

# Sebatian Ajaib: Air Susu Ibu

**Dan Kami wajibkan manusia berbuat baik kepada kedua ibu bapanya; ibunya telah mengandungnya dengan menanggung kelemahan atas kelemahan dan menceraikan susunya dalam masa dua tahun; bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua ibu bapamu; dan kepada Aku-lah tempat kembalimu. (Surah Luqman, ayat 14)**

Air susu ibu ialah satu sebatian tiada tandingan yang diciptakan oleh Allah demi memenuhi keperluan nutrisi bayi dan melindunginya daripada sebarang jangkitan. Keseimbangan makanan berkhasiat dalam air susu ibu adalah pada kadar yang tepat dan bersesuaian dengan tubuh bayi yang belum matang. Pada masa yang sama, air susu ibu juga kaya dengan nutrien yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf.<sup>1</sup> Makanan buatan untuk bayi yang disediakan dengan bantuan teknologi masa kini tidak dapat menggantikan makanan ajaib ini.

Senarai manfaat air susu ibu kepada bayi bertambah setiap hari. Kajian menunjukkan bahawa bayi-bayi yang diberi minum air susu ibu terlindung daripada penyakit berkaitan sistem pernafasan dan penghadaman. Ini kerana antibodi-antibodi yang terdapat di dalam air susu ibu menyediakan satu perlindungan langsung daripada jangkitan. Sifat anti-infeksi lain air susu ibu adalah menyediakan satu persekitaran sesuai untuk bakteria "bermanfaat" yang dipanggil sebagai "flora normal" sekaligus menangkis serangan bakteria, virus dan parasit berbahaya. Tambahan pula, didapati bahawa terdapat beberapa unsur di dalam air susu ibu yang mengawal sistem imunisasi terhadap penyakit berjangkit dan membolehkannya berfungsi dengan lebih teratur.<sup>2</sup>

Oleh kerana air susu ibu telah direka secara khusus, ia merupakan makanan yang paling mudah dihadam oleh bayi. Selain kaya dengan nutrisi, ia juga mudah dihadam oleh sistem penghadaman bayi yang sensitif. Memandangkan bayi menggunakan sedikit sahaja tenaga untuk mencerna air susu ibu, maka tenaga selebihnya dapat disalurkan untuk fungsi tubuh yang lain, pertumbuhan dan perkembangan organ.

Air susu ibu yang mempunyai bayi pra-matang mengandungi tahap zat lemak, protein, natrium, klorida dan besi yang lebih tinggi untuk menampung keperluan bayi. Ianya telah dibuktikan bahawa fungsi mata bayi pra-matang yang diberi minum air susu ibu adalah lebih baik dan lebih cemerlang dalam ujian kecerdasan. Tambahan pula, mereka turut memiliki banyak kelebihan lain.

Kandungan minyak omega-3 asid alfa linoleat menjadikan air susu ibu penting untuk perkembangan bayi. Selain menjadi sebatian penting untuk otak dan retina manusia, ia juga amat mustahak bagi bayi-bayi yang baru dilahirkan. Omega-3 secara khusus penting sepanjang masa kehamilan dan peringkat awal usia bayi demi perkembangan otak dan saraf yang normal. Ramai saintis menegaskan kepentingan air susu ibu terutamanya sebagai satu sumber omega-3 semulajadi dan sempurna.<sup>3</sup>

Selain daripada itu, kajian yang dilakukan oleh sekumpulan saintis Universiti Bristol mendapati bahawa antara kebaikan jangka panjang air susu ibu adalah kesan positifnya terhadap tekanan darah, yang mana ia dapat mengurangkan risiko serangan jantung. Kumpulan penyelidik tersebut menyimpulkan bahawa sifat perlindungan yang terdapat di dalam air susu ibu disebabkan oleh kandungan nutrisinya. Menurut hasil kajiannya yang diterbitkan dalam jurnal perubatan

Circulation, bayi yang diberi minum air susu ibu kurang berisiko menghidap penyakit jantung. Kehadiran rantai panjang asid lemak poli tidak tepu (polyunsaturated fatty acids) dalam air susu ibu (untuk mencegah pengerasan arteri) dan hakikat bahawa bayi yang diberi minum air susu ibu menggunakan sedikit natrium (berkait rapat dengan tekanan darah) serta tidak mengalami pertambahan berat badan berlebihan merupakan antara cara air susu ibu memberi manfaat kepada jantung.<sup>4</sup>

Sebagai tambahan, satu pasukan diketuai oleh Dr. Lisa Martin, dari Pusat Perubatan Hospital Kanak-kanak Cincinnati di Amerika, telah menemui kadar kandungan hormon protein (adiponectin) yang tinggi dalam air susu ibu.<sup>5</sup>

Kandungan adiponectin yang tinggi dalam darah dikaitkan dengan kurangnya risiko serangan jantung. Tahap adiponectin yang rendah ditemui pada orang yang mengalami kegemukan dan berisiko tinggi mengalami serangan penyakit jantung. Maka disepakati bahawa bayi yang diberi air susu ibu mempunyai risiko kegemukan yang rendah dengan kehadiran hormon ini. Tambahan pula, mereka juga menemui sejenis hormon yang dipanggil sebagai leptin dalam air susu ibu yang mempunyai peranan utama dalam metabolisme lemak. Leptin dipercayai berfungsi menyampaikan isyarat kepada otak bahawa terdapat lemak pada tubuh. Berdasarkan pendedahan Dr. Martin, hormon-hormon yang diserap semasa peringkat bayi melalui air susu ibu dapat menurunkan risiko pelbagai penyakit seperti obesiti, diabetes tahap dua dan daya tahan insulin, serta penyakit jantung koronari.<sup>6</sup>

### **Fakta tentang “Makanan Tersegar”**

Fakta-fakta tentang air susu ibu tidak tamat di sini. Sumbangannya terhadap kesihatan bayi berkembang mengikut fasa pertumbuhan bayi dan kandungannya berubah demi memenuhi keperluan nutrisi bayi mengikut peringkat-peringkat tertentu. Unsur gula dan lemak dalam air susu ibu, yang sentiasa tersedia dan pada suhu yang sesuai, memainkan peranan penting dalam perkembangan otak. Tambahan pula, elemen lain seperti kalsium turut memberi sumbangan dalam perkembangan tulang-tulang bayi.

Meskipun dinamakan susu, namun sebahagian besar sebatian ajaib ini sebenarnya terdiri daripada air. Ini merupakan ciri terpenting kerana selain daripada makanan, bayi juga memerlukan cairan dalam bentuk air. Kebersihan sepenuhnya tidak mungkin didapati dalam air atau bahan makanan selain daripada air susu ibu. Namun air susu ibu yang merangkumi 90% air dan tidak kurang, memenuhi keperluan air bayi dalam cara yang paling bersih dan sihat.

### **Susu Ibu dan Kecerdasan**

Kajian saintifik membuktikan bahawa pembangunan kognitif di kalangan bayi-bayi yang diberi air susu ibu adalah lebih hebat berbanding bayi lain. Satu analisis perbandingan berkaitan dengan bayi yang diberi air susu ibu dan bayi yang diberi susu formula oleh James W. Anderson—seorang pakar dari Universiti Kentucky—mendapati bahawa minda bayi yang diberi minum air susu ibu adalah lima kali lebih tinggi berbanding dengan bayi lain. Hasil daripada kajian ini, didapati bahawa kecerdasan diperoleh daripada air susu ibu sehingga enam bulan, dan bayi yang disusui kurang daripada lapan minggu tidak menunjukkan sebarang kesan dari segi kecerdasan minda.<sup>7</sup>

### **Benarkah Air Susu Ibu Menentang Kanser?**

Hasil daripada kesemua kajian yang dijalankan, terbukti bahawa air susu ibu, yang ratusan penulisan mengenainya telah diterbitkan, melindungi bayi daripada kanser.

Hakikat ini telah diketahui meskipun mekanismenya belum difahami sepenuhnya. Sewaktu sebuah protein dari air susu ibu membunuh sel-sel tumor yang dibiakkan dalam makmal tanpa merosakkan sebarang sel sihat, para pengkaji menyatakan bahawa satu potensi yang hebat telah ditemui. Catharina Svanborg, seorang profesor imunologi klinikal Universiti Lund di Sweden, ialah ketua kumpulan peneliti yang menemui rahsia ajaib air susu ibu ini.<sup>8</sup> Pasukan tersebut menerangkan keupayaan air susu ibu dalam menyediakan perlindungan terhadap pelbagai bentuk kanser sebagai satu penemuan yang menakjubkan.

Pada mulanya, para peneliti mengkaji sel-sel lendir usus yang diambil daripada bayi-bayi yang baru dilahirkan dengan air susu ibu. Mereka mendapati bahawa penyakit pneumonia yang diakibatkan oleh bakteria *Pneumococcus* dapat dihentikan dengan berkesan oleh air susu ibu. Bahkan bayi yang diberi air susu ibu amat kurang mengalami masalah pendengaran berbanding bayi yang diberi minum susu formula dan risiko jangkitan penyakit pernafasan yang terlalu rendah. Selepas beberapa siri penyelidikan, didapati bahawa air susu ibu juga memberi perlindungan terhadap kanser. Setelah menunjukkan bahawa kanser limfa di kalangan kanak-kanak yang diberi susu formula semasa fasa kanak-kanak berlaku sembilan kali ganda, mereka menyedari bahawa hasil yang sama juga berlaku untuk pelbagai jenis kanser yang lain. Berdasarkan keputusan tersebut, air susu ibu berupaya mengenal pasti sel-sel kanser secara tepat lalu memusnahkannya. Zat bernama alpha-lac (alphalactalbumin) yang banyak di dalam air susu ibu menjejak dan membunuh sel-sel kanser. Alpha-lac dihasilkan oleh sejenis protein yang membantu pengeluaran gula laktosa dalam air susu ibu.<sup>9</sup>

### **Rahmat Tiada Bandingan Ini adalah Satu Anugerah dari Allah**

Satu lagi ciri menakjubkan air susu ibu adalah hakikat bahawa ia amat bermanfaat untuk diberi kepada bayi selama dua tahun terawal.<sup>10</sup> Maklumat penting yang hanya diketahui oleh sains baru-baru ini, telah dinyatakan oleh Allah 14 kurun yang lalu melalui ayat: **"Dan ibu-ibu hendaklah menyusukan anak mereka selama dua tahun genap, iaitu bagi orang yang menyempurnakan penyusuan itu; ..."** (Surah Al-Baqarah, ayat 233)

Si ibu tidak merancang untuk menghasilkan air susu ibu, sumber khasiat terbaik untuk bayi tidak berdaya yang memerlukan makanan dalam kandungannya, serta tidak menentukan tahap pelbagai nutrisi di dalamnya. Allah Yang Maha Kuasa, Yang Maha Mengetahui keperluan setiap makhluk dan mengasihi mereka, Yang menciptakan air susu ibu untuk bayi di dalam tubuh si ibu.

"Untuk mendapatkan karya Harun Yahya, sila lawati [www.bookglobal.net](http://www.bookglobal.net)."

---

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

2- Ibid.

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

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

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

6- Ibid.

7- Tim Whitmire, "IQ Gain from Breastfeeding," <http://abcnews.go.com/sections/living/DailyNews/breastfeeding990923.html>.

8- "Breakthrough in Cancer Research," [www.mediconvalley.com/news/Article.asp?NewsID=635](http://www.mediconvalley.com/news/Article.asp?NewsID=635).

- 9- Peter Radetsky, "Human Breast Milk Kills Cancer Cells," Discover 20, No. 06, Jun 1999.
- 10- Rex D. Russell, "Design in Infant Nutrition," [www.icr.org/pubs/imp/imp-259.htm](http://www.icr.org/pubs/imp/imp-259.htm).

<https://www.harunyahya.info/ms/artikel/sebatian-ajaib-air-susu-ibu-16485>