الهوية عن طريق الحب بين أفراد المجتمع، وتؤدي الأسرة أثراً بالغ الأهمية في نمو الطفل، عن طريق تعزيز صحته ونموّه.

حقوق الطفل عند الإمام علي عليه السلام:

- ١ - حق اختيار الأم الصالحة:
وذلك لغرض العناية به في أثناء مدّة الحمل.
- ٢ - حق الحب:
وهو الحقّ الذي يجب أن يُمنح للطفل داخل أسرته، إذ قال عليه السلام: " من قبل ولده كتب الله له حسنة، ومن فرّحه فرّحه الله يوم القيامة " (٢).
- ٣ - الحقوق المادّية (الحق المالي):

(١) المصدر نفسه، ج ٣، ص ٤٠.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ١٠١، ص ٩٩.

رسَّخ الإمام عليه السلام الحقَّ المالي للطفل، إذ شمله وهو جنين في بطن أمه، إذ قال عليه السلام: "ان نفقة الحامل المتوفي عنها زوجها من جميع المال حتى تضع"^(١). ومن ناحية أخرى فقد أشار الإمام عليه السلام، إلى ان أولياء الأطفال يجب ان يستعدوا ماديا لاستقبال عنصر جديد في العائلة ذلك هو ولادة الطفل. ويشير عليه السلام إلى ان كثرة الأطفال في الأسرة قد تكون عبئا إضافيا على كاهل معيل الأسرة، وانما هي مسؤولية ينبغي الاستعداد لها إذ يقول: "أعظم البلاء: كثرة العائلة، وغلبة الدين، ودوام المرض"^(٢).

وأن مرحلة الطفولة تبدأ عند الإمام علي عليه السلام من تكوّن الإنسان في رحم أمه، إذ قال عليه السلام: "وللك ريحانتك سبعا وخادمك سبعا ثم هو عدوك أو صديقك"^(٣).

٤ - حقّ التربية:

وهو من الحقوق الأساسية التي أشار إليها الإمام عليه السلام، إذ يلقي على الأسرة مسؤولية التربية كونها أول محيط يحتضن الطفل، وقد قال عليه السلام: "رحم الله والدأ أعان ولده على بره"^(٤).

(١) الوسائل: الحر العاملي، ج ١٥، ص ٢٣٦.

(٢) موسوعة الأحاديث الطبية: الريشهري، ج ١، ص ٩٢.

(٣) شرح نهج البلاغة: ابن أبي الحديد - تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم، ج ٢٠، ص ٣٤٣.

(٤) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٧١، ص ٦٥.

٥ - حق التسمية:

وللولد على والده حق التسمية؛ لأنَّ الاسم يؤدي أثراً كبيراً في بناء شخصية الطفل. وقد قال الإمام عليّ عليه السلام، في هذا المجال: "حقُّ الولد على الوالد ان يحسن اسمه، ويحسن أدبه، ويعلمه القرآن" ^(١).

(١) ميزان الحكمة: الريشهري، ج ٤، ٣٦٧٩.

الفصل الحادي عشر
في شؤون الطب العدلي

الطب العدلي

وهو ما يعرف بالطب الشرعي أو الطب الجنائي ، ويعدّ فرعاً من فروع العلوم الأساسية التي يلجأ لها القضاء لحل كثير من القضايا التي تواجهه والتي لا يمكنه الحكم فيها بمعزل عن رأي الخبرة الطبيّة. وقد بدأ استعمال الطب العدلي في عصور مبكرة جداً ، وأنّ الاستعمال الحقيقي بدأ على يد العرب الأندلسيين ثم انتقل إلى الأوربيين عن طريق الطبيب الروماني باول زاخيا.

والطب العدلي هو مصطلح واسع يستعمل لوصف مجموعة من التخصصات الطبيّة التي تتعامل مع فحص وتشخيص الأفراد الذين أصيبوا أو ماتوا بفعل مسببات خارجيّة أو غير طبيعيّة ، ومنها التسمم أو الاعتداء أو الانتحار أو أشكال العنف الأخرى ، وتطبيق النتائج على القانون.

وللطب العدلي علاقة وطيدة بعلوم أخرى منها الكيمياء والفيزياء والسموم وعلم النفس وغيرها ؛ لذا فإنّ الطبيب العدلي ينبغي أن يكون ملماً بجميع فروع العلوم الطبيّة ، والعلوم الأخرى ذات العلاقة. فعلى ملاحظاته وتقديره يتوقف مصير العديد من الأشخاص ؛ لأنّ من أهم ما يعرض على الطبيب العدلي هو الاعتداء على الأفراد ، وهنا يعتمد على خبرته ومهارته وضميره وحياديته.

وهناك فرعان للطب الشرعي هما :

- أ - الطب الشرعي السريري : ويتم فيه التحقيق بالصدّات للمرضى الأحياء.
- ب - الطب الشرعي المرضي : ويشمل فحص الصدّات التي يتعرض لها المتوفى ؛ لمعرفة سبب الوفاة.

وقد وردت مفاهيم الطب العدلي في كثير من الآيات البينات في القرآن الكريم. فقد جاء في الآية (١٨) من سورة يوسف قوله تعالى: ﴿وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ﴾. وقوله تعالى من سورة يوسف أيضاً: ﴿قَالَ هِيَ رَاوَدْتَنِي عَنْ نَفْسِي وَشَهِدَ شَاهِدٌ مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدَّ مِنْ قُبُلٍ فَصَدَقَتْ وَهُوَ مِنَ الْكَاذِبِينَ ❖ وَإِنْ كَانَ قَمِيصُهُ قُدَّ مِنْ دُبُرٍ فَكَذَبَتْ وَهُوَ مِنَ الصَّادِقِينَ﴾^(١). وجاء بقوله تعالى في الآية الرابعة من سورة النور: ﴿وَالَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا بِأَرْبَعَةِ شُهَدَاءَ فَاجْلِدُوهُمْ ثَمَانِينَ جَلْدَةً وَلَا تَقْبَلُوا لَهُمْ شَهَادَةً أَبَدًا وَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ﴾.

أما الإمام علي عليه السلام، فإنه يعدّ أعجوبة من أعاجيب القضاء، فقد كان أول قاضي يفرق بين الشهود لثلاث يتواطأ اثنان منهما على شهادة تشوه معالم الحق.

مجالات تطبيق الطب العدلي:

يحقق الطب العدلي آثاراً كبيرة في تحقيق الفوائد المختلفة وذلك في المجالات الآتية:

- ١ - مساعدة الجهات القضائية في كشف الحقائق ذات الصلة.
- ٢ - تقرير شدة الإصابة ووجود العاهة ودرجة العجز الناجم عن الإيذاء.
- ٣ - الكشف عن حالات التسمم إن وجدت.
- ٤ - الكشف عن حالات الاغتصاب والحمل والإجهاض وغيرها من الجرائم الجنسية.

- ٥ - التعرف على ظروف الحدث ، عن طريق كشف الجريمة وملابساتها.
- ٦ - تعيين زمن حصول الحادث.
- ٧ - إثبات الأبوة ونفيها.
- ٨ - تشخيص الآلة أو السلاح المستعمل ونوعه.
- ٩ - التعرف على الأفراد مجهولي الهوية والجثث أو أشلائها.
- ١٠ - بيان سلامة الجاني والمجني عليه من الناحيتين العقلية والنفسية.
- ١١ - معرفة جنس الجاني والمجني عليه.
- ١٢ - تقدير عمر الجاني والمجني عليه على وجه التقريب.
- ١٣ - كشف كثير من الخصائص المرتبطة بالحال التي تدرس ، منها الوقوف على طبيعة الدم والمادة المنوية أو تشخيص غشاء البكارة أو الوقوف على طبيعة الجنين وغير ذلك.
- ١٤ - إجراء الفحوصات المخبرية لمعرفة كمية المواد السمية أو غيرها من التي سببت الحادث.

مواصفات الطبيب العدلي:

- للطبيب العدلي مواصفات خاصة ، نذكر منها ما يأتي :
- ١ - ألا يكون عاطفياً ، فيضطره ذلك - إلى الإنحياز لأحد طرفي النزاع من دون موضوعية ودقة ؛ لأنَّ المتهم يسعى إلى كثير من ضروب الحيلة والكذب لإنكار عمله أو التخفيف من شدته ، على حين يتمتع المجني عليه بالصراحة والصدق في الغالب.
 - ٢ - أن يكون ملماً بفروع الطب الأخرى للاستعانة بها في عمله.

٣ - أن تكون لديه القدرة العالية على الاستقراء المبني على المنهجية السليمة في عمله.

٤ - أن يعتمد على كل ما يفيد من أدلة للوقوف على طبيعة العمل الجنائي.

الإمام علي عليه السلام، قاضياً:

لم يكن الإمام علي عليه السلام طبيباً عدلياً فحسب، بل كان قاضياً حاذقاً أدى أثراً كبيراً في كشف كثير من المخالفات الجنائية وأصدر أحكاماً قضائية أرسدت دعائم القضاء على أسس متينة مازالت شاخصة حتى الآن. والمعروف عن القاضي أن يمتاز بالنباهة والفطنة والفراسة، وأن يكون على معرفة تامة بالتفاصيل اليومية لحياة الناس وشؤونهم؛ وهذه جميعها هي غيض من فيض صفات الإمام علي عليه السلام، التي قادته؛ لأن يكون مدرسة رائدة للقضاء في التاريخ القديم والمعاصر.

ومكنته خصاله العامة أن يكون قاضياً عادلاً يستقرئ الأحداث ويستنبط الأحكام مما استوحاه من القرآن المجيد ومن توجيهات النبي الكريم محمد ﷺ من خصال حميدة وتربية قويمية وعلم جم.

وقد أيدت معطيات إدارة القضاء في الوقت الحاضر ما ذهب إليه الإمام عليه السلام. ويؤكد ذلك النبي الكريم محمد ﷺ في منح شهادة الأهلية للإمام في هذا المجال بقوله "أفضاكم علي" ^(١).

ومن أقوال الإمام علي عليه السلام: "لو ثنيت لي وسادة لحكمت بين أهل القرآن بالقرآن حتى يزهري إلى الله، ولحكمت بين أهل التوراة بالتوراة حتى

(١) أعيان الشيعة: العاملي، ج ١، ص ٣٤٢.

يزهر إلى الله ، ولحكمت بين أهل الإنجيل بالإنجيل حتى يزهر إلى الله ، ولحكمت بين أهل الزبور بالزبور حتى يزهر إلى الله ، ولولا آية في كتاب الله لأنبأتكم بما يكون حتى تقوم الساعة " (١).

ومن بين الأمثلة عن قضاء أمير المؤمنين عليه السلام نذكر حادثة المرأة التي أنكرت ابنها. فقد قال عاصم بن حمزة : أنّ غلاماً وامراًة أتيا عمر فقال الغلام : هذه والله أمي ، حملتني في بطنها تسعا ، وأرضعتني حولين كاملين فانتفت مني وطردتني ، وزعمت انها لا تعرفني ، فأتوا بها مع أربعة اخوة لها ، وأربعين قسامة يشهدون لها ان هذا الغلام مدع ظلوم يريد ان يفضحها في عشيرتها ، وانها بخاتم ربها ولم يتزوج بها أحد.

فأمر عمر إقامة الحد عليه ، فرأى علياً عليه السلام ، فقال : يا أمير المؤمنين احكم بيني وبين أمي. فجلس عليه السلام في موضع النبي ﷺ فقال عليه السلام : لك ولي ؟ قالت : نعم ، هؤلاء الأربعة أخوتي. فقال عليه السلام : حكمي عليكم جايز وعلى اختكم ؟ قالوا : نعم.

فقال عليه السلام : أشهد الله وأشهد من حضر ، إني زوجت هذه المرأة من هذا الغلام بأربعمائة درهم ، والنقد من مالي ، يا قنبر عليّ بالدرهم ، فأتاه بها فقال : خذها فصبّها في حجر امرأتك ، وخذ بيدها إلى المنزل ، فصاحت المرأة : الأمان يا ابن عم رسول الله ، هذا والله ولدي ، زوجني اخوتي هجيناً فولدت منه هذا ، فلما بلغ وترعرع انفوا ، وأمروني ان انتفي منه وخفت منهم ، فأخذت بيد الغلام وانطلقت به (٢).

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٤٠، ص ١٣٦.

(٢) المناقب: ابن شهر آشوب، ج ١، ص ٤٩٤.

وهناك قصص كثيرة أخرى حكم بها الإمام عليه السلام، نذكر مضامين أهمها فيما يأتي :

- ١ - التفريق بين لبن أم الأنتى ولبن أم الذكر في حسم عائدية الطفل إلى أمه بالاعتماد على جنسه.
- ٢ - المرأة التي زنت وهي حامل.
- ٣ - رفع الجلد عن المجنونة التي فجر بها أحد الرجال.
- ٤ - قضية المرأة التي جامعها زوجها ووقعت على جارية بكر وساحتها.

سمات وخصائص القاضي عند الإمام علي عليه السلام :

امتلك الإمام علي عليه السلام، مؤهلات فكرية جمّة بخصوص سمات وخصائص القاضي كان قد استقاهها من القرآن الكريم وعن النبي محمد ﷺ. وجاء ذلك واضحاً في خطبه ورسائله ووصاياه الواردة في نهج البلاغة، ومنها ما ورد من وصايا لملك الأشتر، والي مصر، إذ يدعو ألاً يولى منصب القاضي من لا يجيد التعامل مع المواقف القضائية. ويؤكد الإمام عليه السلام، ألاً يكون المتصدي للقضاء مصرّاً على الخطأ في إصدار حكم ما، بل عليه التراجع في حال استشعاره بوجود خلل معين في حكم كان قد أصدره. وكان الإمام عليه السلام، يركز في أهمية عدم الإصرار على الخطأ الذي يصدر من القاضي أياً كانت صيغته أو طبيعته.

وأكد الإمام علي عليه السلام، على الخصائص التي يجب على القاضي أن يتصف بها ومنها ألاً يضيق صدره من الرجوع إلى الحقّ، فهو يعود إلى الحكم السابق إذا عرف صواب هذا الحكم ؛ لأنّ القاضي بشر، وقد يخطأ ؛ لذلك أجاز له الإمام

عليه السلام تصحيح هذا الخطأ والرجوع إلى الحكم الصحيح ؛ لأنَّ تصحيح الحكم خير من التماذي فيه.

وأشار الإمام عليه السلام ، بالأَّ يكون القاضي طماعاً ويسعى للتكسب المادي وجلب المغام ، قال عليه السلام : " ولا تشرف نفسه على طمع " ^(١).

أمثلة شاخصة عن الطب العدلي للإمام علي عليه السلام :

هناك أمثلة شائعة للإمام عليه السلام بوصفه رائداً من رواد الطب العدلي في زمانه ، فقد قاده تفوقه العلمي إلى الاستقراء الدقيق في تفسير الظواهر على وفق أسس منهجيته المعهودة التي شكلت نواة للقادمين من العلماء والباحثين الذين جاءوا من بعده ، في السير على خطاه وعلى وفق حكمه ووصاياه في هذا المجال.

ونذكر فيما يأتي بعض الأمثلة الشاخصة والمعبرة عن طب الإمام علي عليه السلام العدلي لتوضيح ذلك :

الحال الأولى : (امرأة افترت على غلام انه كابرها على نفسها) :

امرأة تعلقت برجل من الأنصار وكانت تهواه ولم تقدر على حيلة ، أخذت بيضة وأخرجت منها الصفرة وصبت البياض على ثيابها وبين فخذيهما وادعت على الرجل ؛ رفعت القضية إلى الإمام ، وعندما جلبوا المرأة أمامه ، نظر الإمام إلى البياض ، شك فيه وقال : " اتنوني بماء حار قد أغلي غليانا شديداً ، ولما أوتي بالماء أمرهم فصبوه على موضع البياض فاشتوى ذلك البياض ، ثم ان

(١) شرح نهج البلاغة - خطب الإمام علي عليه السلام : تحقيق محمد عبده ، ج ٣ ، ص ٩٤.

الإمام عليه السلام، ثم ألقى جزءً منه في فمه، ولما عرف طعمه طعم بيض ألقاه ثم أقبل على المرأة حتى أقرت واعترفت بعملها " (١).

وجاء العلم الحديث، بعد عهد الإمام عليه السلام، بمدة طويلة، ليؤكد وعن طريق الدراسات الكيميائية المخبرية (المعملية) ان البيض يحتوي على نسبة عالية من البروتينات والأحماض الأمينية التي يحدث لها تغيير ملحوظ في تركيبها بفعل الحرارة. فإذا ما تعرضت محتويات البيضة للحرارة (أكثر من ٥٠ درجة مئوية مثلاً) أدى ذلك إلى تغيير شكلها من السائل إلى الصلب بفعل تكسر الروابط الهيدروجينية الضعيفة وبقاء الروابط التساهمية على حالها لانها تكون قوية وأكثر تحملاً للحرارة، ومن ثم فإن محتويات البيض التي تتعرض للحرارة تكون أكثر صلابة ومتجمدة نسبياً.

الحال الثانية: (عن العذرية وغشاء البكارة):

قال الإمام الكاظم عليه السلام: " ان رجلاً أقبل على أمير المؤمنين عليه السلام ومعه امرأة، فقال: يا أمير المؤمنين إني تزوجت امرأتي عذراء، فدخلت بها فوجدتها غير عذراء. فقال: ويحك ان العذرة تذهب من الوثبة، والقفزة، والحيض، والوضوء، وطول التعنّس " (٢).

ويستدل من غشاء البكارة على عذرية الفتاة وعلى عففتها في المجتمعات المحافظة. وغشاء البكارة عبارة عن غشاء رقيق من الجلد يفصل بين الثلث الخارجي والثلث الأوسط من المهبل وفيه فتحة صغيرة جداً تسمح بخروج دم

(١) قضاء أمير المؤمنين: التستري، ص ١٤.

(٢) الجعفریات: محمد بن الأشعث الكوفي، ص ١٠٣.

الحيض. ويختلف الغشاء من فتاة لأخرى فقد تكون فتحة دائرية أو بيضوية أو هلالية أو مثقبة وفي حالات نادرة يكون غشاء البكارة مغلقا تماما.

ولوحظ أنّ غشاء البكارة يتمزق في الحالات الآتية :

أ - عند الإبلاج في أثناء الجماع الجنسي.

ب - وقوع حادث مما يؤدي إلى إصابات بمنطقة الفرج ، من ضمنها غشاء البكارة ، ومن هذه الإصابات نذكر ما يأتي :

١ - ممارسة بعض أنواع الألعاب الرياضية.

٢ - امتطاء الخيل أحيانا.

٤ - توجيه تيار مائي قوي إلى المنطقة.

٥ - يزداد غشاء البكارة صلابة وتقل مرونته بتقدم السن ، فاذا ما تجاوزت الفتاة الثلاثين من العمر وهي عذراء ازدادت بكارتها صلابة ومثانة ، وبذلك فإنّ التعنس يؤدي إلى ضمور الغشاء وعدم تمزقه لاحقا (عند الزواج).

الحال الثالثة : (قصة لبناء والعائق الحامل) :

هناك قصة تاريخية مشهورة عن فتاة جئى بها إلى الإمام علي عليه السلام من قبل أبيها وإخوتها ، فقال أبوها : يا مولاي ، هذه الجارية ابنتي قد خطبها ملوك العرب ، وقد نكست رأسي بين عشيرتي ، عاتق حامل ، فاكشف هذه الغمة. فقال الإمام عليه السلام : ما تقولين يا جارية ؟ قالت : مولاي أما قوله إنّني عاتق صدق ، وأما قوله إنّني حامل ، فوحدك يا مولاي ما علمت من نفسي خيانة قط. فصعد علي عليه السلام المنبر وقال : علي بـ (داية) الكوفة ، فجاءت امرأة تسمى " لبناء " وهي امرأة مشهورة بممارسة التوليد في الكوفة ، كان يعتمد عليها في الحالات التي

تتطلب امرأة ذات خبرة بأمور النساء^(١). قال الإمام عليه السلام، إلى لبناء: اضربي بينك وبين الناس حجاباً وانظري إلى هذه الجارية عاتق حامل أم لا. ففعلت ما أمر عليه السلام به ثم خرجت وقالت: نعم يا مولاي هي عاتق حامل. فقال لها الإمام: يا داية، خذي قطعة الثلج هذه واخرجي بالجارية من المسجد واتركي تحتها طستا وضعي هذه القطعة مما يلي الفرج، فستري علقه وزنها سبعمائة وخمسون درهماً، ففعلت ورجعت بالجارية والعلقه إليه عليه السلام، وكانت كما قال عليه السلام. ثم قال عليه السلام لأبي الجارية: خذ ابنتك، فوالله ما زنت ولكن دخلت الموضع الذي فيه الماء، فدخلت هذه العلقه وكبرت في بطنها^(٢).

وليس غريباً في حدوث هذه الحالات غير الطبيعيتين. إلّا أنّ نباهة الإمام عليه السلام وفطنته وقدرته على الاستقراء الصحيح قادته للوصول إلى هذه النتيجة. وإلى جانب نمو و كبر العلقه داخل الجسم، فإنّه يمكن أن تؤدّي مثل هذه الحالات إلى انسداد في منفذ غشاء البكارة، الأمر الذي يؤدّي إلى تجمع الدم ومواد الحيض الأخرى في رحم الفتاة عند بلوغها مرحلة الحيض، الأمر الذي يتسبب في انتفاخ البطن والإيحاء على أنّها حامل، والحقيقة هي ليست كذلك.

(١) تهذيب الأحكام: الطوسي، ج ١٠، ص ٧٢.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٥٩، ص ١٦٨.

الحال الرابعة: (قصة المرأة التي ولدت طفلاً له بدنان ورأسان وعلاقة ذلك بالإرث):

هناك امرأة ولدت من زوجها الشرعي طفلاً له بدنان ورأسان على حقو واحد^(١) فتحيرّ الناس في حصته من الإرث هل يعطونه حصة واحدة أم حصتين فجاءوا إلى الإمام علي عليه السلام ليعرفوا الحكم في ذلك، فكان جواب الإمام عليه السلام: " اعتبروا إذا نام ثم انبهوا أحد البدنين والرأسين فاذا انتبها معا في حال واحدة فهما إنسان واحد، وان استيقظ أحدهما والآخر نائم فهما اثنان وحقهما من الميراث حقّ اثنين " ^(٢).

والسر في هذا القضاء العادل هو ما ينسجم مع الحقائق الفلسفية (الوظيفية) للجسم، إذ ان الجهاز العصبي المركزي هو المسؤول عن توجيه كافة فعاليات الإنسان. فاذا كانت القيادة واحدة فإنّ ذلك يؤدي إلى توجيه الرأسين والبدنين في آن واحد وان ذلك يعني ان الجسم واحد. وان احسن طريقة لمعرفة ان الجهاز العصبي الذي يدير الجسم في هذا الإنسان هو جسم واحد أو اثنين هو ايقاضه من النوم.

وقد كان جواب الإمام عليه السلام على ذلك هو: " اعتبروا إذا نام ثم انبهوا احد البدنين والرأسين فإنّ انتبها معا في حال واحدة فهما إنسان واحد، وان استيقظ أحدهما والآخر نائم فهما اثنان وحقهما من الميراث حقّ اثنين.

وقد تم الاعتماد في ذلك على المركز العصبي إذ هو المعول عليه في توجيه الإنسان فاذا كانت قيادة واحدة توجه البدنين والرأسين فهو شخص واحد، واذا

(١) على ظهر واحد.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٩، ص ٤٨٥.

كان يدير كل قسم جهاز عصبي مستقل عن الآخر فهما بدنان ، وأفضل طريقة لمعرفة ان الجهاز العصبي الذي يدير الجسم في هذا الإنسان واحد أو اثنين هو ايقاظه من النوم.

الحال الخامسة : (قصة امرأتين تنازعتا في طفل) :

تحاكت إلى الإمام علي عليه السلام امرأتان ولدت أحدهما ذكرا والأخرى أنثى وادعت كل منهن أنها أم الغلام فدفع الإمام عليه السلام إلى إحداهن قدحا فارغا وقال لها : " إحلبي فيه من ثدييك حتى يمتلئ ففعلت ، فوزن الحليب وأفرغ القدح وأعطاه للأخرى وأمرها ان تفعل ما فعلته المرأة الأولى ، فكان أحد الحليبين أخف من الآخر ، فقال لصاحبة اللبن الخفيف : خذي ابنتك ولصاحبة اللبن الثقيل خذي ابنك " . وقد تأكد ذلك علميا بان حليب الذكر يكون أثقل من حليب الأنثى ^(١).

الحال السادسة : (حمل امرأة من دون افتضاض) :

تفيد هذه القصة ان رجلا جاء إلى الإمام علي عليه السلام فقال له : يا أمير المؤمنين كنت أعزل عن امرأتي وانها جاءت بولد. فقال له الإمام عليه السلام : وأناشدك الله هل وطأتها ثم عاودتها قبل ان تبوّل ؟ فأجابه نعم. فقال له الإمام عليه السلام : نعم فالولد لك ^(٢). وجاء ذلك تأكيدا منه على ان للمرأة سمين ^(٣) هما

(١) كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال: المتقي الهندي، ج ٣، ص ١٧٠.

(٢) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٢٣، ص ١٠٧.

(٣) السم هو الثقب.

سم المحيض وسم البول فلعل الرجل كان ينال منها فسال ماؤه في سم المحيض فحملت منه فاسألوه. فلما سُئل الرجل عن ذلك فقال: نعم كنت قد أنزلت الماء في قبلها من غير الوصول إليها بالافتضاخ، فأكد الإمام عليه السلام بان الحمل له والولد ولده.

الحال السابعة: (قصة العنب والخمرة):

جلس الإمام علي عليه السلام في بيت يهودي فرفض تناول الخمر منه، إذ أجابه: لا أشربها فالله حرمها، وجاء بعنب وتمر فأكلهما فقال له اليهودي: يا علي عجبت لكم، تحرمون هذه وتحلون هذه، وهذه من هذه؛ فأجابه الإمام علي عليه السلام بقول جعل اليهودي يقول أشهد ان لا اله الا الله وان محمدا رسول الله. قال الإمام عليه السلام له: أعندك زوجة. قال: نعم، وعندك بنت، قال: نعم، قال أتني بزوجتك وابنتك فجاءه اليهودي بزوجه وابنته فقال له تجمع هذه ام هذه قال: لا أجامع ابنتي، انما اجامع زوجتي؛ قال عليه السلام عجبت لك تحل هذه وتحرم هذه وهذه من هذه^(١).

ومن ذلك يستدل الإمام عليه السلام على ان التغيرات الحاصلة في العنب والتمر بتحويلها من مادة طبيعية إلى مادة أخرى (الخمرة) لذلك ينبغي بالنظر لما يجري من تغيرات في تركيب المواد وتحويلها إلى مواد أخرى غير طبيعية.

(١) بحار الأنوار: المجلسي، ج ٦٣، ص ١٤٩.

الحال الثامنة : (قصة المرأة التي ولدت لسته أشهر):

رفع للإمام علي عليه السلام ، في زمانه ، امرأة ولدت بعد زواجها بستة أشهر ، فظن الناس انها زنت ؛ لأنَّ الحمل عادة ما يكون لتسعة أشهر. غير ان الإمام عليه السلام دافع عن المرأة واستدل بالقرآن لإثبات براءتها. فقد استند على الآية (٢٣٣) من سورة البقرة بقوله تعالى : ﴿والوالدات يرضعن أولادهن حولين كاملين﴾ ، وعلى الآية (١٥) من سورة الأحقاف بقوله تعالى : ﴿وحمله وفصاله ثلاثون شهرا﴾. وكان الإمام عليه السلام أول من استنبط هذا الحكم من القرآن الكريم. ولالإمام علي عليه السلام قول في هذا المجال ما نصه : " يعيش الولد لسته أشهر أو لسبعة أشهر أو لتسعة أشهر ولا يعيش لثمانية " ^(١).

(١) الكافي: الكليني، ج ٦ ، ص ٥٢.

المصادر والمراجع

- أ - المصادر العربية:
 - ١ - " القرآن الكريم " .
 - ٢ - " الأدب المفرد " محمد بن اسماعيل البخاري. عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع ، الرياض ، (١٩٨٥).
 - ٣ - " الإرشاد " الشيخ المفيد. دار المفيد للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، لبنان ، الطبعة الثانية (١٩٩٣).
 - ٤ - " أعيان الشيعة " محسن الأمين العاملي. دار المعارف للمطبوعات ، بيروت ، (١٩٩٨).
 - ٥ - " بحار الأنوار " محمد باقر المجلسي. مؤسسة الوفاء ، بيروت ، (١٩٨٨).
 - ٦ - " تاريخ الطب وآدابه وأعلامه " أحمد شوكت الشطي. مطبعة طربين ، دمشق ، (١٩٦٧).
 - ٧ - " تذكرة أولي الألباب " ثلاثة أجزاء ، داود الانطاكي. دار الكتب العلميّة ، بيروت ، (١٩٩٨).
 - ٨ - " تسهيل المنافع في الطب والحكمة " أبي بكر الأزرق. مؤسسة البلاغ للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، (١٩٨٨).
 - ٩ - " تقرير عن الصحة الإنجابيّة " منظمة الصحة العالميّة - جمعية الصحة العالميّة السابعة والخمسون ، ١٥ نيسان (أبريل) / ٢٠٠٤.
 - ١٠ - " تهذيب الأحكام " عشرة أجزاء ، الشيخ الطوسي. دار المرتضى

- للطباعة والنشر والتوزيع، (١٩٩٠).
- ١١ - "جامع أحاديث الشيعة" (٣١) جزء - حسين البروجردي. المطبعة العلمية، قم، (١٤٢٣) هـ.
- ١٢ - "الجامع لمفردات الأدوية والأغذية" عبد الله بن أحمد بن البيطار. دار القرب الاسلامي، بيروت، (١٩٩٠).
- ١٣ - "الجعفریات" محمد بن الاشعث الكوفي. شركة الأعلمي للمطبوعات، بيروت، (٢٠١٣).
- ١٤ - "الحياة الزوجية السعيدة" عباس أمين العاملي. دار الكاتب العربي للطباعة والنشر، بيروت، (٢٠١٠).
- ١٥ - "الخصال" أبو جعفر محمد بن علي الصدوق. المطبعة الحيدرية، النجف الأشرف، (١٩٧١).
- ١٦ - "دعائم الإسلام وذكر الحلال والحرام والقضايا والأحكام" القاضي النعمان المغربي - تحقيق آصف بن علي بن أصغر فيضي. دار المعارف، (د.ت).
- ١٧ - "الدعوات" أبو الحسين سعيد بن عبد الله الراوندي. قم، الطبعة الأولى (١٤٠٤) هـ.
- ١٨ - "ديوان الإمام علي" جمع وتعليق أحمد شتيوي. دار الغد الجديد، القاهرة، الطبعة الأولى (٢٠٠٨).
- ١٩ - "الرحمة في الطب والحكمة" جلال الدين السيوطي. مؤسسة النور للمطبوعات، لبنان، (٢٠٠٧).

- ٢٠ - "الرمز الجلي في طب الوصي أمير المؤمنين علي عليه السلام" محمود بن السيد مهدي الموسوي الدهسرخي الاصفهاني. مطبعة أمير، قم، الطبعة الأولى (١٤١٤) هـ.
- ٢١ - "رمز الصحة في طب النبي والأئمة" محمود الموسوي الدهسرخي. دار الهادي للطباعة والنشر. بيروت، الطبعة الأولى (٢٠٠٣).
- ٢٢ - "روائع نهج البلاغة" جورج جرداق. مؤسسة دار المعارف - الفقه الاسلامي، بيروت، (٢٠٠٥).
- ٢٣ - "سنن الدارقطني" علي بن عمر أبو الحسن الدارقطني - تحقيق شعيب الارناؤوط وحسن عبد المنعم شلبي وعبد اللطيف حرز الله وأحمد برهوم. مؤسسة الرسالة، بيروت، (٢٠٠٤).
- ٢٤ - "شرح رسالة الحقوق - الإمام زين العابدين عليه السلام،" حسن القبانجي. مؤسسة الأعلمي للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى (٢٠٠٢).
- ٢٥ - "شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد" تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم. الدار اللبنانية للنشر، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠٠٩).
- ٢٦ - "الصحة الإنجابية" ويكيبيديا.
- ٢٧ - "صحيح البخاري" الجزء الأول: محمد بن اسماعيل البخاري. منشورات دار ابن كثير للطباعة والنشر والتوزيع، دمشق، (٢٠٢١).
- ٢٨ - "صحيح مسلم" أبو الحسن مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري - تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي. دار الحديث، القاهرة، الطبعة الأولى (١٤١٢) هـ.

- ٢٩ - " طب الأئمة " إبنني بسطام. منشورات المكتبة الحيدرية ومطبعتها،
النجف، (١٩٦٥).
- ٣٠ - " الطب النبوي " ابن قيم الجوزية. دار الفكر العربي، بيروت، الطبعة
الأولى (١٩٩٠).
- ٣١ - " طب النبي " أبو العباس جعفر المستغفري. مؤسسة أهل البيت، بيروت،
(١٩٨٦).
- ٣٢ - " الطب والأطباء في مختلف العهود الاسلامية " محمود ذياب. مكتبة الانجلو
المصرية، القاهرة، (١٩٧٠).
- ٣٣ - | الطفل - نشوءه وتربيته " مؤسسة البعثة، طهران، الطبعة الأولى
(١٤١٠ هـ).
- ٣٤ - " علم النفس التربوي " فاخر عاقل. دار العلم للملايين، بيروت،
(١٩٩٨).
- ٣٥ - " عيون الحكم والمواعظ " أبو الحسن علي بن محمد الليثي الواسطي -
تحقيق حسين الحسيني. دار الحديث للطباعة والنشر والتوزيع، قم، (١٩٩١).
- ٣٦ - " غرر الحكم ودرر الكلم " ناصح الدين أبو الفتح الآمدي. مؤسسة
الأعلمي، بيروت، (د.ت).
- ٣٧ - " القانون في الطب " ثلاثة أجزاء، ابن سينا. دار ومكتبة العارف، بيروت،
(٢٠١٧).
- ٣٨ - " قرب الاسناد " عبد الله بن جعفر الحميري القمي. منشورات مؤسسة آل
البيت لإحياء التراث، قم، الطبعة الأولى (١٤١٣) هـ.

- ٣٩ - " قضاء أمير المؤمنين - عليه السلام " محمد تقي التستري. مؤسسة الأعلمي للمطبوعات ، بيروت ، الطبعة الحادية عشر (١٩٩٢).
- ٤٠ - " الكافي " محمد بن يعقوب بن اسحق الكليني. دار الأضواء ، بيروت ، الطبعة السابعة (١٩٨٥).
- ٤١ - " كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال " علي المتقي علاء الدين الهندي. مطبعة مجلس دائرة المعارف العثمانية بحيدر آباد ، الهند ، الطبعة الثانية (١٩٦٠).
- ٤٢ - " المجازات النبوية " الشريف الرضي. منشورات مصطفى البابي الحلبي ، (١٩٩٨).
- ٤٣ - " المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء " الفيضي الكاشاني ، محمد بن المرتضى - تصحيح وتعليق علي أكبر الغفاري. منشورات مؤسسة الأعلمي ، بيروت ، الطبعة الثانية (١٩٨٣).
- ٤٤ - " مختار الصحاح " محمد بن أبي بكر الرازي. المكتبة العصرية ، بيروت ، (١٩٩٩).
- ٤٥ - " مختصر المقاصد " محمد عبد الباقي الزرقاني. المكتب الاسلامي للطباعة والنشر ، بيروت ، (١٩٨٩).
- ٤٦ - " مستدرک نهج البلاغة " عبد الهادي كاشف الغطاء. دار الاندلس للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، (١٩٩٣).
- ٤٧ - " مستدرک الوسائل " ميرزا حسين النوري. مؤسسة آل البيت لإحياء التراث ، قم ، الطبعة الأولى (١٤٠٧) هـ.

- ٤٨ - "مكارم الأخلاق" رضي الدين أبي نصير الحسن بن فضل الطبرسي. دار الاندلس، بيروت، (د.ت).
- ٤٩ - "من آيات الإعجاز العلمي - خلق الإنسان في القرآن الكريم" زغلول راغب محمد النجار، دار المعرفة، بيروت، الطبعة الثانية (٢٠٠٨).
- ٥٠ - "المناقب" ابن شهر آشوب. المطبعة الحيدرية، النجف الأشرف، (١٣٧٦) هـ.
- ٥١ - "منظمة الصحة العالمية / تقرير عن الصحة الإنجابية" جمعية الصحة العالمية السابعة والخمسون، ١٥ / نيسان (أبريل) / (٢٠٠٤).
- ٥٢ - "منظمة الصحة العالمية / الولادة المبكرة".
- ٥٣ - "مذهب الأحكام" (٣٠) جزء - عبد الأعلى السبزواري. دار الارشاد للطباعة والنشر، الطبعة السادسة (٢٠١٥).
- ٥٤ - "موسوعة الأحاديث الطبية" محمد الريشهري - الجزء الثاني. دار الحديث للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى (١٤٢٥) هـ.
- ٥٥ - "ميزان الحكمة" محمد الريشهري - عشرة أجزاء. مكتب الاعلام الاسلامي، قم، (١٩٨٣ - ١٩٨٤).
- ٥٦ - "نهج البلاغة" شرح محمد عبده - تحقيق فاتن محمد خليل. مؤسسة التاريخ العربي، بيروت، (د.ت).
- ٥٧ - "نهج البلاغة - الإمام علي بن أبي طالب" الشريف الرضي - تحقيق صبحي الصالح. دار الكتاب اللبناني، بيروت ؛ دار الكتاب المصري، القاهرة، الطبعة الرابعة (٢٠٠٤).

- ٥٨ - " نهج البلاغة - خطب الإمام علي " تحقيق محمد عبده. مطبعة النهضة، قم، (١٤١٢) هـ.
- ٥٩ - " الوسائل " محمد بن الحسن الحر العاملي. مؤسسة الأعلمي للمطبوعات، بيروت، (د.ت).

ب - المصادر الأجنبية:

60. Dorland's Illustrated Medical Dictionary. W. B. Saunders Company. Philadelphia, (2000).
61. Kallapur, S. G. and Jobe, A. H. (2006):
Surfactant and lung maturation. Pediatrics.
118(4), 1590-1598.

كُتب أخرى للمؤلف

أ الكتب المنشورة:

- ١ - "علم نفس الغدد الصم" : مطبعة النعمان، النجف الأشرف، الطبعة الأولى (١٩٧٧) ؛ دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، الطبعة الثانية (٢٠١٠).
- ٢ - "عالم الهرمونات" : وزارة الثقافة والإعلام العراقية - سلسلة الموسوعة الصغيرة - العدد (١٢٨)، دار الحرية للطباعة، بغداد، (١٩٨٣).
- ٣ - "أساسيات الوراثة الخلوية الطبية" : بالاشتراك مع الدكتور عقيل عبد ياسين. دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمّان، الأردن، (١٩٩٩).
- ٤ - "أطباء الكوفة - دراسة في التاريخ الطبي القديم" : ساعدت جامعة الكوفة على طبعه، النجف، الطبعة الأولى (٢٠٠٥) ؛ مطبعة الضياء، النجف، الطبعة الثانية (٢٠٠٥) ؛ مطبعة كمال الملك، إيران، الطبعة الثالثة (٢٠١٣).
- ٥ - "البروستاكلاندينات (الموئينات)" : مطبعة النبراس، النجف الأشرف، (٢٠٠٥) ؛ العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الثانية (٢٠١٩).
- ٦ - "الغدة الدرقية بين الصحة والمرض" : مطبعة الضياء، النجف، (٢٠٠٥) ؛ العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الثانية (٢٠٢١).
- ٧ - "قاموس الغدد الصم والتناسل، انكليزي - عربي" : مطبعة الضياء، النجف، الطبعة الأولى (٢٠٠٥) ؛ مطبعة الميزان، الطبعة الثانية (٢٠١٨).

- ٨ - "المجهر والمجهرية": مطبعة دانش، قم، ايران، الطبعة الأولى (٢٠٠٩).
- ٩ - "الكبد - وظائفه وأمراضه": بالاشتراك مع الدكتور صباح أحمد أبو صبيح والدكتور طارق حفطي الخياط. مطبعة دانش، قم، ايران، (٢٠٠٩).
- ١٠ - "المختبر المدرسي - أهميته، تنظيمه، استخدامه": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (١)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١١ - "المواد المخبرية - المحاليل، الأصباغ": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٢)، دار الضياء للطباعة، النجف، (٢٠١٠).
- ١٢ - "الوسائل التعليمية - المصورات، المجسمات، العينات": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٣)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٣ - "أجهزة العرض": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٤)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٤ - "المجهر والمجهرية": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٥)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٥ - "الأجهزة المخبرية": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٦)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٦ - "جمع وحفظ الكائنات الحية": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٧)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٧ - "تقنية جمع وحفظ الحشرات": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٨)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).

- ١٨ - "تشریح الكائنات الحية": سلسلة البيولوجيا العملية - العدد (٩)، دار الضياء للطباعة، النجف الأشرف، (٢٠١٠).
- ١٩ - "موجز تاريخ الطب": مطبعة جامعة الكوفة، النجف، (٢٠١٢).
- ٢٠ - "الغدد الصم والهرمونات": الجزء الأول، مطبعة جامعة الكوفة، النجف، (٢٠١٣)، الجزء الثاني، مطبعة الميزان، (٢٠١٥).
- ٢١ - "الطب والصحة العامة في نهج البلاغة": منشورات العتبة العلوية المقدسة، مطبعة الكفيل، كربلاء، الطبعة الأولى (٢٠١٤).
- وتمت ترجمته إلى اللغة الفارسية من قبل الدكتورة ناهيد نصيحت والدكتورة صابرة سیاویشی من جامعة طهران، منشورات آوای خاور، طهران، الطبعة الأولى (٢٠١٧).
- وظهرت طبعته باللغة الانجليزية من الدكتور يحيى كاظم السلطاني والدكتور علي عبد الزهرة الفحام عن مركز الإمام أمير المؤمنين عليه السلام للدراسات والبحوث التخصصية، النجف الأشرف، الطبعة الأولى (٢٠٢٣).
- ٢٢ - "فهرست المطبوعات العراقية في العلوم الطبية بالقرن العشرين (١٩٠٠ - ٢٠٠٠) - دراسة بليوغرافية": مطبعة الميزان، (٢٠١٥).
- ٢٣ - **"A Prospective Immunological and Genetic Study of Infertile Men"** : بالاشتراك مع الدكتور علي عبد الزهرة الفحام والدكتور عبد الزهرة كاظم محمد علي. صدر باللغة الانكليزية عن دار لامبيرت الأكاديمية للنشر في ألمانيا، (٢٠١٧).

٢٤ - " The Prognostic Factors Effect on Outcome "

of Intrauterine Insemination : بالاشتراك مع الدكتور

محسن كاظم حسن المرشدي. صدر باللغة الانكليزية عن دار نور للنشر في ألمانيا، (٢٠١٧).

٢٥ - " يحيى كاظم السلطاني - سيرة علمية " : مطبعة الميزان، الطبعة الأولى (٢٠١٧)، الطبعة الثانية (٢٠٢٠).

٢٦ - " أوتار السنين - ديوان شعر " : مطبعة الميزان، (٢٠١٧).

٢٧ - " علماء الخلية والوراثة والتطور " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (١)، العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٢٨ - " علماء التشريح والأجنة " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٢)، العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٢٩ - " علماء الفسيولوجيا " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٣)، العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٣٠ - " كيميائيون حياتيون " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٤)، العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٣١ - " علماء الأحياء المجهرية " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٥)، العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٣٢ - " أطباء أفاذا " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٦)، العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

٣٣ - " أطباء نفسانيون " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٧)، العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).

- ٣٤ - " صيادلة وعشابون " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٨)،
العارف للمطبوعات، بيروت، الطبعة الأولى (٢٠١٩).
- ٣٥ - " علماء النبات " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (٩)،
العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى (٢٠١٩).
- ٣٦ - " عالمات شهيرات " : موسوعة أعلام الطب والبيولوجيا - العدد (١٠)،
العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى (٢٠١٩).
- ٣٧ - " الوطاء (الهيبوثلامس) " : العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان،
الطبعة الأولى (٢٠٢١).
- ٣٨ - " العصب التائه " : العارف للمطبوعات، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى
(٢٠٢٢).
- ٣٩ - " التنمية المستدامة في فكر الإمام علي عليه السلام " : بالاشتراك مع مجموعة من
الباحثين. منشورات مركز أمير المؤمنين للدراسات والبحوث التخصصية،
النجف الأشرف - العدد (١٦)، دار الرافدين، بيروت، (٢٠٢٣).

ب - الكتب غير المنشورة:

- ١ - فهرست المطبوعات العراقية في العلوم البيولوجية في القرن العشرين
(١٩٠٠ - ٢٠٠٠) دراسة بيليوغرافية.
- ٢ - فهرست المطبوعات العراقية في العلوم الزراعية والبيطرية في القرن العشرين
(١٩٠٠ - ٢٠٠٠) دراسة بيليوغرافية.
- ٣ - الطب والبيولوجيا في طوابع البريد (بالاشتراك).
- ٤ - الاستنساخ البشري.

- ٥ - بيولوجيا التجميد.
- ٦ - سيبرنية الغدد الصم.
- ٧ - الجنس والجندر.
- ٨ - فتاة الاستروجين.
- ٩ - عقم الرجال.
- ١٠ - جسم الإنسان ترجمة عن الإنكليزية (بالاشتراك).
- ١١ - كيمياء الجسم الحي - ترجمة عن الإنكليزية (بالاشتراك).
- ١٢ - عجائب جزر السكر قصة علمية.
- ١٣ - الشجرة الأكاديمية.
- ١٤ - بيولوجيا الإبداع الشعري (بالاشتراك).
- ١٥ - الهرمونات والتربية البدنية (بالاشتراك).

المحتويات

٥	الفصل الأول: الصحة الإنجابية (مدخل عام)
٧	الصحة العامة
٨	مكونات الصحة العامة
٩	قواعد الصحة العامة
٩	الإسلام والصحة العامة
١٠	القرآن الكريم والصحة العامة
١٢	أقوال النبي محمد ﷺ في الصحة العامة
١٣	أقوال الإمام علي عليه السلام في الصحة العامة
١٤	البلوغ
١٦	الإنجاب
١٧	الصحة الإنجابية
٢٠	عناصر الصحة الإنجابية
٢١	العلاقة بين الصحة العامة والصحة الإنجابية
٢١	الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة
٢٣	مراحل الصحة الإنجابية
٢٣	الفئات المستهدفة بالصحة الإنجابية
٢٤	مبادئ الصحة الإنجابية
٢٤	مشاكل الصحة الإنجابية

٢٥	مقومات الصحة الإنجابية
٢٥	جوانب الصحة الإنجابية
٢٦	العوامل المؤثرة في الصحة الإنجابية
٢٦	التحديات التي تواجه الصحة الإنجابية
٢٧	طرق تحسين الصحة الإنجابية
٢٨	الأمراض الجنسية والصحة الإنجابية
٢٨	الوقاية من الأمراض الجنسية
٣١	الفصل الثاني : صحّة الذكور
٣٣	تركيب الجهاز التناسلي الذكري
٣٥	وظائف الجهاز التناسلي الذكري
٣٦	أمراض ومشاكل الجهاز التناسلي الذكري
٣٧	صحّة الجهاز التناسلي الذكري
٣٨	الصحة الإنجابية للذكور
٣٩	تأثير الحيض على الرجل
٣٩	الأغذية المفيدة للجهاز التناسلي الذكري
٤٩	أطعمة أخرى تحسّن الصحة الإنجابية
٥١	الفصل الثالث : صحّة الإناث
٥٣	تركيب الجهاز التناسلي الأنثوي
٥٥	وظائف الجهاز التناسلي الأنثوي
٥٦	الدورة الشهرية
٥٧	مراحل الدورة الشهرية

٥٩	مشاكل الدورة الشهرية
٥٩	الحيض
٦٠	أضرار الحيض
٦٣	فوائد الحيض
٦٢	تقليل آثار الدورة الشهرية
٦٣	أمراض ومشاكل الجهاز التناسلي الأنثوي
٦٦	صحة الجهاز التناسلي الأنثوي
٦٧	الصحة الإنجابية للإناث
٦٨	الأغذية المفيدة للجهاز التناسلي الأنثوي
٧٩	الفصل الرابع: الحمل والولادة
٨١	الجماع
٨٢	فوائد الجماع
٨٣	معوقات الجماع
٨٣	الأغذية النافعة للجماع
٨٥	الجماع والحمل
٨٦	الحمل
٨٧	الإخصاب
٨٧	مراحل الحمل
٨٩	وصايا للمرأة الحامل
٩٠	رحم الأم الحامل
٩٠	تأثير رحم الأم على الجنين

٩٠	غذاء الأم الحامل
٩٣	أثر غذاء الأم في الجنين
٩٣	العناية بالصحة النفسية للأم الحامل
٩٤	الولادة
٩٤	مراحل الولادة
٩٥	أنواع الولادة
٩٦	المولود
٩٨	متلازمة الضائقة التنفسية لدى الرضع
٩٩	خطورة الولادة بالشهر الثامن
١٠١	أسباب موت الجنين
١٠٣	الفصل الخامس: العقم وأسبابه
١٠٥	توطئة
١٠٦	أنواع العقم
١٠٧	أسباب العقم
١١١	الإنجاب
١١٢	الزواج
١١٣	فوائد الزواج
١١٥	الجماع
١١٧	الحيض
١١٨	أطوار الحيض
١١٩	التغيرات الحاصلة في أثناء الحيض

١٢٠	أضرار الحيض
١٢٣	الفصل السادس : علم الأجنة
١٢٥	مدخل عام
١٢٧	علم الأجنة
١٢٨	النمو الجنيني
١٢٩	مراحل النمو الجنيني
١٢٩	النطفة
١٣٠	الأمشاج الذكرية
١٣١	الأمشاج الأنثوية
١٣١	الإخصاب
١٣٣	جنس الجنين
١٣٤	الصفات الوراثية للجنين
١٣٤	العلاقة
١٣٥	المضغة
١٣٥	وماذا بعد المضغة ؟
١٣٧	مراحل تكوين الجنين
١٤٥	الفصل السابع : الرضاعة
١٤٧	الرضاعة
١٤٨	حليب الأم
١٤٩	محتويات حليب الأم
١٤٩	خصوصية حليب الأم

١٥٠	حليب الأم وجنس الرضيع
١٥١	الرضاعة الطبيعية
١٥٤	فوائد الرضاعة الطبيعية
١٥٨	الرضاعة من غير الأم
١٥٩	الرضاعة الاصطناعية
١٥٩	الفطام
١٦١	طرق الفطام
١٦٢	أنواع الفطام
١٦٢	مشاكل الأم مع الفطام
١٦٣	الفصل الثامن : الأمومة والطفولة
١٦٥	توطئة
١٦٥	الأم
١٦٦	الأمومة
١٦٨	أنواع الأمومة
١٦٩	المولود
١٧٠	الطفولة
١٧١	مراحل الطفولة
١٧٢	أثر الأمومة في حياة الطفل
١٧٤	حقوق الطفل
١٧٦	الطفولة في فكر الإمام علي عليه السلام
١٧٩	الفصل التاسع : المرأة في نهج البلاغة

- ١٨١ المرأة والمجتمع
- ١٨٢ الإسلام والمرأة
- ١٨٤ المرأة في فكر الإمام علي عليه السلام
- ١٨٦ المرأة رجحانة وليس قهرمانة
- ١٨٨ حقوق المرأة في فكر الإمام علي عليه السلام
- ١٩٠ انتقاء الزوجة
- ١٩٣ الفصل العاشر: الأسرة في نهج البلاغة
- ١٩٥ الأسرة
- ١٩٦ تكوين الأسرة
- ١٩٧ وظائف الأسرة
- ١٩٨ الأسرة والمجتمع
- ١٩٩ الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة
- ٢٠٠ الأسرة في القرآن الكريم
- ٢٠٣ التربية الأسرية في نهج البلاغة
- ٢٠٥ حقوق الطفل عند الإمام علي عليه السلام
- ٢٠٩ الفصل الحادي عشر: في شؤون الطب العدلي
- ٢١١ الطب العدلي
- ٢١٢ مجالات تطبيق الطب العدلي
- ٢١٣ مواصفات الطبيب العدلي
- ٢١٤ الإمام علي عليه السلام قاضيا
- ٢١٦ سمات وخصائص القاضي عند الإمام علي عليه السلام

- ٢١٧ أمثلة شاخصة عن الطب العدلي للإمام علي عليه السلام
الحال الأولى / امرأة افترت على غلام انه كابرها على
نفسها
- ٢١٧
- ٢١٨ الحال الثانية / عن العذرية وغشاء البكارة
- ٢١٩ الحال الثالثة / قصة لبناء والعاتق الحامل
- الحال الرابعة / قصة المرأة التي ولدت طفلا له بدنان
- ٢٢١ ورأسان وعلاقة ذلك بالإرث
- ٢٢٢ الحال الخامسة / قصة امرأتان تنازعتا في طفل
- ٢٢٢ الحال السادسة / حمل امرأة من دون افتضااض
- ٢٢٣ الحال السابعة / قصة العنب والخمرة
- ٢٢٤ الحال الثامنة / قصة المرأة التي ولدت لستة أشهر
- ٢٢٥ المصادر والمراجع
- ٢٣٣ كتب أخرى للمؤلف
- ٢٣٩ المحتويات