



MAJČINO MLJEKO – PRAVO BIJELO ZLATO

NE SAMO DA MAJČINO MLJEKO PRUŽA BEBI OSNOVNE TVARI, VEĆ DODIR KOŽE O KOŽU PRI DOJENJU DONOSI PSIHOLOŠKU KORIST I POMAŽE DJETETU DA SE RAZVIJE DO SVOG PUNOG POTENCIJALA

Zlato, naročito bijelo zlato, povjesno je malo, te ima još uvijek, poseban značaj za osobe posvećene duhovnom razvoju. Međutim, najdublja je istina ta da je ljudsko (majčino) mlijeko ona najpročišćenija tvar na planetu, s obzirom da zaokružuje čin stvaranja započet *in utero* i pruža pojedincu najbolju priliku za fizičku i psihološku optimizaciju. Kao takvo, ono je bijelo zlato alkemičara. Zanimljivo je da je drevni alkemijski simbol za zlato, *circumpect* (krug s točkom u sredini) – vrlo elegantan prikaz dojke!

Mlijeko je tvar koju obično uzimamo zdravo za gotovo. To je namirница koju konzumiramo kako u pikantnom, tako i u slatkom obliku. No ljudi su jedini sirovci koji nastavljaju uživati u onome što

mlijeko nudi i nakon faze odbijanja djeteta od prsiju – pijući i mlijeko drugih sisavaca. Zašto je tomu tako? Osim činjenice da mlijecna hrana sadrži nutritivan i prikladan prehrambeni izbor, odgovor

U simbolici snova, mlijeko predstavlja uspjeh ili stjecanje duhovnog znanja. Zapravo, smatra se da je sanjati mlijeko vrlo pozitivna poruka nesvjesnog dijela čovjekova uma

Patricia Hatherly © 2011.

E-mail: patricia@patriciahatherly.com

Web stranica:

<http://www.patriciahatherly.com>

najvjerojatnije leži u činjenici da su ljudi jedinstveni među primatima utoliko što se žena nalazi u laktaciji (izlučuje mlijeko) u šesterostrukom razdoblju trudnoće, a to, u našem slučaju, iznosi 54 mjeseca. Na taj način, čini se da ljudi, kada se radi o razmnožavanju, naizgled ispoljavaju osobine gmažova. Stoga mi poslije prolazimo kroz život igrajući 'lovicu', žudeći za onim što nam je manjkalo u djetinjem dobu jer mlijeko pruža unutrašnju okrepnu ne samo na fizičkoj već i na psihološkoj razini.

Mlijeko je mitski simbol besmrtnosti kojeg nalazimo u različitim kulturnim i književnim tradicijama, uključujući one Kelta, kršćana, Grka, hinduista i muslimana. Izraeličani su tragali za Zemljom mlijeka i meda, a Muhamed je navodno rekao da

„sanjati mlijeko znači sanjati učenje i znanje.“ Hinduistički mit o postizanju besmrtnosti opisuje kako su, punih 1000 godina, Deve i Asure (bogovi i demoni) bućkali Ocean mlijeka sve dok se na površini nije pojavio izvanredni eliksir (*amrita*). Nakon žestoke borbe, pobijedile su Deve (bogovi) te su, popivši amritu, stekli besmrtnost i postali vladari kozmosa, a Asurama su prepustili vladavinu nad utrobom Zemlje i dubinama oceana. Zeusove potomke, da bi stekli besmrtnost, morala je dojiti Hera. Prema predaji, kada je Heru uznemirio Zeusov lukav plan da ona, spavajući, nesvesno doji Herkula, laktacijskim refleksom njeno je mlijeko poprskalo nebeski svod i tako je nastala Mliječna staza, naša galaksija. Grčka riječ za mlijeko je *gala*, pa ova legenda i naš ljubavni odnos s mlijekom poprimaju dodatno značenje, uz popularizaciju predodžbe dr. Carla Sagana o tome kako smo svi mi „sazdani od zvijezda!“

U simbolici snova, mlijeko predstavlja uspjeh ili stjecanje duhovnog znanja. Zapravo, smatra se da je sanjati mlijeko vrlo pozitivna poruka nesvesnog dijela čovjekova uma. Mada to može ukazivati i na potrebu za dubokom i temeljitim okrepom, stvara se zaključak da je takva okrepa ipak dostupna. Konkretno, san o dojenju može se odnositi na hranjenje našeg „izgladnjelog“ unutrašnjeg djeteta. Međutim, također se može raditi o pružanju duhovnog nadahnuća drugima.

U tom smislu, valja primjetiti da se dojke nalaze na razini srčane čakre, a da je majčino mlijeko bogato oksitocinom – hormonom ljubavi! S druge strane, kada sanjamo da tražimo ili pijemo mlijeko, to upućuje na potrebu za duhovnom okreppom; a to je, možda, ono što učvršćuje naš stalni ljubavni odnos s mlijekom.

Život provodimo u pokušaju da se vratimo dojci, koja se u razvijenom svijetu ne nudi odveć dugo, jer se žene bore s onime što nazivam Evinim prokletstvom: sa situacijom tipa *kvake 22* koja je ustrajno prisutna u razvijenim kulturama, budući da žene nastoje uskladiti ono što daju svojim potomcima s onime što daju sebi.

JEDINSTVENOST MLJEKA VLASTITE VRSTE

Sisavci su pripravnici da hrane svoje potomke *ex utero* i da im daju tvar koja zadovoljava prehrambene potrebe vlastite vrste kako bi se dovršio ciklus rasta i razvoja kojeg je u početku nadzirala placenta (posteljica).

Na taj način, ženke sisavaca igraju jedinstvenu i nedvosmislenu ulogu u staranju za sljedeći naraštaj. Čak i letimična analiza pokazuje nam da je mlijeko svake pojedine vrste sisavca jedinstveno, unutar širih okvira gdje svako takvo mlijeko predstavlja tvar koja sadrži vodu, aminokiseline (proteine), ugljikohidrate (laktozu), masti i minerale (pepeo).

Dajući svakoj vrsti sisavaca specifično mlijeko, Priroda osigurava da se svaki sisavac u početku hrani tvarima koje će mu, na jedinstven način, dati optimalno polazište u životu. Na primjer, tuljanovo mlijeko veoma je bogato proteinima i masnoćama; time se osigurava da mlađunče raste brzo i da pohrani dovoljno masnoće koja će ga zaštiti od njegova surovog okoliša, a kada njegova majka ode potražiti hranu za sebe salo će ga danima održavati na životu. Klokanovo mlijeko je siromašno krutim česticama te sadrži puno vode, što je pak u skladu s onime što je potrebno za preživljavanje u oporim i sušnim uvjetima njegova habitat-a. Ljudsko mlijeko, s druge strane, sadrži vrlo malo proteina (mi rastemo polako) i mnogo laktoze, jer laktoza bitno unapređuje rast mozga.

Iako je mlijeko magarca najsličnije ljudskom mlijeku, velika je podudarnost, prirodno, između mlijeka babuna, majmuna, orangutana i čovjeka, budući da svi spadamo u primate. Razlikovna značajka mlijeka primata je visok omjer laktoze, jer upravo taj sastojak mlijeka optimizira rast mozga i potiče kognitivne funkcije višeg reda. Osim ljudi koji žive u razvijenim kulturama, opće pravilo među primatima je to da je razdoblje njihove laktacije šest puta duže od trajanja trudnoće. U domorodačkim kulturama žene obično hrane svoju djecu mnogo godina, a novorodenčad čak znaju i ubiti ako nenamjerno ponovo rode dok su još uvek u fazi laktacije. Koliko god to izgledalo okrutno, to je nepobitna potvrda ključne uloge koje ljudsko mlijeko igra u ishrani dojenčeta. Kada majka nikako ne može do limenke s hranom za bebe, njene su opcije ograničene.

Ustvari, UNICEF nam kazuje da svake godine 1,4 milijuna beba umire zbog potmanjivanja majčinog mlijeka. U situacijama gdje majke misle da odabiru sofisticiranu ili ‘znanstvenu’ opciju, ubrzo se očituje surova zbilja – manjak čiste vode, loši sanitarni uvjeti te nedovoljno novca za kupnju hranu za dojenčad i plaćanje grijanja – pa bebe umiru od pothranjenosti ili zaraze.

To je velika šteta, jer mlijeko majke koja je lišena osnovnih sredstava za život vrlo se malo razlikuje od mlijeka njene dobro uhranjene ‘sestre’. Mlijeko je univerzalna tvar čiji su svi sastojci isti, bez obzira na rasnu pripadnost i zemljopisno područje; a premda način prehrane može utjecati na razine masnoća te nekih vitamina i minerala, ona ne utječe na sadržaj sirutke (koja ima 60 posto proteina u zrelom ljudskom mlijeku i 90 posto kolostruma [babinjeg mlijeka]). Ona sadrži pravo bogatstvo sastojaka koje nikada nećemo naći na limenkama s hranom za dojenčad, koja se obično temelji na govedim proteinima s količinom sirutke od samo 20 posto; što je pak optimalno za razvoj goveda, a ne ljudi. Osim široke lepeze vitamina, minerala (uključujući elemente u tragovima) i masnih kiselina (od kojih kratkolančane potiču zatvaranje utrobe i tako pomažu pri zaštiti od alergija i *gijardijaze* [zarazne bolesti tankog crijeva koju uzrokuje jednostanični parazit *Giardia lamblia*; *op. prev.*], a dugolančane optimiziraju razvoj središnjeg živčanog sustava), ljudsko mlijeko je jedinstveno po tome što sadrži:

U tom smislu, valja primjetiti da se dojke nalaze na razini srčane čakre, a da je majčino mlijeko bogato oksitocinom – hormonom ljubavi!

- niz antioksidanata;
- dva ‘specijalizirana’ proteina (α_1 -antipripsin i α_2 -makroglobulin) koji pružaju zaštitu od gripe, parainfluenze i rotavirusa;
- svoj vlastiti bifidus faktor koji pojačava razmnažanje *laktobacillusa*, onemogućujući djelovanje *E. Coli* i *Enterobacteriaceae*, uključujući *Shigellu* i *Salmonellu*;
- žučnu solju stimuliranu lipazu koja stvara masne kiseline i monogliceride koji onesposobljuju *Giardiju labilliu*, *Entamoebu histolyticu* i *Trichomonas vaginalis*;
- dodatnu tvar koja štiti od *E. coli*;
- niz citokina koji pokreću i potiču obranu domaćina, sprečavaju autoimunitost, imaju antiupalno djelovanje na gornji dišni i gastroin-

- testinalni trakt i stimuliraju razvoj probavnog sustava;
- 20 različitih enzima koji vrše razne funkcije, uključujući biosintezu i očuvanje mliječnih sastojaka u mliječnoj žlijezdi, a također imaju i transportnu i protuzaraznu ulogu, čime se osnažuje probavna funkcija u novorođenčeta;
- faktor epidermalnog rasta koji potiče intenzivniji rast i sazrijevanje fetusovog plućnog epitela, stimulira ornitinsku dekarboksilaznu aktivnost i sintezu DNK u probavnom traktu te

Ljudsko mlijeko, s druge strane, sadrži vrlo malo proteina (mi rastemo polako) i mnogo lakoze, jer lakoza bitno unapređuje rast mozga

- ubrzava zarastanje rana (uključujući obnavljanje napuklih bradavica);
- gangliozone, za koje se smatra da pomažu pri zaštiti novorođenčeta od toksinima izazvane dijareje (proljeva), posebno od *E. coli* i *V. cholerae*;
- imunoglobuline od kojih je identificirano preko 30 njih: 18 potječu iz majčinog seruma, a ostalih ima isključivo u mlijeku; najvažniji od njih je sIgA, kojeg ima u razinama pet puta većim od količine majčinog seruma (imunoglobulini štite sluznicu te imaju sposobnost neutralizacije bakterija i virusa; zna se da sIgA štiti od enterovirusa [poliovirusa tipa 1, 2, 3; Coxsackievirusa tipa A9, B3, B5; Echovirusa tipa 6 i 9], virusa herpesa [*Cytomegalovirusa*; *Herpes simplex*], Semliki Forest virusa, virusa respiratornog sincicija, rubeole, reovirusa tipa 3 i rotavirusa; IgM i IgG štite od virusa respiratornog sincicija i rubeole);
- niz hormona koji vrše raznorazne funkcije,
- interferon koji također ima antiviralsko djelovanje;
- interleukine koji su podskupina citokina, a oni jačaju imunološki sustav novorođenčeta povećavajući

- stvaranje antitijela (posebno IgA), pojačavajući fagocitozu, aktivirajući limfocite i povećavajući proizvodnju α1-antitripsina od strane jednojegrenih fagocita;
- laktoferin koji vezuje željezo i tako onemogućuje interakcije domaćina i patogena;
- laktoperoksidazu koja uništava streptokoke i crijevne bakterije;
- limfocite, od kojih ljudsko mlijeko sadrži oba tipa: i T (timusa) i B (burse); ovi limfociti prenose dugovječna majčinska antitijela bebi i sintetiziraju sIgA antitijela u dojkama;
- lizozim koji lizira bakterije kroz uništavanje stanične stijenke; u većim je količinama ima u stolici dojenih beba, pa se smatra da, stoga, utječe na crijevnu floru;
- makrofage koji sintetiziraju komplement, laktoferin i lizozim te obavljaju niz drugih funkcija, uključujući fagocitozu gljivica i bakterija;
- nukleotide koji sačinjavaju 15-20 posto ne-proteinskog dušika u ljudskom mlijeku; smatra se da oni utječu na imunološki sustav, apsorpciju željeza, crijevnu floru, lipoproteine plazme i rast crijevnih i jetrenih stanica;
- oligosaharide, od kojih je identificirano preko 80 njih; oni onemogućuju vezivanje enteropatogena uz njihove domaćinske receptore;

Povrh toga, neka od najnovijih istraživanja ljudskog mlijeka ukazuju na niz faktora uključenih u njegovu ulogu zaštitnika protiv pretilosti u kasnijim fazama života. Također se ističe dinamična interakcija između majke i djeteta, gdje ona osigurava antitijela kroz svoje mlijeko kada beba pati od nekog bakterijskog ili virusnog napada. Određenu ulogu u ovome igra i niz matičnih stanica, te je njihovo otkrivanje vrlo uzbudljivo.

Prema tome, neke se činjenice ne mogu pobiti: ovo je impresivan i sveobuhvatan profil majčinog mlijeka, koje djetetu u razvoju pruža pun spektar onoga što Majka Zemlja ima za ponuditi.

Hraneći nas, majčino mlijeko nam omogućava da se utjelovimo u potpunosti, da se uskladimo s planetarnom vibracijom. Prema kapetanu Bruceu Cathieu, kada smo u „harmoničkoj rezonanciji” tada smo najboljega zdravlja. A prema dr. Samuelu Hahnemannu, kada smo naj-

boljega zdravlja, tada se slobodno možemo fokusirati na „višu svrhu našeg postojanja”. I zato nam majčino mlijeko, kojeg imamo na raspolaganju dok smo još bebe ili mališani, pruža najbolji okvir za bavljenje tim opcijama.

NEDOSTACI ZAMJENSKOG MLIJEKA

Veća smrtnost dojenčadi uočena je kod beba koje ne dobivaju majčino mlijeko. Nadalje, pri procjeni uloge koju ljudsko mlijeko igra u optimiziranju fizičkog sazrijevanja, treba obratiti pažnju na čitav niz poznatih nedostataka koji se očituju kod djeteta hranjenog zamjenskim mlijekom a ne majčinim. Ne samo da mu izmici sve jedinstvene (gore navedene) koristi, već je njegova crijevna flora drugačija od flore njegova prijatelja kojega je majka dojila, te će se možda morati bakćati sa:

- previše aluminija;
- previše mangana;
- previše olova;
- previše kadmija;
- previše željeza;
- transgenetskom sojom i kvascem;
- tragovima algi i gljivica korištenih u proizvodnji dugolančanih polineasičenih masnih kiselina kakvih ima u limenkama s ‘vrhunskom’ hranom za dojenčad koju odabiru dobranamerne majke koje, inače, že najbolje za svoje bebe;
- hekasanom korištenim za proizvodnju takve dječje hrane;
- Enterobacter sakazakijem* (pronadjenog u 14 posto limenki s hranom za dojenčad, zbog čega porodiljski odjeli drže jedino drugačije pakiranu dječju hranu; zbog te bakterije, u bolnicama su limenke zabranjene).

Pridodajmo ovome činjenicu da se lipidi stavljuju u hranu za dojenčad prema dostupnosti i cijenama. Pominjim pregledom niza limenki s hranom za dojenčad primijetit ćemo razne izvore lipida, uključujući kokos, žito, „morska ulja” (tj. ulja dobivena genetskim inženjeringom od algi), palmino ulje, sojin lecitin i neke biljke (vjerojatno šafranika). Zanimljivo, studije objavljene 2003. sugeriraju da zdrave bebe rođene nakon punog termina trudnoće a koje su hranjene hranom za dojenčad koja je sadržavala palmino ulje kao glavno ulje u smjesi masnoća, imaju značajno niži sadržaj minerala u kostima te slabiju

mineralnu gustoću kostiju od beba koje su hranjene bez palminog ulja (već uljem šafranske, kokosa i soje).

Prema tome, unošenje palminog ulja u hranu za dojenčad u količinama koje su potrebne kako bi omjer masnih kiselina bio sličan onome u majčinom mlijeku vodi do (osim sjeće šuma u nekim dijelovima Azije) slabije mineralizacije kostiju, jer se pokazalo da smanjuje razine kalcija i slabi apsorpciju masnoća.

Problematična je i apsorpcija kalcija, zbog činjenice da je omjer kalcija i fosfora u kravljem mlijeku 1:3, dok je omjer kalcija i fosfora u ljudskom mlijeku 1:1; čime kalcij postaje lako iskoristiv. Ovaj omjer od 1:3 veže kalcij uz fosfor na takav način da se kalcij zapravo lakše izlučuje iz tijela. Premda je kravljе mlijeko hvaljeno kao „dobar izvor kalcija”, taj omjer ga čini teško ‘biostupnim’. Najiskoristiviji izvori kalcija su orašasti plodovi i sjemenke, zatim kosti mašću bogatih riba i zelene lisnato povrće. Sav svoj kalcij krave dobivaju iz trave!

No, u vezi lipida treba još reći da njihova ulogu u mlijeku najbolje definira njihova uloga u jačanju razvoja središnjeg živčanog sustava, a dokazana je činjenica da dojenje povećava inteligenciju. Iako tomu uvelike doprinosi visoka količina laktoze u ljudskom mlijeku, to se može pripisati i dugolančanim polinezasićenim masnim kiselinama (PUFA) kojima ljudsko mlijeko obiluje kada majke unose mnogo plodova mora u svoju prehranu ili kada konzumiraju ulje od lanenih ili konopljinih sjemenki. Još davne 1929., kod djece koja su četiri do devet mjeseci hranjena isključivo majčinim mlijekom, odnosno dojenjem, uočeni su povećana sposobnost učenja i viši rezultati na testovima inteligencije.

Međutim, od tog vremena naovamo, definitivne podatke u prilog ovakvog razumijevanja ljudskog mlijeka i kognitivnih funkcija pružaju istraživanja koja sugeriraju da majčino mlijeko, općenito, ima značajan utjecaj na razvoj središnjeg živčanog sustava. Vršena je usporedba prerano rođenih beba kojima je majčino mlijeko davano preko nazogastičke cjevčice i beba slične gestacijske dobi i težine po rođenju a koje su hranjene hransom za dojenčad. Rezultati su pokazali da su bebe hranjene majčinim mlijekom bile naprednije i razvijenije u dobi od 18 mjeseci te da se takav napredan razvoj nastavio do osme godine života.

Slični pozitivni rezultati povezani su s bebama rođenima u punom terminu i dojenima, a takve rezultate potvrđuju i podaci iz 18-godišnjeg longitudinalnog istraživanja 1000 novozelandske djece koje je pokazalo da dojenje u trajanju od osam mjeseci ili duže doprinosi povećanju kognitivnih i edukacijskih postignuća. Te efekti potvrđio je niz mjera, uključujući standardizirane testove, ocjene učitelja, kao i postignute rezultate u srednjoj školi i na fakultetu.

Ove rezultate podupire slično istraživanje 13.135 djece vođeno ranije na Britanskom otočju, kojim je ustanovljena pozitivna korelacija između trajanja dojenja i postignutih rezultata u testovima vokabularne i vizuomotorne koordinacije. Druge studije dodatno su potvrdile pretpostavku da dojenje povećava vizualnu oštرينу.

Ljudi su jedini sisavci na ovom planetu koji običavaju piti mlijeko drugih životinjskih vrsta, a niti jedno istraživanje ne potvrđuje da mlijeko drugih sisavaca rezultira istim pozitivnim efektima poput ljudskog mlijeka, dok mnoga istraživanja potvrđuju suprotnu pretpostavku. Osim već spomenutih problema, kada je ne-

- pretilosti (umjetno hranjene bebe konzumiraju 30.000 više kalorija od dojenih beba u prvi osam mjeseci; no, pitanje pretilosti pogoršava činjenica da su istraživanja iz 1970-ih pokazala kako cjepivo protiv DPT-a [difterije, pertusisa, tetanusa] ometa metabolizam inzulina);
- Crohnove bolesti;
- ulceroznog kolitisa;
- celjaklje;
- kardiovaskularnih bolesti;
- dijabetesa tipa 2.

Kratkoročno, povećan je rizik od sindroma iznenadne smrti dojenčeta (SIDS) kao i od:

- nekrotizirajućeg enterokolitisa (NEC) i sepsa s kasnim početkom u prerano rođenih beba;
- bakterijskog meningitisa kod prerano rođenih beba u jedinicama neonatalne intenzivne skrbi (homeopati su uočili da kada se bebama s tuberkuloznim mijazmom daje „sredstvo za osnaživanje ljudskog mlijeka“ tj.

Ljudi su jedini sisavci na ovom planetu koji običavaju piti mlijeko drugih životinjskih vrsta, a niti jedno istraživanje ne potvrđuje da mlijeko drugih sisavaca rezultira istim pozitivnim efektima poput ljudskog mlijeka, dok mnoga istraživanja potvrđuju suprotnu pretpostavku

ljudsko mlijeko glavna hrana dojenčeta javlja se mnoštvo zdravstvenih tegoba. Na primjer, u veterinarskim se krugovima smatra da hranjenje životinja mlijekom neke druge životinske vrste uzrokuje apnoičke epizode (zastoj disanja). Upravo se to događa kod beba hranjenih hranom za dojenčad. Tijekom hranjenja, one teško dišu zbog djeliča proteina mlijeka tuđe vrste (a ne ljudskog) u hrani za dojenčad. Istraživanja pokazuju da se bebe hranjene iz bočice i dojene bebe razlikuju po obrascima sisanja/gutanja, a utvrđeno je i to da se sisanjem dojke optimizira orofacialni razvoj (usta i lica), što rezultira koristima u vezi razmaka zubi i razvoja govora.

Također treba imati u vidu da dojenčad koja se rano odbije od majčinih prsa te se hrani nekim zamjenskim mlijekom ima, na duge staze, veći rizik od:

hrana za bebe od kravljeg mlijeka, kod takvih beba dolazi do krvarenja u mozgu);

- botulizma;
- proljeva;
- infekcija gornjih dijelova dišnog trakta i otitis medie (upale srednjeg uha);
- infekcija mokraćnog trakta.

Svemu tome možemo dodati povećani rizik od dijabetesa tipa 1 jer većina supstituta majčinog mlijeka zasniva se na kravljem mlijeku, a istraživanja odavno ukazuju na vezu između konzumacije kravljeg mlijeka i dijabetesa tipa 1.

**U sljedećem broju:
O psihološkim koristima povezanim
s dojenjem**

PSIHOLOŠKE KORISTI OD MAJČINOG MLJEKA

MAЛО DIJETE ČИJE SU ПOTREBE ZADOVOLJENE I KOJE SE OSJEĆА FIZИČKI SIGURNO IMA SVE VEĆE POVJERENJE I POČINJE VJEROVATI SVOJOJ OKOLINI

Patricia Hatherly © 2011.

E-mail: patricia@patriciahatherly.com

Web stranica: <http://www.patriciahatherly.com>

Drugi aspekt rasprave tiče se psiholoških koristi koje su također prisutne kada bebe duže borave uz svoje majke. Dr. Niles Newton 1970-ih (u literaturi o dojenju) prva je iznijela mišljenje da dojenje pruža psihološku dobrobit novorođenčetu. Istaknula je da se takva djeca razviju u «zrelije, sigurnije i sasmosvjesnije» osobe.²⁰

To je u skladu s ranijim zapažanjima Erika Eriksona koji je kao psiholog identificirao dva odvojena stadija u razvoju djeteta.²¹ Prvi stadij traje od rođenja do dobi od 18 mjeseci i nazvan je *povjerenje nasuprot nepovjerenju*. Tijekom tog razvojnog stadija malo dijete čije su potrebe zadovoljene i koje se osjeća fizički sigurno ima sve veće povjerenje i počinje vjerovati svojoj okolini. Kako počinje hodati dolazi svojoj majci i odlazi od nje s povjerenjem i osjećajem da ima kontrolu, što pomaže umanjiti tjeskobu zbog odavanja. Takva djeca koja nauče vjerovati svojoj okolini na takav način s lakoćom prelaze na sljedeći stadij.

Drugi stadij, kako ga je Erikson opisao, traje od 18 mjeseci do tri godine života, nazvao ga je *samostalnost nasuprot sramu*. Tijekom tog stadija djetetu koje doji dodatno rastu sigurnost i povjerenje dok počinje istraživati uzbudljiv novi svijet svojim novostečenim motoričkim i verbalnim vještinama. Dojenje tijekom tog stadija u jednakoj mjeri služi za zadovoljenje emocionalnih koliko i prehrambenih potreba. U tom razdoblju postupno se odvija djetetov proces individuacije i ono sve više shvaća da je odvojena jedinka koja ima kontrolu nad svojom okolinom. Ti stadiji tijekom kojih malo dijete razvija mentalnu sposobnost prepoznavanja da predmeti stalno postoje i dok ih ne vidi (i tako uči prihvatići pojma odvojenosti), također je definirao Piaget i nazvao konstantnost predmeta.²²



Pomoću tablice na susjednoj stranici možemo lakše razumjeti te stadije. Svakim od tih osam stadija upravlja neki pozitivni ili negativni atribut i, po mom mišljenju, Erik Erikson tim je stadijima elegantno definirao čovjekov razvojni put. Tako normalno fiziološko rođenje bez lijekova, nakon kojeg se bebi daje prostora da sama potraži bradavicu, novorođenčetu pruža vrijednu prvu lekciju: budem li se borio preživjet ću. Zatim će, bude li imao pristup majčinom mlijeku tijekom naredne četiri godine, rano u svom razvoju dobiti najbolje izglede da postane samostalna i povjerljiva osoba. To stvara obrazac za cijeli život i pruža nagradu samoostvarenja.

Međutim, u novije vrijeme jedna grupa švedskih istraživača²³ iznijela je druga relevantna zapažanja o psihološkoj važnosti dvojstva majka/beba, a nakon njih i Nils Bergman, dr. med., koji je tu jedinicu nazvao «jedan biosociološki organizam».²⁴ Kao istraživač, dr. Bergman učinio je mnogo za promicanje koncepta «klokanske majčinske njege» prema kojem je kontakt između majke i bebe kožom uz kožu prirodna životna sredina za sve novorodene bebe, i najbolje potiče kako psihološki tako i fiziološki razvoj. Bergman tvrdi da uklanjanje iz te sredine u kojoj beba ima lak pristup doći dovodi do reakcije protest-ocaj koju je prvi tako nazvao dr. Jeffrey Alberts,²⁵ ali je izvorno bila identificirana

kod siročadi nakon Drugog svjetskog rata, a kasnije ju je na majmunima pro- učavaao dr. Harry Harlow.²⁶

RJEŠENJE

Zato, imajući u vidu sve izneseno, svakoj majci koja je pod mojom njegom (kada prestaje dojiti), kao način za očuvanje mlijeka dajem njenom mlijeku suksusirano do homeopatske potencije 7C,²⁷ tako da njeni bebi može i dalje uživati u prednostima koje pruža majčino mlijeko dok se bude nosila s preživljavanjem u okolnostima koje nisu idealne. Upute kako se to može učiniti dostupne su u biltenu *Milk Matters* na <http://www.patriciahatherly.com>. To je mala stvar s velikim implikacijama jer majci omogućava malo slobode i duševnog mira kada, iz bilo kojeg razloga, dojenje njene bebe jednostavno nije moguće, i osigurava da beba ne bude potpuno ugrožena.

Moramo početi raditi na osnivanju ban- ki ljudskog mlijeka kako bi majke mogle donijeti važnu odluku o tome kada će prestati dojiti. Mogućnost nabave limen- ki hrane za bebe napravljene od ljudskog mlijeka bila bi ogromna prednost; ne samo što bi majke imale slobodu nego bi i bebe imale konkretnе doživotne koristi iz razvojne perspektive. I planet bi imao koristi jer je majčino mlijeko ekološki prihvativljiv proizvod koji ne doprinosi bilo kakvom narušavanju Zemljinih ekosustava. Naša

atmosfera, tlo, flora, fauna i rijeke manje se zagađuju prilikom proizvodnje ljudskog mlijeka nego prilikom proizvodnje zamjena za majčino mlijeko. To je potpuno obnovljiv resurs i kao takvo dojenje je u osnovi karbon-neutralna aktivnost. Nadalje, pored fizičkih i psiholoških koristi koje uživa osoba othranjena na majči-

vanje i održavanje mreža banki krvi i sperme, smatrajući ih potrebnim iz raznih zdravstvenih, ekonomskih i društvenih razloga, zašto ista sredstva ne bi mogla biti dostupna za osniva- nje i održavanje banki ljudskog mli- jeka? Prednosti za nas kao vrstu bile bi enormne. Nema zamjene za pravu

Moramo početi raditi na osnivanju banki ljudskog mlijeka kako bi majke mogle donijeti važnu odluku o tome kada će prestati dojiti. Mogućnost nabave limenki hrane za bebe napravljene od ljudskog mlijeka bila bi ogromna prednost...

nom mlijeku, i ekonomija ima prave i kon- kretne koristi kada bebe dobivaju majčino mlijeko kroz duže razdoblje. Dragocjeni prirodni resursi ne troše se na proizvodnju i distribuciju i pomaže u promicanju kontrole broja stanovnika, dobrobiti majke i obitelji, kao i dobrog zdravlja majke i bebe. Dojilje širom svijeta stvaraju (u prosjeku) pola litre mlijeka dnevno. Budući da to znači da se širom svijeta godišnje proizve- du milijarde litara majčino mlijeko daje značajan doprinos bruto društvenom pro- izvodu i balanci plaćanja svih naroda.^{28, 29, 30} Stoga se moramo zapitati: ako države imaju potrebna sredstva za osni-

stvar. Majčino mlijeko je bijelo zlato koje tražimo.

O AUTORICI

Patricia Hatherly, registrirana je klasična homeopatkinja koja s majkama i beba- ma radi već 35 godina, od toga 20 kao međunarodno certificirana savjetnica za dojenje. Autorica je brojnih članaka objavljenih u časopisima i dviju knjiga: *The Homoeopathic Physician's Guide to Lactation* (2004.) i *The Lacs: a materia medica and repertory* (2010.). Za više informacija posjetite njenu web-lokaciju <http://www.patriciahatherly.com>.

OSAM EPIGENETSKIH STADIJA ČOVJEKA PO ERIKU ERIKSONU

VIII Zrelost/starost: (MUDROST)	Integritet ega nasuprot očaju, odvratnosti
VII Srednja odrasla dob: (BRIGA)	Plodnost nasuprot stagnaciji
VI Mlađa zrela dob: (LJUBAV)	Intimnost nasuprot izolaciji
V Pubertet i adolescencija: (VJERNOST)	Identitet ega nasuprot zbumjenosti oko uloge
IV Školska dob: Latentnost (KOMPETENTNOST)	Marljivost nasuprot inferiornosti
III Dob igre: Lokomotorno/genitalno (SVRHA)	Inicijativa nasuprot krivnji
II Rano djetinjstvo: Mišićno/analno (SNAGA VOLJE)	Samostalnost nasuprot sramu, sumnji
I Najranije djetinjstvo: Oralno/senzorno (NADA)	Osnovno povjerenje nasuprot nepovjerenju

Izvor: Prilagođeno iz dijagrama u knjizi *Childhood and Society* Erika H. Eriksona, 1963, reproducirano u *Personality Theories*, L. A. Hjelle i D. J. Ziegler (urednici), McGraw Hill Inc., Sydney, 1985, 2. izd.