

Koranen säger:

”Modern skall ge sina barn di under två hela år, om föräldrarna önskar en full amningsperiod. Och barnets fader är skyldig att svara för moderns uppehälle och kläder enligt skick och sed. På ingen ska läggas en tyngre börda än han kan bära. Barnet skall inte bli en förevändning för att skada vare sig modern eller barnets fader. Samma skyldigheter vilar på faderns arvinge.

Föräldrarna skall inte klandras om de i samråd beslutar att skilja barnet från modern. Och om ni beslutar lämna era barn till en fostermor skall ni inte klandras för detta, förutsatt att ni sörjer som sig bör för barnets säkerhet och välfärd. Och frukta Allah och tänk på att Allah ser vad ni gör.” (Koranen 2:233)

I Koranen rekommenderar Allah kvinnan att amma sina barn i två år om hon kan. Det är inte obligatoriskt men starkt rekommenderat. Under den här tiden är mannen ekonomiskt ansvarig för kvinnan och ska ge henne mat och kläder efter bästa förmåga. Även om de skiljer sig före amningsperiodens slut så är det mannens skyldighet att försörja henne (se Tafsir Ibn Kathir). På detta sätt är kvinnan skyddad från oro angående ekonomin under den viktiga period då hon ammar. Föräldrarna kan komma överrens om att avsluta amningen tidigare.

”Allah har anbefallt människan att visa godhet mot sina föräldrar, hon bör tänka på att modern har burit barnet genom det ena svaghetstillståndet efter det andra, fött det och ammat det under två år. Tacka Mig och dina föräldrar och minns att Jag är målet för er färd!”
(Koranen 31:14)

Denna vers understryker värdet av att amma sina barn och den tacksamhet barnen bör visa sin moder för vad hon har gjort för dem. Vi ska snart även se vilka vetenskapliga belägg det finns för att amma sina barn i två år. Allah vet vad som är bäst för oss!

Vetenskapen säger:

Det finns många anledningar till att amma sina barn sett från ett rent vetenskapligt synsätt. Många studier har gjorts om nyttan av att amma och om bröstmjölkens fördelar. WHO rekommenderar nu full amning i sex månader och fortsatt amning parallellt med mat i två år!!! SubhanAllah, samma tidsrymd som finns beskriven i Koranen. Detta pga. de fördelar som amning ger enligt all studier. Speciellt i fattiga länder är amningen viktig. Där finns ofta inte tillgång till rent vatten och barnet skyddas på så sätt från diareésjukdomar och andra infektioner. WHO har räknat ut att om amningen i världen ökade med 40% så skulle 66% färre barn dö i diareé och 50 % färre i lunginflammation före ett och ett halvt års ålder.

Fördelar med amning

- Bröstmjölken finns alltid till hands och har rätt temperatur och rätt näringssammansättning.
- Barnet får en naturlig närhet till mamman som ger det lugn och trygghet.

- Bröstmjölken innehåller antikroppar från mamman som skyddar barnet mot infektioner under de första levnadsmånaderna. Barnet blir därmed inte förkyld så lätt och studier visar att det får ett skydd mot öroninflammation och diareé och att detta skydd ökar med amningslängden (upp till två år).
- Om det finns allergier i släkten har amningen ännu större betydelse eftersom den minskar risken för allergiutveckling. Barnet slipper utsättas för främmande mjölkallergen under den period då det är som känsligast för att utveckla allergi.
- Barn som ammar svarar bättre på vaccinationer.
- Bröstmjölken innehåller långkedjiga fleromättade fettsyror. Dessa har betydelse för hjärnans och synens utveckling. Först vid två års ålder är hjärnan till stor del utvecklad.
- Hormonet oxytocin stiger hos mamman under amningen och påverkar mamman så att hon blir lugn. Blodtrycket och pulsen sjunker och smärtröskeln ökar.
- Nattetid innehåller bröstmjölken höga halter av hormonet melatonin. Detta verkar som ett naturligt sömnmedel och gör att barnet lättare somnar om efter amningen.
- Kvinnor har minskad risk för äggstockscancer och bröstcancer om de har ammat.
- Amning minskar risken för täta graviditeter eftersom den hämmar ägglossningen och därmed får kvinnan tid att vila och ta hand om barnet innan nästa barn kommer (det är dock inget säkert preventivmedel).

I en artikel i tidningen Smålandsposten 1/9 2001 läste jag om en undersökning man hade gjort där man hade jämfört två grupper av barn. En grupp hade ammat och en hade inte. Det visade sig att den grupp som hade ammat utvecklade en något högre intelligens.

Är inte alla dessa saker bevis på Koranens storhet och att Allah (swt) som har skapat oss också vet vad som är bäst för oss?

”Vi skall visa dem Våra tecken vid horisonten och inom dem själva, ända till dess (uppenbarelsens) sanning står klar för dem! Är det inte nog för dem (att veta) att din Herre är vittne till allt som sker?”

Koranen 41: 53