

درسنامه

بهداشت، تغذیه مادر و کودک

و تنظیم خانواده

(جلد دوم)

ویژه رشته‌های:

کارشناسی ارشد مامایی و مشاوره در مامایی

تألیف و گردآوری:

فاطمه مؤمنی جاوید

سرشناسه	: مومنی جاوید، فاطمه، ۱۳۶۳-، گردآورنده
عنوان و نام پدیدآور	: درسنامه بهداشت، تغذیه مادر و کودک و تنظیم خانواده: ویژه رشته‌های کارشناسی ارشد مامایی و مشاوره در مامایی/ تألیف و گردآوری فاطمه مومنی جاوید.
مشخصات نشر	: تهران: گروه تألیفی دکتر خلیلی، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۲ ج. : مصور، جدول ؛ ۲۹×۲۲ س.م.
شابک	: دوره: 7-146-978-600-422-147-4 ج. ۱ ؛ 4-147-978-600-422-148-1 ج. ۲ ؛ 978-600-422-148-1
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: مادر و کودک - سلامتی و بهداشت - راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Mother and child - Health and hygiene - Study and teaching (Higher) :
موضوع	: بارداری - جنبه‌های بهداشتی - راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Pregnancy - Health aspects - Study and teaching (Higher) :
موضوع	: بهداشت - راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Hygiene - Study and teaching (Higher) :
موضوع	: تنظیم خانواده - راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Birth control - Study and teaching (Higher) :
رده‌بندی کنگره	: R 146.4 .J ۱/م ۴۹۱۳۹۵
رده‌بندی دیویی	: ۴۹۱/۱۲۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۴۵۰۶۳۸۲

نام: درسنامه بهداشت، تغذیه مادر و کودک و تنظیم خانواده (جلد دوم)

تألیف و گردآوری: فاطمه مومنی جاوید

ناشر: گروه تألیفی دکتر خلیلی

نوبت و سال چاپ: اول . ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰

چاپ: روز

لیتوگرافی و صحافی: رفیعی

مدیر تولید: امیرحسین خلیلی

مدیر فنی و هنری: مریم آرده

تایپ و صفحه‌آرایی: آذر مهر خواجه‌ای

بهاء: ۵۰۰۰۰ تومان

Website: www.DrKhaliligroup.ir

مرکز پخش: ضلع جنوب غربی میدان انقلاب - جنب سینما پارس - مجتمع تجاری پارس - طبقه اول

مرکز فروش: ۶۶۵۶۸۶۲۱ - ۰۲۱

سپردن کار به اهلش نشانه‌ی خردمندی است.

برای تهیه و تولید بسته‌های آموزشی تمام تلاش خود را به کار گرفته‌ایم تا محصولی شایسته را تقدیم شما عزیزان نماییم. مجموعه‌ای که پیش روی شماست، براساس معتبرترین و به‌روزترین منابع کنکور می‌باشد و به قلم مجرب‌ترین اساتید تألیف شده است و مطالعه آن موجب صرفه‌جویی در زمان و هزینه شما خواهد شد. ارائه بالاترین آمار قبولی در کنکور کارشناسی ارشد و دکتری (بیش از ۷۵۰ نفر قبولی در سال ۹۲، بیش از ۹۰۰ نفر قبولی و ۵۰ رتبه تک‌رقمی در سال ۹۳، بیش از ۱۰۰۰ نفر قبولی در سال ۹۴، بیش از ۱۲۰۰ نفر قبولی در سال ۹۵ و ۸۰ رتبه تک‌رقمی در سال ۹۵) بیان‌گر توانایی این گروه در راستای اهداف خود می‌باشد. اینک با اتکا به تجربه‌ای ۱۰ ساله، می‌توانیم اذعان داریم که مجموعه حاضر، بی‌شک از جمله‌ی کامل‌ترین و تضمینی‌ترین بسته‌های آموزشی در عرصه کنکور می‌باشد.

برخی از ویژگی‌های بسته‌های آموزشی:

- استفاده از معتبرترین و به‌روزترین منابع کنکور

- مطالعه‌ی یک منبع منسجم زیر هر یک مراف مجرب به جای مطالعه‌ی چندین منبع

- مطالعه‌ی ۵۰۰ صفحه با پوشش ۹۰ درصدی به جای مطالعه‌ی منبع ۱۰۰۰ صفحه‌ای با پوشش ۱۰۰ درصدی

- استفاده از بیان ساده، روان و سبک آموزشی

- تشریح مطالب از سطح پایه تا پیشرفته

- استفاده مناسب از شکل، جدول و نمودار جهت افزایش سطح یادگیری

- در نظر گرفتن نحوه‌ی طرح سوالات کنکور در تألیف بسته‌های آموزشی

- حجم متناسب درسمانه با توجه به ضریب و منبع آن درس

اینک علاوه بر مطالعه بسته‌های آموزشی، استفاده از خدمات زیر را به عنوان تضمینی برای قبولی به شما داوطلبان عزیز توصیه می‌کنم:

- آزمون: خوش بود گر محک تجربه آید به میان

داوطلب شجاع کیست؟ داوطلبی است که خود را مورد سنجش و ارزیابی قرار دهد تا پیش از آزمون سراسری به نقاط ضعف خود پی برده و آن‌ها را تقویت نماید. به شما صادقانه توصیه می‌کنیم که در آزمون‌های مکاتبه‌ای شرکت کنید تا بتوانید خود را با خود (سنجش) و با دیگران (ارزیابی) مقایسه و نقاط ضعف و قوت خود را شناسایی نمایید.

- مشاوره و برنامه‌ریزی: برای موفقیت هوش کافی نیست، جسارت لازم دارد.

در صورتی که نمی‌توانید با توجه به زمان آزادتان برنامه‌ای استاندارد برای خود تدوین کنید حتماً از افراد با تجربه که خود در این مسیر موفق بوده‌اند (تیم مشاورین تخصصی و رتبه‌های برتر) کمک بخواهید. افرادی که تجربیات خود را صادقانه در اختیار شما قرار می‌دهند و برنامه‌ریزی مناسب با شرایط زمانی و ویژگی‌های روحی و جسمی مختص شما را انجام می‌دهند.

در طول سال‌های اخیر، اکثر مشاورین کنکور راه‌های صحیح مطالعه و تست‌زنی را به داوطلبان آموخته‌اند. اما شاید نکاتی را که منجر به ضربه خوردن داوطلب می‌شود را به صورت واضح به آن‌ها متذکر نمی‌شوند. به‌طور مثال:

- چند برنامه‌ای شدن
- مشاوره گرفتن از افراد متعدد
- مقایسه برنامه‌ی شخصی خود (ساعت مطالعه و زمان شروع مطالعه و ...) با سایرین
- استفاده نکردن از تکنیک رد گزینه
- استفاده نکردن از تکنیک تندخوانی
- استفاده نکردن از روش‌های ضویت حافظه و ...

مشاورین گروه، صادقانه این اطلاعات را در اختیار شما قرار می‌دهند.

- کتاب تست:

شما می‌توانید برای این که سطح یادگیری خود را بعد از مطالعه بسنجید می‌توانید از کتاب‌های تست IQB استفاده کنید. این کتاب‌ها به صورت موضوعی طبقه‌بندی شده‌اند و می‌توانند نحوه طرح و سطح سوالات کنکور را به صورت واضح به شما نشان دهند.

قابل توجه افرادی که به هر دلیل، نمی‌توانند در کلاس ما شرکت نمایند:

کلاس = مشاوره + آزمون + کتاب تست + تست‌های رزنی

- نحوه‌ی تهیه‌ی بسته‌های آموزشی:

داوطلبان ساکن شهرستان می‌توانند جهت تهیه‌ی بسته‌های آموزشی به نمایندگی مجاز شهر خود مراجعه نمایند. داوطلبان ساکن تهران نیز می‌توانند به دفتر مرکزی انقلاب و یا شعبه میرداماد مراجعه نمایند. لطفاً نسبت به نحوه‌ی تهیه بسته‌ی آموزشی دقت فرمایید و آخرین ویرایش محصولات را از خود گروه بخواهید. در غیر این صورت انتشارات هیچ گونه مسئولیتی را نمی‌پذیرد.

در صورت داشتن هر گونه پیشنهاد و یا انتقاد سازنده می‌توانید آن را به آدرس Darsnameidea@gmail.com ایمیل نموده و یا از طریق شماره ۰۹۱۹۱۶۸۵۹۷۰ پیامک نمایید.

مشاور و مدیر تولید

امیرحسین خلیلی

جدیدترین دستورالعمل‌های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

- ۱- مراقبت‌های دوران بارداری، زایمان و پس از زایمان ۹
- ۲- بخشنامه استفاده از مکمل یدوفولیک در دوران بارداری و شیردهی ۱۶۶
- ۳- بخشنامه مقادیر نرمال TSH در بارداری ۱۶۷
- ۴- راهنمای کشوری زایمان بی‌درد ۱۶۹
- ۵- راهنمای آموزشی شروع تغذیه با شیر مادر ۱۸۰
- ۶- راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و زایمان در بیمارستان‌های دوستدار مادر ۲۰۸
- ۷- دستورالعمل واکسیناسیون ۳۷۳
- ۸- واکسن پنتاوالان ۴۱۰
- ۹- بخشنامه کلی واکسیناسیون آنفلوآنزا ۴۲۰
- ۱۰- دستورالعمل تنظیم خانده ۴۲۳
- ۱۱- دستورالعمل تفسیر پاپ اسمیر ۴۵۹

طلیحہ سخن مؤلف:

سر ارادت ما و آستان حضرت دوست

کہ ہرچہ بر سرمای رود ارادت اوست

(حافظ)

حمد و سپاس مخصوص خداوند بلند مرتبہ ایست کہ زبان‌ها از حمد و ثنایش قاصر و عقل‌ها از درک جمالش عاجزند. خداوندی کہ جان را بہ نور عقل و دیدہ را بہ روشنائی دانش منور گردانید. در ابتدا لازم می‌دانم کہ از پدر و مادر و دوستان قدردانی کنم کہ در تمامی مراحل زندگی ہمدم و ہمراہ بوده‌اند و نیز سایر اعضای خانوادہ، اساتید، ارجمند، و زرگوارم تقدیر و تشکر داشته باشم. در سنامہ "بہداشت، تغذیہ مادر و کودک و تنظیم خانوادہ" ویژہ داوطلبان رشتہ‌های مامائی، بہداشت باروری و بہداشت مادر و کودک می‌باشد، کہ توسط گروه آموزشی دکتر خلیلی بہ چاپ رسیدہ است. در انتہا از گروه آموزشی دکتر خلیلی بہ خصوص جناب آقای اہرہ و سرکار خانم مریم آردہ کمال تشکر و قدردانی را می‌نمایم کہ صمیمانہ مرا در این امر یاری نمودہ‌اند. با آرزوی توفیق روزافزون برای ہمہ رہبویان علم، بہ ویژہ داوطلبان عزیز در مقاطع ارشد و دکتری.

با سکر

فاطمہ مؤمنی جاوید