



MAJČINO MLIJEKO – PRAVO BIJELO ZLATO

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

Patricia Hatherly © 2011.

E-mail: patricia@patriciahatherly.com

Web stranica:

<http://www.patriciahatherly.com>

Zlato, naročito bijelo zlato, povijesno je imalo, 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, *circumpunct* (krug s točkom u sredini) – vrlo elegantan prikaz dojke!

Mlijeko je tvar koju obično uzimamo zdravo za gotovo. To je namirnica koju konzumiramo kako u pikantnom, tako i u slatkome obliku. No ljudi su jedini sisavci 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 mliječna 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

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 mjeseci. Na taj način, čini se da ljudi, kada se radi o razmnožavanju, naizgled ispoljavaju osobine gmazova. Stoga mi poslije prolazimo kroz život igrajući 'lovce', žudeći za onim što nam je manjkalo u djetinjstvu jer mlijeko pruža unutrašnju okrepu 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. Izraelićani 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 dobiti Hera. Prema predaji, kada je Heru uznemirio Zeusov lukav plan da ona, spavajući, nesvjesno 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 poprimali 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 nesvjesnog dijela čovjekova uma. Mada to može ukazivati i na potrebu za dubokom i temeljitom 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 primijetiti 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 okrepom; a to je, možda, ono što učvršćuje naš stalni ljubavni odnos s mlijekom.

Život provodimo u pokušaju da se vratimo dojcima, 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 MLIJEKA VLASTITE VRSTE

Sisavci su pripravi 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 nedvosmisleni 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 mladunče raste brzo i da pohrani dovoljno masnoće koja će ga zaštititi 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 habitata. 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 najslbližnje ljudskom mlijeku, velika je podudarnost, prirodno, između mlijeka babuna, majmuna, orangutana i čovjeka, budući da svi spadamo u primata. 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 novorođenčad čak znaju i ubiti ako nenamjerno ponovo rode dok su još uvijek 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 pomanjkanja 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 zreloom 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 goveđim 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 i:

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

- niz antioksidanata;
- dva 'specijalizirana' proteina ($\alpha 1$ -antipripsin i $\alpha 2$ -makroglobulin) koji pružaju zaštitu od gripe, parainfluenice i rotavirusa;
- svoj vlastiti bifidus faktor koji pojačava razmnažanje *laktobacillus*a, onemogućujući djelovanje *E. Coli* i *Enterobacteriaceae*, uključujući *Shigellu* i *Salmonellu*;
- žučnu solju stimuliranu lipazu koja stvara masne kiseline i monogliceride koji onesposobljuju *Giardiju labliju*, *Entamoebu histolyticu* i *Trichomonas vaginalis*;
- dodatnu tvar koja štiti od *E. coli*;
- niz citokina koji pokreću i potiču obranu domaćina, sprečavaju autoimunost, 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 laktoze, jer laktoza bitno unapređuje rast mozga

ubrzava zarastanje rana (uključujući obnavljanje napuklih bradavica);

- gangliozide, 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; Cocksackievirusa tipa A9, B3, B5; Echovirusa tipa 6 i 9], virusa herpesa [*Cytomegalovirusa*; *Herpesa 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 antivirno djelovanje;
- interleukine koji su podskupina citokina, a oni jačaju imunološki sustav novorođenčeta povećavajući

stvaranje antitijela (posebno IgA), pojačavajući fagocitozu, aktivirajući limfocite i povećavajući proizvodnju $\alpha 1$ -antitripsina od strane jednojezgrenih fagocita;

- laktoferin koji vezuje željezo i tako onemogućuje interakcije domaćina i patogena;
- laktopeksidazu 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 dojčkama;
- lizozim koji lizira bakterije kroz uništavanje stanične stijenke; u većim je količinama ima u stolicima dojenih beba, pa se smatra da, stoga, utječu na crijevnu floru;
- makrofage koji sintetiziraju komplemen, 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 Hahnmannu, 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 izmiču 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 polinezasićenih masnih kiselina kakvih ima u limenkama s 'vrhunskom' hranom za dojenčad koju odabiru dobronamjerne majke koje, inače, žele najbolje za svoje bebe;
- heksanom korištenim za proizvodnju takve dječje hrane;
- *Enterobacterom sakazakijem* (pronađenog 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 stavljaju u hranu za dojenčad prema dostupnosti i cijenama. Pomnijim pregledom niza limenki s hranom za dojenčad primijetiti ćemo razne izvore lipida, uključujući kokos, žito, „morska ulja” (tj. ulja dobivena genetskim inženjeringom od algi), palmino ulje, sojin leicitin 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 šafranike, 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 sječe 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 kravlje mlijeko hvaljeno kao „dobar izvor kalcija”, taj omjer ga čini teško 'bio-dostupnim'. Najiskoristiviji izvori kalcija su orašasti plodovi i sjemenke, zatim kosti mašču bogatih riba i zelene lisnate povrće. Sav svoj kalcij krave dobivaju iz trave!

No, u vezi lipida treba još reći da njihovu 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 hranom 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 efekte potvrdio 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 oštrinu.

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-

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 životinjske vrste uzrokuje apnoičke epizode (zastoj disanja). Upravo se to događa kod beba hranjenih hranom za dojenčad. Tijekom hranjenja, one teško dišu zbog djelića 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 orofacijalni 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:

- pretilosti (umjetno hranjene bebe konzumiraju 30.000 više kalorija od dojenih beba u prvih 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;
- celijakije;
- 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.

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 zasniiva 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**

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

RJEŠENJE

Zato, imajući u vidu sve izneseno, svakoj majci koja je pod mojom njegovom (kada prestaje dojiti), kao način za očuvanje mlijeka dajem njeno mlijeko sukusirano do homeopatske potencije 7C,²⁷ tako da njena beba 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 banke 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; ne samo što bi majke imale slobodu nego bi i bebe imale konkretne doživotne koristi iz razvojne perspektive. I planet bi imao koristi jer je majčino mlijeko ekološki prihvatljiv 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 osnivanje i održavanje banke ljudskog mlijeka? Prednosti za nas kao vrstu bile bi enormne. Nema zamjene za pravu

Moramo početi raditi na osnivanju banke 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 konkretne 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, dobiti 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 proizvedu milijarde litara majčino mlijeko daje značajan doprinos bruto društvenom proizvodu i bilanci 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 bebama radi već 35 godina, od toga 20 kao međunarodno certificirana savjetnica za dojenje. Autorica je brojnih članaka objavljenih u časopisima i dviju knjiga: *The Homeopathic 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 Mlada zrela dob: (LJUBAV)	Intimnost nasuprot izolaciji
V Pubertet i adolescencija: (VJERNOST)	Identitet ega nasuprot zbunjenosti 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.